

LA NOCTURNA



14ª EDICION DE

“CAMINATA DE GUADALEST AL MAR”

SABADO 30/07/2022

¿Qué es? ¡Sin duda, una de las actividades nocturnas más originales del verano! Os esperan 15 o 21km de ligera bajada andando bajo la luna llena a través del cauce de los ríos Guadalest y Algar, que pertenecen a los sitios más bonitos e intactos de nuestra Costa Blanca. En el barranco, donde se cultivan nísperos, naranjas, limones, aguacates, granados y hasta palmeras, siempre sopla una brisita suave a causa de la humedad del río.

¿Cómo funciona? Todos los participantes serán llevados en autobús desde Altea a la Presa del Río Guadalest, donde los más entrenados empezarán sus 21km, o a otro punto mas abajo donde los otros podrán bajar al cauce del río para hacer sus 15kms. Cada participante recibirá la camiseta oficial de la NOCTURNA, que ya se ha convertido en una clásica y al llegar al polideportivo de Altea, será recibido con música chill out, bebidas y snacks de todo tipo. El uso de los bastones de Nordic Walking es libre y sólo aconsejado para los experimentados. Se imparten cursos preparativos. La edad mínima será de 12 años.

¿Cuánta gente participa? Los últimos 5 años, se han tenido una media de 300 personas en cada NOCTURNA

¿Quién la organiza? Es la delegación Valenciana de la Federación Española de Nordic Walking, FENWA bajo la supervisión logística de la empresa de Turismo Activo Marco Polo Expediciones y con activa colaboración de los ayuntamientos de L'Alfàs y Altea.

¿Que llevar? Obligatorio: calzado adecuado para aguantar por lo menos 4 horas de marcha; linterna de cabeza. **Aconsejado:** llevar agua, fruta, barra energética, unas tiritas y desinfectante, repelente

¿Cómo apuntarse? Más información y las hojas de inscripción en www.nordicwalkingcv.com

¿Cuánto vale? antes del 17/07: 13 € para empadronados en l'Alfàs y Altea. 17 € otros (por persona) y **después del 18/07:** 18 € para empadronados en l'Alfàs y Altea y 22 € para otr@s (por persona). Hay una cuota de 16€ exclusiva para los Instructores que pertenecen a la ENWA y FENWA.

¿Que está incluido? Transporte en autobús, seguro RC y accidentes, una camiseta, agua y fruta durante el recorrido y al finalizar unos snacks, tortillas, cocas, pizzas, gofres y bebidas

Más información: Francisco: 606 213 074; Marc 655 87 97 11, marc@nordicwalkingcv.com

Agradecemos a

- los Ayuntamientos de l'Alfàs y Altea, Protección Civil, hospitales IMED
- 345 PIZZA FUSSION TODAY, GOFRES MANNEKEN PIS, Exclusivas ESCOBAR, NAVALÓN frutas y verduras y ADOLFO MURILLO SL
- Marco Polo Expediciones