

# HOLA HIJOS DE LA NOCHE

Una pequeña explicación sobre cómo es la marcha y que llevar.

La marcha son 41Km en total, de los cuales, 24 Km los andaremos el sábado (la mayoría de ellos por la noche) desde Fuendetodos hasta un pequeño refugio que hay en el alto de la Plana de María, y los 17 Km restantes en la mañana del domingo, desde aquí hasta el parque de la Paz, donde habrá un acto para recibir a los participantes en la marcha. Para los que no puedan hacer esta ruta, el domingo a las 9,00h, saldrá otro grupo de andarines desde el cementerio de Torrero (puerta vieja) al encuentro del grupo que viene de Fuendetodos, y serán alrededor de 12 Km.

A pesar de no ser una marcha muy exigente, es importante llegar a la hora de empezar a andar habiendo dormido y descansado bien, durante esa mañana y hasta la hora de salir a andar, para que las fuerzas no nos falten en las horas de andada nocturna por falta de descanso.

El camino en su mayor parte es pista en buen estado, aunque hay algún tramo de terreno irregular con piedras sueltas, pero sin mucha complicación.

La andada se realiza el grupo completo junto, esperando a reagruparse en todos los cruces de caminos. Para ello ira al menos un guía en cabeza y otro al final del grupo.

El caminar por la noche se puede hacer sin encender las linternas, ya que los ojos se nos van acostumbrando a la oscuridad y se percibe bien el camino. Encender las linternas, el consejo es hacerlo solo en momentos puntuales de necesidad, ya que, al ojo humano, le cuesta 15 minutos volver a acostumbrarse a la oscuridad después de ser alumbrado por una luz (si la linterna tiene posibilidad de llevar luz roja, mejor, ya que la afeción a la visión es inferior). Este consejo no quita que el que así lo necesite, la use todo el tiempo que crea conveniente.

Contamos con un vehículo de apoyo, pero que no estará todo el tiempo con nosotros, salvo si lo necesitáramos por algún percance, que le avisaríamos y acudiría al punto que estemos. Nos encontraremos con él, en la salida donde cojamos el autobús, a las 17,30h en el aparcamiento del cementerio (puerta vieja) con el tercer cinturón (donde le cargaremos los sacos y esterillas). En la parada que hagamos para cenar alrededor de las 24,00h, a la altura de la urbanización Bosque Alto. Y cuando lleguemos al lugar de dormir un rato, sobre las 3,00h, en un pequeño refugio casi al final de la Plana (el refugio no está mal, pero no está acondicionado, ni con capacidad para todos) la mayoría dormiremos al aire libre en los campos de alrededor.

La hora prevista para comenzar a andar a la mañana siguiente serán las 7,30h.

Este vehiculó podrá llevar parte de la carga de cada uno, (el saco de dormir y la esterilla).

Como somos muchos, cabe la posibilidad de que no quepa todo, y alguien tenga que llevarse todo con él. En este caso tendrían prioridad de cargar en el vehículo los que se han apuntado dentro del plazo.

¿Que llevar en la mochila con nosotros? Intentemos ser autosuficientes.

- Ropa de abrigo (la noche allí arriba es fresca, sobré todo a la hora de dormir).
- Frontal o linterna con las pilas revisadas. Sí es posible con luz roja, que afecta menos a la visión general.
- Cena y desayuno de la mañana (la organización llevara termos con café, leche y algunas madalenas).
- Agua suficiente para tu consumo, 1,5L como ejemplo. No hay fuentes por el camino. (La organización llevara algo de agua para reponer en el vehiculó de apoyo).
- Calzado para andar por caminos variados. Se puede hacer con zapatilla de montaña, pero si tienes botas que protejan el tobillo mejor.

**GRACIAS POR RECORDAR**

**LOS HIJOS DE LA NOCHE**