



COMPAÑERAS

CAMPUS SOBRE RUEDAS PARA MUJERES INTRÉPIDAS
Todo lo que necesitas saber para que, con confianza y seguridad, salgas a viajar en bici.

3º TEMPORADA. 3º TURNO. AGOSTO.
SANTIAGO



Este no es un viaje al uso, donde está todo planificado, te guían y te llevan de la mano a los destinos. Este formato es una formación y aprendizaje para despertar tu lado más auténtico, desarrollar habilidades y coger destreza a la hora de viajar en bici.

¿QUIERES SER CICLOVIAJERA? APÚNTATE A ESTE CAMPUS SOBRE RUEDAS PARA MUJERES INTRÉPIDAS.

Iria Prendes, biciactivista y cicloviajera, fundadora e impulsora de la comunidad SoyCicloviajera, guía de montaña y bici, con amplia experiencia en la autosuficiencia, guiado, viajes, eventos cicloturistas y formación ciclista te acompañará en esta incursión a los viajes de autosuficiencia enseñándote todo lo que sabe, dándote la confianza que necesitas para aumentar tus ganas de seguir conociendo sitios a pedales.

El viaje es en grupo, a ritmo suave, parando en sitios de interés en el recorrido, por lo que la espontaneidad será integrante del grupo. 5 únicas plazas hacen de él un viaje de aprendizaje exclusivo, para sacarle todo el jugo a Iria, que coordinará la preparación del viaje, te acompañará en la distancia en el proceso previo y resolverá todas tus dudas antes y durante el viaje.

El completo campus incluye: un manual y dossier de información y trabajo, dos jornadas de aprendizaje previas y 5 días de viaje real en formato autosuficiencia para poner todos los conocimientos en práctica. Está pensado en forma de acciones de aprendizaje prácticas, donde conocer y obtener todas las herramientas necesarias para la preparación y disfrute de un viaje en bicicleta.

Destinado a mujeres que ya sabéis montar en bici pero no hacéis tiradas largas. Pedaleamos por pistas en buen estado y carreteras locales, con poca dificultad técnica y no mucho desnivel. Las etapas tienen una media de 50 km y rodamos unas 4 horas al día.

5 días / 4 noches
/4 etapas en bici



155 kilómetros



1335 m
Ascensión Acumulada



Media



ITINERARIO y FECHAS del CAMPUS.

El **CAMPUS sobre ruedas** empieza 2 semanas antes de los días de viaje.

A través de un grupo de whatsapp y dos encuentros de zoom de 2h cada uno, y junto a un manual y dossier de trabajo, Iria y las cinco viajeras irán marcando pautas sobre los días que van a pasar juntas, información y teoría previa. Empezaréis a sentir el movimiento antes de salir a viajar.

INICIO. Martes 19 Julio	Tenéis el primer encuentro online de 20 a 22h.
Martes 26 Julio	Segundo encuentro online de 20 a 22h.
VIAJE. Miércoles 3 Agosto	A las 16h en el alojamiento reservado en Santiago.
REGRESO. Domingo 7 Agosto	Sobre las 16h en la estación de tren de Santiago.

Martes 19 y 26 de Julio:

Taller online sobre cómo organizar un viaje en bici. Entrega de manual y dossier de trabajo. Imprescindibles, preparativos, material, dudas y consejos. A realizar de 20 a 22h.

Miércoles 3 de Agosto:

Nos encontramos **en Santiago a las 16h** para organizar, preparar y marcar los ejes principales del viaje. Tenemos reservado un alojamiento para las 6 integrantes y sus bicicletas.

Cuando esté todo listo, y después de una visita al supermercado, saldremos a cenar por el casco viejo y daremos una vuelta por los alrededores.

Jueves 4, viernes 5, sábado 6 de Agosto:

Son **días de viaje y descubrimiento**, los primeros kilómetros de salida de Santiago tenemos el mayor desnivel de todo el viaje, en ningún caso sobrepasamos los 200 m de desnivel. Recorreremos carreteras secundarias, pistas forestales, etc...

Vamos, a orillas del río Ulla, hacia el corazón de las rías bajas gallegas, dónde disfrutar de la costa, temperaturas agradables, aguas frías cristalinas y riquísima comida.

La acampada durante estas tres noches será libre; en consenso elegiremos el mejor sitio para acampar, o vivaquear si el tiempo lo permite. La comida y organización la iremos resolviendo sobre la marcha por lo que haremos un bote común para gastos.

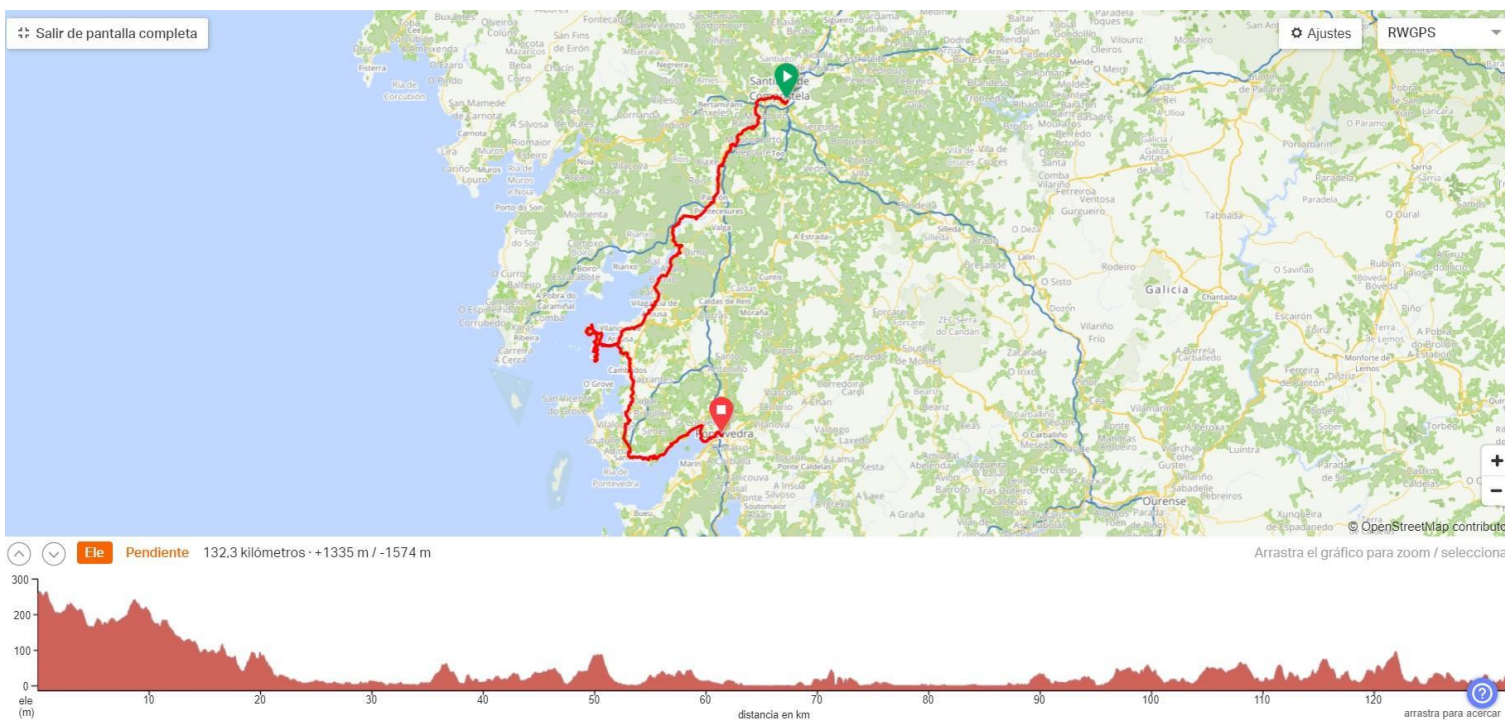
No hay finales de etapa por día programados porque salimos a sentir el viaje, a moderar el ritmo, a improvisar de acuerdo a lo que nos vayamos encontrando.

Domingo 7 de Agosto:

Pedalearemos hacia Pontevedra por la mañana y sobre mediodía estaremos cogiendo el **tren a Santiago** donde damos por terminado el campus.

Este campus está pensado para mujeres que ya montáis en bicicleta y queráis incursionar en el mundo de los viajes en bici. Para aprender, dejaros sentir y disfrutar de un entorno natural con nuevas amigas.

Iria es gallega y sabe cómo desenvolverse en situaciones inéditas. Juega en casa. No solo te acompañará durante este acercamiento a los viajes en bici para que todo sea más fácil sino que te explicará todo lo que tiene que ver con rituales, cultura e historia de los sitios que visitemos. Conoce de antemano la ruta que vais a hacer, aunque las decisiones de dónde dormir, qué comer y cambios en el camino se tomarán por consenso en el grupo. Ella será esa persona a quien mirar cuando no sepas dónde ir, en quien confiar y a quién dirigirte cuando sea necesario un claro liderazgo. Podéis saber más sobre ella en redes: @iriaprendes.



PRECIO del CAMPUS: 475 €

EL PRECIO INCLUYE:

- Manual de cicloviajera + Dossier de trabajo + 2 sesiones online previas + 5 días presencial durante el viaje.
- Consultoría individualizada tanto en la parte teórica como en la parte práctica.
- Asesoramiento total en la compra de material y búsqueda de las mejores opciones dependiendo del gusto y bolsillo de cada una.
- Consejos, recursos y trucos para llevar una vida en movimiento.
- Alojamiento de la primera noche en Santiago. Habitación compartida.
- Paquete sorpresa SoyCicloviajera.
- Coordinación y acompañamiento de Iria durante los 5 días de viaje.
- Billeto de tren de Pontevedra - Santiago del domingo 7.
- Seguro de accidentes y RC.

NO INCLUYE:

- El traslado de ida y/o vuelta de tu casa a Santiago.
- Bote propuesto para gastos comunes. (se hablará durante los días previos pero cosas practicas del tipo cafés, picnics, etc...)
- Presupuesto para gastos personales de comida, cada una se hará responsable (un cálculo exagerado de 20€/persona/día)
- La cena del miércoles 3 en Santiago.
- Ningún otro concepto no reseñado en el apartado Incluye.



MATERIAL QUE NECESITAS:

Tienes que considerar que vamos en forma autosuficiencia por lo que llevaremos todo lo necesario para no depender de nada ni nadie y a la vez aprendas y practiques.

- Bicicleta en condiciones para viajar, tienes que haber andado en ella previamente. Con cambios.
- Casco, luces y kit de herramientas básicas son imprescindibles.
- Alforjas o bolsas de bikepacking impermeables. No llevamos mochila a la espalda.
- Material de acampada que consideres: tienda, aislante, saco, hamaca, colchoneta, liner, mosquitera, frontal, etc...
- Equipo de cocina si estás interesada en aprender a cocinar. Hornillo, combustible, ollita, cubiertos, taza, etc...
- Ropa cómoda para pedalear y un cambio para cuando no pedaleemos. También en zapatillas.
- Algo de abrigo para las tardes, el atlántico refresca.
- Bañador, toalla ligera, útiles de aseo, powerbank, etc...

Todo lo demás lo iremos hablando los días previos. Nada que no se pueda conseguir.

¿CÓMO TE INSCRIBES?

Lo primero, contacta con Iria (722775519) o escríbele a soycicloviajera@gmail.com para saber la disponibilidad de plazas y resolver todas las dudas que tengas.

En Rutas Pangea necesitaremos algunos datos tuyos: Nombre, teléfono y correo electrónico. Con esos datos nosotros te inscribimos y ya puedes hacer la transferencia para reservar el viaje o pagarlo directamente con tu tarjeta en la web. Por supuesto puedes pagar en metálico o con tarjeta en nuestra oficina.

DATOS PARA TRANSFERENCIA

- Importe: **475 €**
- TRIODOS BANK (Banca ética): ES98 1491 0001 24 2007114628
- TITULAR: Hualapai Travel SL.
- Concepto: **CAMPUS COMPAÑERAS. 3º TURNO – SANTIAGO. TU NOMBRE**

Hualapai Travel es el nombre de la agencia de viajes que constituimos para la organización técnica de todos nuestros viajes. Operamos con el número de CICMA 2690.

VIAJANDO DESPACIO - ¿TIENES UN VIAJE QUE CONTAR?



Escríbenos a: viajandodespacio@rutaspangea.com

Una ventana al mundo de los viajes en bicicleta

TURISMO RESPONSABLE



Centro
Español de
**Turismo
Responsable**

Rutas Pangea comenzó a pedalear por el mundo en el año 1993, hace ya casi ¡¡30 años!! y desde el primer momento intentamos reducir al máximo los impactos negativos que nuestros viajes pudieran ocasionar, tanto en el medio ambiente como entre la población local de los lugares que visitamos.

Fruto de ese compromiso participamos en la fundación del [Centro Español](#)

[de Turismo Responsable](#) dónde colaboramos para aportar nuestro grano de arena a la necesaria transformación del sector de los viajes hacia un modelo más sostenible y responsable.

Aquí te dejamos las recomendaciones, el [Vademecun del CETR](#).