

RECOMENDACIONES E IMPLEMENTOS NECESARIOS

Con el ánimo de que tu experiencia durante la caminata sea lo mejor posible, te recomendamos lo siguiente:

- **Sé puntual:** Respeta el tiempo del guía local, cumpliendo con el horario acordado.
- **Hidratación:** Al menos una botella de 500 ml de agua o bebida hidratante.
- **Ropa:** Usa ropa cómoda, que te permita moverte fácilmente. Se recomienda el uso de sudaderas sueltas o lycras. En general el lugar es caluroso al inicio y templado en la parte alta, pero si las condiciones climáticas son desfavorables habrá frío, por lo que debes usar prendas abrigadoras (saco o chaqueta). También debes estar preparado para la lluvia, por lo que debes cargar con una chaqueta o plástico impermeable.
- **Calzado:** Usa botas de trekking o tenis cómodos y con buen agarre.
- **Morral:** Lleva un morral fácil de cargar y con el que puedas caminar con las manos libres.
- **Ropa adicional:** Lleva una muda de cambio
- **Bloqueador:** Usa bloqueador solar antes y durante la caminata.
- **Desayuno:** Toma desayuno y entra a baños antes de iniciar la caminata.
- **Almuerzo:** Recomendamos que lleves almuerzo o algo de comer para que lo tomes durante la caminata.
- **Medicamentos:** Aunque nuestros guías tienen conocimientos en primeros auxilios y llevamos un botiquín Tipo A en caso de emergencias, recomendamos que lleves tus propias medicinas y un pequeño botiquín personal.
- **Niños:** La edad mínima recomendada para llevar niños es a partir de los 6 años, en lo posible, que a los niños les guste caminar y no les moleste el ensuciarse, mojarse o embarrarse.
- **Mascotas:** Si vas a llevar tu mascota, debes llevar bolsa para recoger su excremento y tener en cuentas las medidas de seguridad necesarias para evitar que tu mascota se pierda y/o ataque a otros caminantes y/o perros que se encuentren en la vereda.

POLITICAS Y RECOMENDACIONES PARA MASCOTAS

- **Bozal:** La mascota debe usar el bozal en caso de que sea de una raza considerada potencialmente peligrosa para la ley (Perros que pertenecen a una de las siguientes razas o a sus cruces o híbridos: American Staffordshire Terrier, Bullmastiff, Dóberman, Dogo Argentino, Dogo de Burdeos, Fila Brasileiro, Mastín Napolitano, Pit Bull Terrier, American Pit Bull Terrier)
- **Correa:** Aunque tu mascota puede estar sin correa durante la caminata, no podemos responsabilizarnos en caso de que el animal huya, se pierda o ataque o sea atacado por otro animal durante la actividad, por eso sugerimos, mantener a la mascota con correa.
- **Bolsa para excremento:** Debes llevar bolsa para recoger el excremento que tu mascota deje en el camino, así mismo la bolsa la debes dejar en una caneca cercana, bien cerrada.

Nota: Durante la caminata, es posible encontrarse con perros de vereda y otros animales. Caminatas al aire libre, ni los guías ni ningún otro participante se hará responsable de situaciones como ataques entre perros, agresiones a otros animales o personas. La responsabilidad de manejar y controlar a sus mascotas recae exclusivamente en cada dueño.

DEBERES DEL CAMINANTE

Te recordamos que al hacer parte de esta actividad te comprometes a seguir las instrucciones y recomendaciones de los organizadores y de sus representantes durante la actividad, entre las que se encuentran:

- No separarse del grupo ni tomar senderos alternos a los establecidos, manteniéndose siempre detrás del guía.
- Abstenerse de ingresar a predios privados cercanos al recorrido.
- No extraer flora ni fauna del lugar.
- No ingerir bebidas alcohólicas ni sustancias psicoactivas durante la actividad y viaje en el bus
- No arrojar basura durante el recorrido.

Esperamos que la actividad sea de tu agrado. Si tienes alguna inquietud no dudes en consultarla en el correo electrónico caminatasal aire libre@gmail.com o en los teléfonos 3125341281 y 3194577226.