2025

CALENDARIO G. M. ABINQUE

ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN MONTAÑA

MESES	SENDERISMO	MTB	ESCALADA BARRANQUISMO
1 . ENERO	19/01/2025	12/01/2025	26/01/2025
2 . FEBRERO	02/02/2025	09/02/2025	23/02/2025
3 . MARZO	02/03/2025	09/03/2025	30/03/2025
4 . ABRIL	06/04/2025	13/04/2025	27/04/2025
5 . MAYO	04/05/2025	11/05/2025	25/05/2025
6 . JUNIO	01/06/2025	08/06/2025	29/06/2025
7 . JULIO	06/07/2025	13/07/2025	27/07/2025
8 . AGOSTO	03/08/2025	10/08/2025	24/08/2025
9 . SEPTIEMBRE	07/09/2025	14/09/2025	28/09/2025
10 . OCTUBRE	05/10/2025	12/10/2025	26/10/2025
11 . NOVIEMBRE	02/11/2025	09/11/2025	30/11/2025
12 . DICIEMBRE	07/12/2025	14/12/2025	28/12/2025

ACTIVIDADES DE CONVIVENCIA PARA SOCIOS/AS

1 . JULIO	Convivencia fin de semana 19 y 20/07/2025
2 . NOVIEMBRE	Convivencia fin de semana 15 y 16/11/2025

REUNIONES DE SOCIOS/AS (una por trimestre)

1 . ENERO	17/01/2025 a las 19:30 h.
2 . MARZO	14/03/2025 a las 19:30 h.
3 . JUNIO	13/06/2025 a las 19:30 h.
4 . SEPTIEMBRE	12/09/2025 a las 19:30 h.
5 . DICIEMBRE	12/12/2025 a las 19:30 h.

NOTAS ACLARATORIAS Y DE GRAN INTERÉS

1 .	*Todas las Actividades en Montaña y de Convivencia están destinadas a los/as Socios/as y Asociados/as del Club y deben que estar federados/as.
2 .	*Todas las Actividades en Montaña se concretarán el lunes y las inscripciones serán hasta el miércoles de esa misma semana.
3 .	*Todos los miércoles de cada mes (excepto días festivo y períodos vacacionales) la sede del club estará abierta de 19:45 a 20:45 h. para solicitar material (solo socios/as) y realizar licencias federativas (anuales o por día).
4 .	*A los 3 años consecutivos de ser socio/a y estar federado/a con el club, el 4º año el club le abonará gratuitamente la Licencia AU en montaña. Ese año solo pagará la cuota de socio/a del club 18 €.
5 .	*Los/as niños/as (hasta los 12 años) se federarán gratuitamente, siempre y cuando el tutor legal del menor sea socio/a y esté federado/a a través del club.
6 .	*Información: e-mail, página web, facebook, instagram, flyers y whatsapp.
7 .	*Las Actividades de los meses agosto y diciembre, debido a ser períodos vacacionales, se realizarán dependiendo de los/as socios/as interesados/as a llevarlas a cabo. Ningún miembro de la Junta Directiva se compromete a estar presente.
8 .	*Cualquier Actividad que implique un gasto personal o al club, el socio/a que se haya inscrito y no asista, tendrá que abonar igualmente la actividad. Al no ser que exista una causa más que justificada (baja médica, viaje expres...)
9 .	*Cualquier Actividad Deportiva y de Convivencia puede ser modificada o cancelada por fenómenos adversos naturales, por restricciones sanitarias o por decisión de los miembros de la Junta Directiva.

2025

CALENDARIO G. M. ABINQUE

ACTIVIDADES SOCIO-CULTURALES

MESES	CINE FORUM	PRESENTACIONES	REUNIONES
1 . ENERO	24/01/2025		17/01/2025
2 . FEBRERO			
3 . MARZO		28/03/2025	14/03/2025
4 . ABRIL	25/04/2025		
5 . MAYO			
6 . JUNIO		27/06/2025	13/06/2025
7 . JULIO	25/07/2025		
8 . AGOSTO	VACACIONES DE VERANO - SEDE CERRADA		
9 . SEPTIEMBRE		26/09/2025	12/09/2025
10 . OCTUBRE	24/10/2025		
11 . NOVIEMBRE			
12 . DICIEMBRE		26/12/2025 (V.Navidad)	12/12/2025

ACTIVIDADES DE CONVIVENCIA PARA SOCIOS/AS

1 . ABRIL	Viaje Deportivo Cultural del 13 al 20/04/2025
2 . JULIO	Convivencia fin de semana 19 y 20/07/2025
3 . NOVIEMBRE	Convivencia fin de semana 15 y 16/11/2025

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

1 . A. FEDERATIVAS	Varias al año, organizadas por la FITM, FECAMON y FEDME .
2 . CAMINANDO POR LA VIDAD	Una o dos al mes, organizada por el Ayuntamiento de Adeje.
3 . RUTAS ECOTURÍSTICAS	Varias al año, organizadas por el CIT SUR Tenerife.
4 . RUTA JACOBEA TINERFEÑA	Mes de julio, organizada por el Ayuntamiento Santiago del Teide.
5 . RUTAS SOLIDARIAS	Varias al año, organizadas por distintas entidades.
6 . CARRERA POR LA VIDA	Una al año, organizada por la Fundación Carrera por la Vida.

NOTAS ACLARATORIAS Y DE GRAN INTERÉS

1 .	*Todas las Actividades Socio-Culturales y de Convivencia están destinadas a los/as Socios/as del Club. Para las Actividades Socio-Culturales y Complementarias no tienen porque estar federados/as, pero para las de Convivencia sí hay que estar federado/a.
2 .	*Todas las Actividades Socio-Culturales se concretarán el lunes y las inscripciones serán hasta el miércoles de esa misma semana.
3 .	*Cualquier Actividad Socio-Cultural se llevará a cabo con un mínimo de diez o quince y máximo de 20 socios/as inscritos/as. El número mínimo y máximo dependerá del tipo de actividad y de la entidad organizadora.
4 .	*Para participar en las Actividades Socio-Culturales se debe ser socio/a sin tener que federarse, pagando la cuota anual de socio/a (18 €) o asociado/a (21 €).
5 .	*Cualquier Actividad que implique un gasto personal o al club, el socio/a que se haya inscrito y no asista, tendrá que abonar igualmente la actividad. Al no ser que exista una causa más que justificada (baja médica, viaje expres...)
6 .	*Todas las Actividades Complementarias dependen exclusivamente de las entidades que las organizan, el club simplemente facilitará la información, ayudará a quién lo precise en la inscripción y formará grupos para el desplazamiento.
7 .	*Información: e-mail, página web, facebook, instagram, flyers y whatssap.
8 .	*Cualquier Actividad Socio-Cultural, Convivencia y Complementaria puede ser modificada o cancelada por fenómenos adversos naturales, por restricciones sanitarias o por las entidades organizadoras.

2025

CALENDARIO G. MONTAÑERO ABINQUE

ACTIVIDADES PROYECTOS ABINQUE I

	MESES	ABINQUE FORMACIÓN	ABINQUE KIDS	ABINQUE LIFE
1 .	ENERO	24/01/2025		
2 .	FEBRERO		23/02/2025	
3 .	MARZO			23/03/2025
4 .	ABRIL			
5 .	MAYO	23/05/2025		
6 .	JUNIO		22/06/2025	
7 .	JULIO			27/07/2025
8 .	AGOSTO			
9 .	SEPTIEMBRE	26/09/2025		
10 .	OCTUBRE		26/10/2025	
11 .	NOVIEMBRE			23/11/2025
12 .	DICIEMBRE			

ACTIVIDADES PROYECTOS ABINQUE

1 .	ABINQUE FORMACIÓN	Tres al año, organizadas por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque o por la Federación Canaria y/o Tinerfeña de Montaña. Pildoras formativas en montaña detinadas a cualquier persona federada en montaña.
2 .	ABINQUE KIDS	Tres al año, organizada por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Actividades destinada a niños/as de 6 a 12 años. Cada niñ@ debe acudir y realizar la actividad con un@ de sus tutor@s legales.
3 .	ABINQUE LIFE	Tres al año, organizada por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Proyecto destinado a personas que hayan o estén pasando por algún tipo de cáncer y a l@s colaborador@s de la Fundación Carrera por la Vida.
4 .	VIAJE DEPORTIVO CULTURAL	Uno al año, organizado por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Proyecto destinado para soci@s y asociad@s del club que sean capaces de hacer rutas 20 km/día varios días en la misma semana. Este año la fecha es del 13 al 20 de abril (Semana Santa).
5 .	ABINQUE RADIO	Dos veces al mes, organizada por Radio Sur Adeje FM 107.9 y en colaboración del Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Programa de radio destinado para tod@s l@s amantes del mundo de la montaña.

NOTAS ACLARATORIAS Y DE GRAN INTERÉS

1 .	*Todas las Actividades Proyectos Abinque I están destinadas a los/as Socios/as del Club y no tienen porqué federados/as, pero se les haría el seguro por un día a través del Club Deportivo Grupo Montañero Abinque para las actividades que lo precisen.
2 .	*Todas las Actividades Proyectos Abinque I se concretarán el lunes y las inscripciones serán hasta el miércoles de esa misma semana.
3 .	*Cualquier Actividad Proyectos Abinque I se llevará a cabo con un mínimo de diez o quince y máximo de 20 socios/as inscritos/as. El número mínimo y máximo dependerá del tipo de actividad.
4 .	*Para participar en las Actividades Proyectos Abinque I se debe ser socio/a sin tener que federarse, pagando la cuota anual de socio/a (18 €) o asociado/a (21 €).
5 .	*Cualquier Actividad que implique un gasto personal o al club, el socio/a que se haya inscrito y no asista, tendrá que abonar igualmente la actividad. Al no ser que exista una causa más que justificada (baja médica, viaje expres...)
6 .	*Todas las Actividades Proyectos Abinque I dependen exclusivamente del club, así que el club facilitará la información, ayudará a quién lo precise en la inscripción y formará grupos para el desplazamiento.
7 .	*Información: e-mail, página web, facebook, instagram, flyers y whatsapp.
8 .	*Cualquier Actividad Proyectos Abinque I puede ser modificada o cancelada por fenómenos adversos naturales, por restricciones sanitarias o por decisión de los miembros de la Junta Directiva.

2025

CALENDARIO G. MOMTAÑERO ABINQUE

ACTIVIDADES PROYECTOS ABINQUE II

MESES	ABINQUE SENIOR/LIGHT	ABINQUE FOTOGRAFÍA	ABINQUE CLUBES HERMANAMIENTO
1 . ENERO	19/01/2025		19/01/2025
2 . FEBRERO	16/02/2025		02/02/2025
3 . MARZO	16/03/2025		02/03/2025
4 . ABRIL	VIAJE SEMANA SANTA	13 al 20/03/2025	06/04/2025
5 . MAYO	18/05/2025		04/05/2025
6 . JUNIO	15/06/2025		01/06/2025
7 . JULIO	CONVIVENCIA 19 Y 20/07/2024	19 y 20/07/2025	06/07/2025
8 . AGOSTO	VACACIONES DE VERANO		
9 . SEPTIEMBRE	21/09/2025		07/09/2025
10 . OCTUBRE	19/10/2025		05/10/2025
11 . NOVIEMBRE	CONVIVENCIA 15 Y 16/07/2025	15 y 16/11/2025	02/11/2025
12 . DICIEMBRE	VACACIONES DE NAVIDAD		

ACTIVIDADES PROYECTOS ABINQUE II

1 . ABINQUE SENIOR/LIGHT	Una al mes, organizada por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Proyecto destinado para soci@s y asociad@s del club que por el motivo que sea su condición física solo les permite realizar rutas de 10 a 12 km, con un nivel bajo y en terrenos estables.
2 . ABINQUE FOTOGRAFÍA	Una por cada Convivencia y Viaje Deportivo Cultural, organizada por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Proyecto destinado para l@s participantes de las Convivencias y del Viaje Deportivo Cultural Abinque 2025. Solo habrá un primer premio por Concurso Fotográfico.
3 . ABINQUE CLUBES HERMANAMIENTO	Una al mes, organizada por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque y en colaboración con otros clubes de la isla de Tenerife con motivo de hermanamiento. Proyecto destinado para soci@s y asociad@s del club colaborador y del C.D.G.M. Abinque. Rutas de nivel bajo, medio o alto.
4 . VIAJE DEPORTIVO CULTURAL	Uno al año, organizado por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Proyecto destinado para soci@s y asociad@s del club que sean capaces de hacer rutas 20 km/día varios días en la misma semana. Este año la fecha es del 13 al 20 de abril (Semana Santa).
5 . ABINQUE SOLIDARIO	Todos los miércoles de 19:45 a 20:45 h. (excepto días festivos y períodos vacacionales) en la sede del club venta de Merchandising a favor de la Asociación Granja San Juan (Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social) y de la Fundación Carrera por la Vida (Lucha contra el Cáncer de Mama).

NOTAS ACLARATORIAS Y DE GRAN INTERÉS

1 .	*Todas las Actividades Deportivas Proyectos Abinque II están destinadas a los/as Socios/as y Asociados/as del Club y tienen que estar federados/as.
2 .	*Todas las Actividades Proyecto Abinque Senior se concretarán el lunes y las inscripciones serán hasta el miércoles de esa misma semana.
3 .	*L@s Premiad@s Proyectos Abinque Fotografía se darán a conocer a lo largo del mes de diciembre. Solo se admitirán fotografías realizadas durante la Convivencia y/o el Viaje Deportivo Social, selfies no valen. Solo habrá un primer premio por Concurso Fotográfico.
4 .	*Todas las Actividades Proyecto Abinque Clubes se concretarán el lunes y las inscripciones serán hasta el miércoles de esa misma semana.
5 .	*Cualquier Actividad Proyectos Abinque II se llevará a cabo con un mínimo de diez o quince y máximo de 20 socios/as inscritos/as. El número mínimo y máximo dependerá del tipo de actividad.
6 .	*Cualquier Actividad que implique un gasto personal o al club, el socio/a que se haya inscrito y no asista, tendrá que abonar igualmente la actividad. Al no ser que exista una causa más que justificada (baja médica, viaje expres...)
7 .	*Todas las Actividades Proyectos Abinque II dependen exclusivamente del club, así que el club facilitará la información, ayudará a quién lo precise en la inscripción y formará grupos para el desplazamiento.
8 .	*Información: e-mail, página web, facebook, instagram, flyers y whatsapp.
9 .	*Cualquier Actividad Proyectos Abinque II puede ser modificada o cancelada por fenómenos adversos naturales, por restricciones sanitarias o por decisión de los miembros de la Junta Directiva.

2025

CALENDARIO G. MONTAÑERO ABINQUE

ACTIVIDADES PROYECTOS ABINQUE III

MESES	ABINQUE ENTRENAMIENTOS	ABINQUE MARCHA NÓRDICA	ABINQUE SOLIDARIO
1. ENERO	Escalada: 8, 15, 22 y 29 M. Nórdica: 9, 16, 23 y 30	25/01/2025	DESCUBRIENDO FASNIA
2. FEBRERO	Escalada: 5, 12, 19 y 26 M. Nórdica: 6, 13, 20 y 27	22/02/2025	
3. MARZO	Escalada: 12, 19 y 26 M. Nórdica: 13, 20 y 27	15/03/2025	DÍA DE LA MUJER
4. ABRIL	Escalada: 2, 9, 23 y 30 M. Nórdica: 3, 10 y 24	26/04/2025	
5. MAYO	Escalada: 7, 14, 21 y 28 M. Nórdica: 8, 15, 22 y 29	24/05/2025	CRUZ ROJA: RUTA DE LA MIEL
6. JUNIO	Escalada: 4, 11, 18 y 25 M. Nórdica: 5, 12, 19 y 26	28/06/2025	
7. JULIO	Escalada: 2, 9, 16, 23, y 30 M. Nórdica: 3, 10, 17, 24 y 31	26/07/2025	RIFAS ABINQUE
8. AGOSTO	VACACIONES DE VERANO		
9. SEPTIEMBRE	Escalada: 3, 10, 17 y 24 M. Nórdica: 4, 11, 18 y 25	27/09/2025	
10. OCTUBRE	Escalada: 1, 8, 15, 22 y 29 M. Nórdica: 2, 9, 16, 23 y 30	25/10/2025	FEDOLA FAMILY RUN
11. NOVIEMBRE	Escalada: 5, 12, 19 y 26 M. Nórdica: 6, 13, 20 y 27	01/11/2025	
12. DICIEMBRE	Escalada: 3, 10 y 17 M. Nórdica: 4, 11 y 18	VACACIONES NAVIDAD	CARRERA POR LA VIDA

ACTIVIDADES PROYECTOS ABINQUE III

1. ABINQUE ENTRENAMIENTOS	Una vez a la semana entrenamientos de Escalada (miércoles) y Marcha Nórdica (jueves), organizados por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Proyecto destinado para soci@s y asociad@s del club que quieran iniciarse o perfeccionar sus técnicas en ambas disciplinas deportivas.
2. ABINQUE MARCHA NÓRDICA	Una al mes, organizada por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque y en colaboración con otros clubes o entidades de la isla de Tenerife con el objetivo de visualizar la marcha nórdica. Proyecto destinado para soci@s y asociad@s del club o entidad colaboradora y del C.D.G.M. Abinque. Rutas de nivel bajo con bastones de marcha nórdica.
3. ABINQUE SOLIDARIO	Varias al año, eventos organizados por distintas entidades con la finalidad de recaudar fondos o alimentos no pedecederos, para ayudar o visualizar a colectivos con necesidades.
4. ABINQUE TRADICIONES	Varias al año, eventos organizados por distintas entidades con la finalidad de dar a conocer la cultura, gastronomía, historia y tradiciones canarias. Algunos ejemplos son El Baile de Magos de Adeje, Romerías, Alfombras de Sal...
5. ABINQUE FUERTACOS	Varias al año, organizado por el Club Deportivo Grupo Montañero Abinque. Proyecto destinado para soci@s y asociad@s del club que sean capaces de hacer rutas de nivel medio/alto de 20 o 25 km/día durante varios días seguidos. Son una especie de expediciones/retos en alta montaña.

NOTAS ACLARATORIAS Y DE GRAN INTERÉS

1.	*Todas las Actividades Deportivas Proyectos Abinque III están destinadas a los/as Socios/as y Asociados/as del Club y tienen que estar federados/as.
2.	*Todas las Actividades Proyecto Abinque Entrenamientos se concretarán el lunes y las inscripciones serán hasta el miércoles de esa misma semana.
3.	*Todas las Actividades Proyecto Abinque Marcha Nórdica se concretarán el lunes y las inscripciones serán hasta el miércoles de esa misma semana.
4.	*Todas las Actividades de los Proyectos Abinque Solidario y Tradiciones se concretarán y cerrarán inscripciones hasta que las entidades organizadoras lo crean oportuno.
5.	*Cualquier Actividad Proyectos Abinque III se llevará a cabo con un mínimo de diez o quince y máximo de 20 socios/as inscritos/as. El número mínimo y máximo dependerá del tipo de actividad.
6.	*Cualquier Actividad que implique un gasto personal o al club, el socio/a que se haya inscrito y no asista, tendrá que abonar igualmente la actividad. Al no ser que exista una causa más que justificada (baja médica, viaje expres...)
7.	*Todas las Actividades Proyectos Abinque III (excepto Abinque Solidario) dependen exclusivamente del club, así que el club facilitará la información, ayudará a quién lo precise en la inscripción y formará grupos para el desplazamiento.
8.	*Información: e-mail, página web, facebook, instagram, flyers y whatssap.
9.	*Cualquier Actividad Proyectos Abinque III puede ser modificada o cancelada por fenómenos adversos naturales, por restricciones sanitarias o por decisión de los miembros de la Junta Directiva.