UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

2020-2021: Senderismo de Primavera

El Secretariado de Campus Saludable en coordinación con el Centro de Actividades Deportivas, y en colaboración con el Aula Permanente de Formación Abierta y la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada, oferta nuevamente dentro del Programa +50, el Senderismo de Primavera, programa de actividad física consistente en cinco salidas combinando la actividad física moderada con la cultura.

Protocolo ante la Covid-19 durante el desarrollo de las actividades

- Higienizarse las manos con asiduidad. Se aconseja llevar un bote pequeño de gel hidro-alcohólico.
- Mantener una distancia de seguridad de al menos 1,5-2 metros durante la actividad y en las paradas que se efectúen. Evite las aglomeraciones.
- Se recomienda no compartir bebidas, comida ni nada que pueda comprometer a los/as participantes. Recomendable traer una botella para uso personal y comida propia si fuera necesario.
- El uso de la mascarilla es obligatorio en todo el itinerario. Durante la práctica deportiva se recomienda mantener la distancia de seguridad (1,5-2 metros) y llevar la mascarilla siempre y cuando la práctica deportiva lo permita. No será obligatorio su uso cuando la práctica de la actividad en concreto sea incompatible con su uso, y/o que el/la usuario/a presente alguna de las incompatibilidades establecidas por las autoridades competentes para el uso de la mascarilla.
- En caso de presentar alguna sintomatología compatible con la Covid-19, fundamentalmente fiebre, pérdida de olfato o gusto, tos nueva y continua, y/o dificultad respiratoria; o, haber tenido contacto estrecho con alguna persona positiva de Covid-19 confirmada, póngase en contacto con los servicios sanitarios y quédese en casa. Asimismo, deberá comunicarlo al Centro de Actividades Deportivas, bien por correo electrónico (@email) o telefónicamente en el 958 240 081, de lunes a viernes, de 09:00 a 14:00 y

Copyright© 2025 Universidad de Granada

de 15:00 a 20:00 horas.

- Si se llegasen a adoptar medidas o decisiones por parte del personal del CAD con el objetivo de preservar la salud de las personas en el curso de la actividad, no se podrán considerar incumplidas las obligaciones esenciales contraídas por este, por lo que no se podrá exigir el pago de cantidades, indemnizaciones o devolución de precios o importes en concepto de inscripción o derechos de participación, en que hubiera incurrido el/la usuario/a.

¿A quién va dirigido?

- A Mayores de 50 años como requisito obligatorio:
    - Miembros de la Comunidad Universitaria de la UGR: Alumnos, PAS/PDI, y miembros de la unidad familiar registrados en el GAS (mayores de 50 años), y alumnado del Aula Permanente de Formación Abierta de la UGR.
    - Jubilados de la UGR.
- La comunidad no universitaria (mayor de 50 años) sólo podrá tener acceso a este programa como acompañante, previo pago de la tarifa establecida para cada salida.

Nivel y Precios

Itinerarios acompañados de un guía, de baja dificultad e intensidad física, ideales para iniciarse en la práctica del senderismo, combinando naturaleza y cultura.

- Nivel: Iniciación.
- Precios: Existirán dos tipos de precios en función del tipo de inscripción y salida (ver Salidas Programadas):
    - Universitario. Este se aplicará a todos los miembros de la comunidad universitaria de la Universidad de Granada (alumnos/as, PAS/PDI, y miembros de la unidad familiar registrados en el GAS mayores de 50 años), alumnado del Aula Permanente de Formación Abierta de la UGR y jubilados de la Universidad de Granada.
    - No Universitario. Se permitirá un acompañante mayor de 50 años sin vinculación a la UGR por inscripción.

¿Cómo matricularse?

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Alta deportiva

- Todos los participantes de la actividad tendrán que disponer del ALTA DEPORTIVA del Centro de Actividades Deportivas de la Universidad de Granada, la cual es gratuita y podrán obtener:
    - Presencialmente en las sedes administrativas del C.A.D. en los campus de Fuentenueva y Cartuja. La comunidad no universitaria sólo puede hacer el Alta deportiva de manera presencial en las oficinas.
    - Además, los miembros de la comunidad universitaria podrán obtener el alta virtualmente a través del acceso identificado en el menú Cursos y Altas deportivas.

Inscripciones individuales

- Los miembros de la comunidad universitaria que vayan de manera individual, podrán inscribirse vía web a través de la oficina virtual (activo desde las 9:00 horas del primer día de inscripción hasta las 23:59 horas del último día). También podrán hacerlo de manera presencial en las oficinas administrativas del Campus de Fuentenueva de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 horas y de 15:00 a 20:00 horas.

Inscripciones con acompañante

- Se ofertarán plazas específicas para ir con acompañantes no pertenecientes a la comunidad universitaria. Esta inscripción doble, se realizará únicamente de manera presencial en las oficinas administrativas de Fuentenueva de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 horas y de 15:00 a 20:00 horas.
- Aquellas personas de la comunidad universitaria que estén interesadas en inscribirse con acompañante, NO PUEDEN INSCRIBIRSE VÍA WEB ya que optarán a plazas específicas para ir acompañados. Además, deberán traer el documento relleno de "Autorización de inscripción de Acompañante" adjuntando fotocopia del DNI de la persona perteneciente a la Comunidad Universitaria a la que acompañan. Pueden descargar el documento pinchando aquí:

Impreso autorización de inscripción de acompañante

Listas de espera

- Se creará lista de espera de cada una de las salidas y para cada una de las modalidades (individuales y con acompañante) para poder cubrir posibles bajas.
- Es necesario que lo comunique en nuestras oficinas una vez que se hayan

Copyright© 2025 Universidad de Granada

agotado las plazas, bien por teléfono en el 958-240081, 958-240083 o 958-240956, presencialmente en la ofiicina del Campus de Fuentenueva o mandando un correo a deportes@ugr.es indicando nombre y apellidos, teléfono de contacto, dirección de correo electrónico y la salida en la que estaría interesado/a.

Observaciones Generales

- Muy importante: si después de matricularse en cualquier Actividad, no pudiera realizarla,deberá enviarnos un correo a deportes@ugr.es, solicitando la baja, para poder adjudicar la plaza a otro solicitante.
- Debido a la situación tan cambiante en la que nos econtramos debido a la COVID-19, la realización de estas salidas así como el número de plazas ofertadas, podrán modificarse para adecuarnos al cumplimineto de las medidas sanitarias establecidas en cada momento.
- La quinta salida, al tener la necesidad de uso de autobús para el desplazamiento, queda fijada en fecha pero el resto de información se irá estableciendo cuando esté más próxima la fecha de celebración, establecidno el número máximo de participantes y el precio de la misma. Rogamos disculpen las molestias.

Otras consideraciones a tener en cuenta

- Ninguna actividad se suspenderá por lluvia, salvo alertas por parte de la Agencia Estatal de Meteorología en el tramo horario del desarrollo de la actividad.
- Es conveniente dar a conocer al profesor acompañante información sobre aspectos de salud a tener en cuenta ante cualquier incidencia que pueda pasar durante la actividad (enfermedad, alergias, etc).
- Con la inscripción, los participantes cuentan con un seguro de responsabilidad civil así como de accidentes.
- Antes de cada salida, tener en cuenta las condiciones meteorológicas de cara a la ropa a llevar.
- Llevar botella de agua para uso individual.

Material

- Imprescindible calzado cómodo, cantimplora o similar, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), bastones de trekking (opcional) y chubasquero (opcional).
- Importante: Cada cursillista tiene que llevar obligatoriamente su mascarilla.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Salidas programadas

- **PRIMERA SALIDA: Senderismo por los ríos de la Vega de Granada: Monachil, Dílar, Genil y Beiro. Corredor verde de la Vega de Granada**
  - **Fecha de realización:** Sábado, 24 de Abril de 2021.
  - **Plazo de inscripción:** Del 07 al 21 de Abril de 2021.
  - **Lugar y Hora de salida y llegada:** Puerta principal del Parque de las Ciencias en Avenida de las Ciencias. Puerta sur que da al edificio pantalla del Centro Cultural CajaGranada. De 09:30 a 14:00 horas aproximadamente.
  - **Número de plazas:** Mínimo 10 - Máximo 20.
  - **Información de interés:** Son aproximadamente 12 kilómetros de intensidad física baja por buen piso. La ruta es Parque de la ciencias - parque Tico Medina-rio monachil - vereda de la requica por acequia terramota a Cortijo del Pino - río dilar dirección Ambroz - río genil - por el río Beiro a Puleva - por camino de Purchil - carril bici - peatonal paralelo a la autovía para ir al lugar de llegada. La ruta es circular y tiene las siguiente cardinalidad: oeste-norte-este-sur. Con vistas a la integral de tresmiles de Sierra Nevada. Podéis consultar más información en el siguiente enlace: Corredor verde
  - **Material necesario:** Imprescindible mascarilla, calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada para hacer ejercicio y acorde a la temperatura del momento, gorra opcional, proteción solar, bastones trekking (opcional), mochila pequeña (opcional), algo ligero para comer tipo frutos secos, fruta...
  - **Precio:**
    - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 8,00 €
    - Comunidad No universitaria: 10,00 €

- **SEGUNDA SALIDA: Llano de la Perdíz - Jesús del Valle - Sacromonte.**
  - **Fecha de realización:** Domingo, 9 de Mayo de 2021.
  - **Plazo de inscripción:** Del 21 de Abril al 5 de Mayo de 2021.
  - **Lugar y Hora de salida y llegada:** Pilar del Toro, plaza de Santa Ana (Plaza Nueva). De 09:00 a 14:00 horas aproximadamente.
  - **Número de plazas:** Mínimo 10 - Máximo 20.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

- **Información del recorrido:** Ruta aproximada de 15 km de intensidad física media y por buen piso. Granada-Alhambra- -Llano de la Perdiz-Jesús del Valle-Sacromonte.
- **Material necesario:** Imprescindible mascarilla, calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), bastones trekking (opcional). Pequeño picnic ligero como frutos secos, fruta...
- **Precio:**
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 8,00 €
  - Comunidad No universitaria: 10,00 €

- **TERCERA SALIDA: Las Crestas del Serrallo**
  - **Fecha de realización:** Domingo, 16 de Mayo de 2021.
  - **Plazo de inscripción:** Del 28 de abril al 12 de Mayo de 2021.
  - **Lugar y Hora de salida y llegada:** Templete de la música del Paseo del Salón. De 09:00 a 14:00 horas aproximadamente.
  - **Número de plazas:** Mínimo 10 - Máximo 20.
  - **Información del recorrido:** Ruta de 12 km de intensidad física baja por muy buen piso. Puente verde- Fuente de la bicha- Balcón del Genil- camino de los neveros- restaurante Asador- Puente verde.
  - **Material necesario:** Imprescindible mascarilla, calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), chubasquero (opcional), algo ligero para comer tipo frutos secos, fruta....
  - **Precio:**
    - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 8,00 €
    - Comunidad No universitaria: 10,00 €

- **CUARTA SALIDA: Inicicación al Kayak y visita y disfrute del Campus Náutico de la Universidad de Granada.**
  - **Fecha de realización:** Martes, 8 de Junio de 2021.
  - **Plazo de inscripción:** Del 19 de Mayo al 1 de Junio de 2021.
  - **Lugar y Hora de salida y llegada:** Campus Náutico de la Universidad de Granada (Carretera nacional 323 Bailén-Motril km 114, Albolote). De 17:00 a 20:30 horas aproximadamente. Importante, el

Copyright© 2025 Universidad de Granada

desplazamiento de ida y vuelta es por cuenta de los participantes.

- **Número de plazas:** Mínimo 10 - Máximo 20.
- **Información de la actividad:** Visita a las instalaciones del Campus Náutico y actividad de iniciación al kayak disfrutando de las vistas y el entorno.Seguiremos el siguiente programa:
  - 17:00-17:30: Visita-paseo por la instalación.
  - 17:30-18:00: Baño libre.
  - 18:00-19:15: Iniciación al kayak.
  - 19:30-20:30: Restaurante Campus Náutico. Libre participación.
- **Material necesario:** Imprescindible mascarilla, Hay vestuarios para su utilización. Gorra, crema con protección solar, calzado para mojar, bañador y toalla.
- **Precio:**
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 7,00 €
  - Comunidad No universitaria: 9,00 €

- **QUINTA SALIDA: Senderismo por Parque natural Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama. La carretera de la Cabra (Otívar).**
  - **Fecha de realización:** Sábado, 12 de Junio de 2021.
  - **Plazo de inscripción:**
    - SALIDA INDIVIDUAL: Del 8 al 10 de junio de 2021.
    - SALIDA CON ACOMPAÑANTE: Del 8 al 9 de junio de 2021.
  - **Lugar y Hora de salida y llegada:** Rotonda partida de Severo Ochoa a la altura de la entrada a los Paseíllos Universitarios. De 8:00 a 20:00 horas aproximadamente.
  - **Número de plazas:** Total de 30 plazas desglosadas en:
    - SALIDA INDIVIDUAL: 20 plazas.
    - SALIDA CON ACOMPAÑANTE: 10 plazas. Si no se cubren las plazas con acompañante el 9 de junio, se ofertarán como individuales el 10 de junio comenzando a llamar de la lista de espera que se genere en las salidas individuales.
    - **Información del recorrido:** Desplazamiento en autobús con las medidas de bioseguridad. Ruta de ida y vuelta de unos 16 km de intensidad física media por buen piso. Venta-mesón Los Prados - camino de Jayena - mirador pino de las cinco ramas - Cortijo Córzola.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

En la venta-mesón los Prados es la salida y llegada del senderismo; se dará tiempo para tomar algo antes y después de la actividad.

- **Material necesario:** Imprescindible mascarilla, calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), Protección solar, gorra y picnic para mediodía.
- **Precio:**
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 12,00 €.
  - Comunidad No universitaria: 15,00 €.

Copyright© 2025 Universidad de Granada