UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Senderismo de Primavera 2022

El Secretariado de Campus Saludable en coordinación con el Centro de Actividades Deportivas, oferta nuevamente dentro del Programa +50, el Senderismo de Primavera, programa de actividad física consistente en tres salidas combinando la actividad física moderada con la cultura.

¿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, mayores de 50 años.
  - No Universitario. Se permitirá un acompañante mayor de 50 años sin

Copyright© 2025 Universidad de Granada

vinculación a la UGR por inscripción.

¿Cómo matricularse y tipos de inscripciones?

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 y mayores de 50 años. 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

Copyright© 2025 Universidad de Granada

- 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 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.

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, intolerancias, 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 específico para trekking, cantimplora o similar, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), bastones de trekking (opcional), crema solar y chubasquero (opcional en función del tiempo).

Salidas programadas

-

Copyright© 2025 Universidad de Granada

PRIMERA SALIDA: Senderismo por la Acequia Real de la Alhambra.

- **Fecha de realización:** Sábado, 14 de Mayo de 2022.
- **Plazo de inscripción:**
  - Modalidad Individual: Del 19 de abril al 11 de Mayo de 2022.
  - Modalidad con Acompañante: Del 19 de abril al 5 de Mayo de 2022.
- **Lugar y Hora de salida y llegada:** Pilar del Toro, plaza de Santa Ana (Plaza Nueva). De 09:00 a 15:00 horas aproximadamente.
- **Número de plazas:** Mínimo 10 - Máximo 40.
- **Información de interés:** Ruta aproximada de 15 km de intensidad física media y por buen piso. Granada-Alhambra- -Llano de la Perdiz-Jesús del Valle-Sacromonte. Podéis consultar más información en el siguiente enlace: Acequia de la Alhambra
- **Material necesario:** Imprescindible mascarilla, calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada para hacer ejercicio y acorde a la temperatura del momento, gorra muy recomendable, proteción solar, bastones trekking (opcional), mochila pequeña (opcional), algo ligero para comer tipo frutos secos, fruta...
- **Precio:**
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 6,00 €
  - Comunidad No universitaria: 8,00 €

-

SEGUNDA SALIDA: Ruta cámara de agua y visita guiada al Jardín Nazarí de Vélez de Benaudalla.

- **Fecha de realización:** Sábado, 21 de Mayo de 2022.
- **Plazo de inscripción:**
  - Modalidad Individual: Del 19 de abril al 19 de Mayo de 2022.
  - Modalidad con Acompañante: Del 19 de abril al 10 de Mayo de 2022.
- **Lugar y Hora de salida y llegada:** Salida en autobús desde la rotonda partida de Severo Ochoa a la entrada de los Paseíllos Universitarios. De 9:00 a 18:30 horas aproximadamente.
- **Número de plazas:** Mínimo 23 - Máximo 40.
- **Información del recorrido:** Ruta aproximada de 13 km de intensidad física media y por buen piso, desnivel acumulado de unos 350 metros y 4 horas de duración. Despues de comer se podrán

Copyright© 2025 Universidad de Granada

comprar pestiños y roscos en el pueblo. Podéis ver más información pinchando sobre el siguiente enlace Ruta Cámara de agua y Jardín Nazarí

- **Material necesario:** Imprescindible mascarilla, calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada, gorra muy recomendable, mochila pequeña (opcional), bastones trekking (opcional). Picnic ligero para media mañana como frutos secos, fruta... y almuerzo.
- **Material recomendable:** Bastones de senderismo.
- **Precio:**
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 12,00 €
  - Comunidad No universitaria: 15,00 €

-

TERCERA SALIDA: El Caminito del Rey (Málaga)

- **Fecha de realización:** Jueves, 2 de Junio de 2022. IMPORTANTE: la fecha podría verse modificada por problemas en las reservas de entradas, avisándose con tiempo de antelación.
- **Plazo de inscripción:**
  - Modalidad Individual: Del 19 de abril al 20 de Mayo de 2022.
  - Modalidad con Acompañante: Del 19 de abril al 17 de Mayo de 2022.
- **Lugar y Hora de salida y llegada:** Salida en autobús desde la rotonda partida de Severo Ochoa a la entrada de los Paseíllos Universitarios. De 10:00 a 21:00 horas aproximadamente.
- **Número de plazas:** Mínimo 23 - Máximo 40.
- **Información del recorrido:** Ruta de 8 km aproximadamente (unas 3 horas), de intensidad física baja por buen piso con guía especializado. Imprescindible no tener vértigo. Visita guiada: 15:45 horas (la empresa organizadora comunica que esa hora es buena para esta fecha, ya que encontraremos el 80% del recorrido con sombra y el calor será menor).
- **Material necesario:** Imprescindible mascarilla y calzado deportivo específico de trekking, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), gorra muy recomendable, chubasquero en función del tiempo (opcional), algo ligero para picar en la ruta tipo frutos secos, fruta.... La comida se hará antes de la visita y podrá ser con un picnic propio personal o bien en el resturante cercano a la ruta.
- **Material no permitido por seguridad:** Palos selfie, muletas ni bastones de trekking.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

- **Precio:**
    - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 25,00 €
    - Comunidad No universitaria: 28,00 €

Copyright© 2025 Universidad de Granada