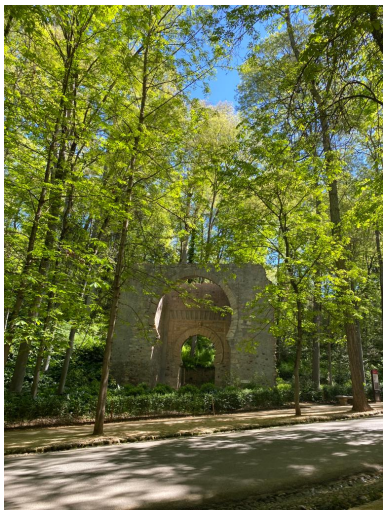
UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Senderismo de Primavera



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 varias 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 dos guías, 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

Copyright© 2025 Universidad de Granada

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 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

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Universitaria a la que acompañan. Pueden descargar el documento pinchando aquí:

Autorización acompañante Senderismo +50 Primavera

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 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 a los guías toda 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),

Copyright© 2025 Universidad de Granada

crema solar y chubasquero (opcional en función del tiempo).

Salidas programadas

- **PRIMERA SALIDA: Granada curiosa (ruta periurbana).**
  - **Fecha de realización:** Domingo, 14 de mayo de 2023.
  - **Plazo de inscripción:**
    - Modalidad Individual: Del 21 de abril al 11 de mayo de 2023.
    - Modalidad con Acompañante: Del 21 de abril al 4 de mayo de 2023.
  - **Lugar y Hora de salida y llegada:** Pilar del Toro, plaza de Santa Ana (Plaza Nueva). De 09:00 a 13:00 horas aproximadamente.
  - **Número de plazas:** Mínimo 10 - Máximo 40.
  - **Información de interés:** Ruta aproximada de 12 km de intensidad física media y por buen piso. Granada curiosa es una visita a la historia de Granada, alrededores de la Alhambra, Palacio de Carlos V, museo de la Alhambra, visita al centro y casco histórico.
  - **Material necesario:** 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: Ribera del Genil (ruta periurbana).**
  - **Fecha de realización:** Sábado, 20 de mayo de 2023.
  - **Plazo de inscripción:**
    - Modalidad Individual: Del 4 de mayo al 18 de mayo de 2023.
    - Modalidad con Acompañante: Del 4 de mayo al 11 de mayo de 2023.
  - **Lugar y Hora de salida y llegada:** Pilar del Toro, plaza de Santa

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Ana (Plaza Nueva). De 09:00 a 13:00 horas aproximadamente.

- **Número de plazas:** Mínimo 10 - Máximo 40.
- **Información del recorrido:** Ruta aproximada de 16,5 km de intensidad física fácil y por buen piso, desnivel acumulado de unos 186 metros y 4 horas de duración. Una ruta para conocer los bosques de ribera desde Granada capital a Pinos
Genil y la represa del Embalse de Canales.
- **Material necesario:** 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...
- **Material recomendable:** Bastones de senderismo.
- **Precio:**
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 6,00 €
  - Comunidad No universitaria: 8,00 €

-

TERCERA SALIDA: Los Cahorros Bajos desde Río Monachil.

- **Fecha de realización:** Sábado, 27 de mayo de 2023.
- **Plazo de inscripción:**
  - Modalidad Individual: Del 9 de mayo al 25 de mayo de 2023.
  - Modalidad con Acompañante: Del 9 de mayo al 18 de mayo de 2023.
- **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 14:00 horas aproximadamente.
- **Número de plazas:** Mínimo 20 - Máximo 48.
- **Información del recorrido:** Ruta aproximada de 10 km de intensidad física fácil, desnivel acumulado de unos 284 metros y 4 horas de duración. Discurre por la vereda del Río Monachil, a travesando la antigua central Eléctrica. Descubriremos sus gargantas, sus cortados, sus pozas, su flora y fauna.
- **Material necesario:** 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...

Copyright© 2025 Universidad de Granada

- **Material recomendable:** Bastones de senderismo.
- **Precio:**
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 12,00 €
  - Comunidad No universitaria: 15,00 €

-

CUARTA SALIDA: El Caminito del Rey (Málaga)

- **Fecha de realización:** Sábado, 3 de junio de 2023. La visita está reservada para las 14:30 horas.
- **Plazo de inscripción:**
  - Modalidad Individual: Del 9 de mayo al 31 de mayo de 2023.
  - Modalidad con Acompañante: Del 9 de mayo al 25 de mayo de 2023.
- **Lugar y Hora de salida y llegada:** Salida en minibus a las 10:00 horas desde la **parada de autobús situada junto a la entrada del Parque de Bomberos Norte** en sentido Maracena. Para obtener la ubicación del punto de salida y regreso pulse aquí.
- Regreso al mismo punto a las 20:00 horas aproximadamente.
- **Número de plazas:** Mínimo 16 - Máximo 20.
- **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. Hora de comienzo del Caminito del Rey a las 14:20 horas.
- **Material necesario:** 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...
- **Información extra:** La comida se realizará de 12:00 a 13:30 horas y correrá **a cargo de cada senderista** bien mediante picnic propio o reservando en restaurantes de la zona de comienzo de la ruta como "El Mirador" (tlf 952119809). Se recomienda que la **comida** sea **ligera** y acorde a la actividad a desarrollar seguidamente.
- **Material prohibido por seguridad:** Palos selfie, muletas y bastones de trekking.
- **Precio:**

Copyright© 2025 Universidad de Granada

- Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 30,00 €.
- Comunidad No universitaria: 33,00 €

Copyright© 2025 Universidad de Granada