

Centro de Actividades Deportivas

## 2023-2024: Recorridos de Montaña 4º ciclo (abril, mayo): especial Primavera

## Descripción, Nivel y Plazas.

Itinerarios sin dificultades técnicas pero con una cierta exigencia tanto técnica como física por su longitud y desniveles. Diseñados para ampliar el conocimiento de Sierra Nevada, descubriendo la montaña cuando deja atrás totalmente el invierno y se muestra colorida y exuberante en primavera.



Intentamos con este ciclo realizar algunos recorridos que, debido a su difícil acceso, no podemos llegar en autobús, así que dispondremos de transporte especial (furgonetas, 4×4) y el grupo de participantes será más reducido que en nuestros ciclos de montaña anteriores.

- Nivel: Medio alto.
- **Plazas:** Máximo 24 (**20** para ciclo completo y **2** plazas para la inscripción de la primera salida, **4** plazas para la segunda, tercera y quinta salida y **20** plazas para la cuarta salida ya que nos desplazaremos en autobús. En caso de no completarse las plazas para el ciclo completo, estas pasarán a ofertarse en las salidas individuales), mínimo 12.

# Periodo de inscripción (ciclo completo), precios y material.

## Periodo de inscripción (ciclo completo).

- Inscripción comunidad universitaria: Del 18 de marzo al 5 de abril de 2024.
- Inscripción comunidad no universitaria: Del 19 de marzo al 5 de abril de 2024.
- Muy importante: Si después de matricularse en cualquier actividad, no pudiera realizarla, deberá enviarnos un correo a @email, solicitando la baja, para poder adjudicar dicha plaza a otro solicitante.

**Atención:** Una vez completadas las plazas se abrirá una **lista de espera** que servirá para reemplazar las bajas posibles de inscritos.

Para apuntarse a la lista de espera se puede hacer bien presencialmente en las oficinas del CAD, bien mandando un correo a deportes@ugr.es, bien llamando por teléfono al 958240081, 958240082 o al 958240956.

## Precios comunidad universitaria (incluye transporte y guías).

### Precio ciclo completo:

- ∘ Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 125,00 €.
- Alumnos/as UGR con alta deportiva: 112,50 €.
- Alumnos/as UGR con alta deportiva, becarios/as M.E.C. o becas propias de la UGR (siempre y cuando lo hayan acreditado en las oficinas administrativas del C.A.D.): 100,00 €.

#### • Precio salida individual:

- ∘ Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 30,00 €.
- Alumnos/as UGR con alta deportiva: 27,00 €.
- Alumnos/as UGR con alta deportiva, becarios/as M.E.C. o becas propias de la UGR (siempre y cuando lo hayan acreditado en las oficinas administrativas del C.A.D.): 24,00 €.

# Precios comunidad no universitaria (incluye transporte y guías).

- Precio ciclo completo: 150,00 €.
- Precio salida individual : 36,00 €.
- MUY IMPORTANTE: Si después de matricularse en cualquier actividad, no pudiera realizarla, deberá enviarnos un correo a @email, solicitando la baja, para poder adjudicar dicha plaza a otro solicitante.

### Material.

- Mochila de montaña para un día (recomendable de 20 a 40 litros).
- Botas de montaña (no rígidas), pueden ser de caña mediana o alta, con suela antideslizante y con tacos (no se permitirá a ningún participante llevar zapatillas de deporte).
- Chubasquero, gore tex o similar.
- Camiseta de marcha (se recomienda que no sea de algodón).
- Jersey de forro polar.
- Pantalón largo de montaña (a ser posible que sea un pantalón técnico de montaña).
- Gorra o sombrero para el sol.
- Guantes finos.

- Crema solar.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o botella de agua (no inferior a 1 litro y medio).
- Comida personal (picnic y almuerzo).
- Mapa de la zona (opcional y recomendable).
- **Importante:** Cada cursillista tiene que llevar su propio picnic y bebida para la excursión.

# Salidas programadas, Recorridos y Periodos de inscripción.

- Primera salida. Sábado 13 de abril de 2024.
  - **Recorrido:** Dehesa del Camarate.
  - Fechas de inscripción en este recorrido:
    - Comunidad universitaria: Del 8 al 10 de abril.
    - Comunidad no universitaria: 9 y 10 de abril.
  - Mapa del recorrido
  - Datos del recorrido
- Segunda salida. Sábado 20 de abril de 2024.
  - Recorrido: Barranco de San Juan Cortijo del Hoyo Haza Mesa -Cortijo del Hornillo - Guarnón - Vereda de la Estrella - Barranco de San Juan.
  - Fechas de inscripción en este recorrido:
    - Comunidad universitaria: Del 15 al 17 de abril.
    - Comunidad no universitaria: 16 y 17 de abril.
  - Mapa del recorrido
  - Datos del recorrido
- Tercera salida. Sábado 27 de abril de 2024.
  - **Recorrido:** Lavaderos de la Reina.
  - Fechas de inscripción en este recorrido:
    - Comunidad universitaria: Del 22 al 24 de abril.
    - Comunidad no universitaria: 23 y 24 de abril.
  - Mapa del recorrido
  - Datos del recorrido
- Cuarta salida. Sábado 4 de mayo de 2024.
  - **Recorrido:** Acequias del Poqueira (Alpujarra).
  - Fechas de inscripción en este recorrido:
    - Comunidad universitaria: Del 29 de abril al 2 de mayo.
    - Comunidad no universitaria: 30 de abril y 2 de mayo.
  - Mapa del recorrido
  - Datos del recorrido
- Quinta salida. Sábado 11 de mayo de 2024.
  - Recorrido "Sendero Solidario del Avión": Refugio Postero Alto –
    Casa del Gualda Cortijo Rosetas Piedra de los Lobos Tajos de chorreras Negras Barranco del Alhorí Loma de En medio Refugio Postero Alto.
  - Fechas de inscripción en este recorrido:
    - Comunidad universitaria: Del 6 al 8 de mayo.
    - Comunidad no universitaria: 7 y 8 de mayo.

- Mapa del recorrido
- Datos del recorrido

## Lugar y hora de salida

- Lugar: Parada de autobús situada en la Calle Neptuno, frente al Centro Comercial Neptuno, dirección salida a Circunvalación.
- **Hora de salida:** Primera salida (13 de abril) a las 09:00 horas. Segunda salida (20 de abril) a las 09:00 horas. Tercera salida (27 de abril) a las 08:30 horas. Cuarta salida (4 de mayo) a las 08:00 horas. Quinta salida (11 de mayo) a las 08:00 horas.

**Atención**: Aunque haga mal tiempo (lluvia, nieve, viento...) siempre se saldrá al punto de inicio del Recorrido y allí se evaluará si se realiza o no la excursión.

**Observación:** Las fechas propuestas de estos recorridos pudieran tener alguna modificación debido a buscar las mejores condiciones de acceso y deshielo de los recorridos propuestos, en especial la última salida de Lavaderos de la Reina que por sus especiales características (mejor momento de deshielo) pudiera ser susceptible de cambios.

### Créditos E.C.T.S.

 Para el presente curso académico, le corresponde a esta actividad 1 crédito E.C.T.S. (mínimo 4 salidas).