

Centro de Actividades Deportivas

### 2019-2020: Senderismo de Otoño - Invierno



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 su programa de actividad física en otoño consistente en cuatro o cinco salidas combinando la actividad física moderada con la

cultura.

## ¿Cómo matricularse?

Acceda a la información sobre matriculaciones a través del siguiente enlace:

INFORMACIÓN SOBRE MATRICULACIONES

# ¿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.
  - o Jubilados de la UGR.
- La comunidad no universitaria 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 hípica y del senderismo, combinando naturaleza y cultura.

• Nivel: Iniciación.

- Existirán dos tipos de precios en función del tipo de inscripción y salida:
  - 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. Es necesario presentar en la oficina administrativa de Fuentenueva, el siguiente documento relleno, antes de hacer la inscripción: Descargue el documento pinchando aquí.

Impreso autorización de inscripción de acompañante

## **Observaciones Generales**

## 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.
  - Los miembros de la comunidad universitaria podrán obtener el alta virtualmente a través del acceso identificado en el menú Cursos y Altas deportivas.
- 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, 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.

## **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 su propio picnic y bebida para la salida 2 de la Sierra de Cazorla.

## Salidas programadas

•

#### Primera salida - Primera luna llena de Otoño:

- **Plazo de inscripción:** Del 01 de octubre al 10 de octubre de 2019.
- Fecha de realización: Lunes 14 de Octubre de 2019.
- **Lugar y Hora de salida y llegada:** Pilar del Toro, plaza de Santa Ana (Plaza Nueva). De 18:00 a 22:30 horas aproximadamente.
- Número de plazas: Mínimo 10 Máximo 25.
- Información de interés: La ruta de unos 10 kilómetros por el Albaycín nos llevará a San Miguel alto para contemplar la salida de la luna. Intensidad física baja-media. Por buen piso. Imprescindible calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), chubasquero (opcional).
- Precio:
  - Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 5,00 €
  - Comunidad No universitaria: 7,00 €

•

### Segunda salida: Sierra de Cazorla.

- **Plazo de inscripción:** Del 01 de octubre al 16 de octubre de 2019.
- Fecha de realización: Sábado 19 de Octubre de 2019.
- Recorrido: Senderismo cerrada de Elías Pasarelas del Río Borosa Visita Torre del Vinagre Botánico Centro de visitantes de Río Borosa
- Lugar y Hora de salida y llegada: Rotonda partida de Severo Ochoa a la altura de la entrada de Paseos Universitarios. Hora de salida: 8:00 horas y llegada a las 22:00 horas aproximadamente.
- **Número de plazas:** Mínimo 15 Máximo 25 (aproximado en función

del minibus).

 Información del recorrido: Intensidad física baja-media. Por buen piso. Imprescindible calzado cómodo, cantimplora o botella de agua, ropa apropiada, mochila pequeña (opcional), chubasquero (opcional), bastones trekking (opcional). Pícnic. Incluye minibús para el desplazamiento.

#### • Precio:

■ Comunidad universitaria +50 y jubiladas/os UGR: 12,00 €

■ Comunidad No universitaria: 15,00 €

### Programa UGR Sierra de Cazorla

• Tercera cuarta y quinta salida por confirmar.