

“TÍJOLA ACTIVA”

JORNADAS MUNICIPALES DE SENDEROS.

INTRODUCCIÓN

El senderismo es un deporte realizado por la mayoría de las personas. Cada vez vemos mas hombres y mujeres andando por las tardes por caminos y carreteras cercanas a nuestro municipio, o por las noches recorriendo las calles del mismo. Es la forma más sencilla y económica de hacer ejercicio físico, pues solo necesitamos unas zapatillas cómodas y decidir la ruta a realizar.

En estos dos senderos, vamos a retomar el camino antiguo que unían los pueblos de Tíjola y Bayarque, y las sendas que utilizaron nuestros antepasados nuestros mayores para ir a los dos molinos y a las zonas más bonitas e históricas de nuestro municipio.

1. OBJETIVOS

- _ Fomentar la práctica deportiva continuada de los ciudadanos de nuestro municipio a través del Senderismo.
- _ Guiar a los senderistas para que puedan realizar una práctica segura y que conozcan la dificultad requerida de los senderos.
- _ Intentar cambiar el recorrido peligroso que realizan muchas personas por las carreteras, por otro más saludable por el medio natural cercano.
- _ Promover el conocimiento de parte de nuestro entorno cercano y sus zonas de interés (Históricas,, naturales, y culturales,...).
- _ Buscar el respeto hacia el medio ambiente y hacia la tradición rural/cultural /histórica del pueblo.
- _ Conocer, valorar y preservar nuestro patrimonio.
- _ Recuperar el patrimonio viario tradicional, caminos y sendas que por el paso del tiempo y del abandono, tienden a olvidarse y a desaparecer.
- _ Dar a conocer el nuevo sendero que en breve se homologará.

2. DESTINATARIOS

Este programa esta destinado a todos los grupos de edad de nuestro municipio, dividiendo las cuatro jornadas que consta en:

- Una para los niños menores de 14 años. Para los cual nos pondremos en contacto con el AMPA del colegio, y con los que informaremos a los padres/madres para que ellos también tengan que acompañar a sus hijos, y en caso que no se pueda, un responsable de cada niño.
- Otra para los jóvenes del municipio, contactando con el Guadalinfo del municipio, centro que está en continua comunicación con este tramo de edad, y con el instituto. Los menores de edad tendrán que rellenar una autorización para poder realizar la actividad.
- Otra para personas mayores y adultos, estando en contacto con dos asociaciones de Tíjola que tienen posibilidad de aportar más cantidad de socios y personas cercanas a ellas, que son la de la tercera edad y la de las amas de casa.
- Por último, una jornada a otro sendero por nuestra zona histórica y que nos llevarían a todos los grupos anteriores. En esta convocatoria, que por su dificultad media, quedan excluidos menores sin acompañamiento o personas con bajo nivel físico.

3. RUTAS A REALIZAR

El conjunto de actividades consta de cuatro jornadas diferenciando dos senderos distintos :

- El sendero de la Fuensanta, sendero visto para realizar unas obras y que se quiere homologar, y al que se llevarán a los tres grupos en distintos días.
- El sendero de Tíjola la Vieja- la Cerrá, donde se intentará llevar a un entendido de la zona y de la historia del entorno, para darnos a conocer este emblemático paraje, y unas nociones básicas de conocimiento, de respeto y de protección de los bienes arqueológicos con los que cuenta la zona.

4 PRESTACIONES

- Servicios de Guía por los técnicos deportivos municipales
- Seguro de Responsabilidad Civil.
- Desayuno o merienda ofrecido por el Ayuntamiento.
- Seguro de Accidentes.

5 FECHAS DE REALIZACIÓN

Estarían pensadas para lunes 30 y martes 31 de marzo y miércoles 1 de abril (semana santa) para el sendero de la "Fuensanta" haciéndose por la tarde, y domingo 19 de abril por la mañana, para el sendero de "Tíjola la Vieja",

6. MATERIAL PERSONAL IMPRESCINDIBLE

- Ropa de abrigo impermeable
- Gafas de sol
- Crema de alta protección (labios y cara).
- Calzado apropiado de montaña
- Mochila apropiada
- Gorra con visera
- Agua y avituallamiento para consumir durante el desarrollo del sendero.

7. RECOMENDACIONES Y COMPROMISOS:

- Debemos pasar lo más desapercibidos posibles.
- Respetemos las plantas y los animales.
- Procurar no salirse de los senderos.
- Procurar no hacer ruido.
- Procurar no tirar nada al suelo.
- Procurar no encender fuego.
- Respetar y cuidar las fuentes y arroyos.
- Vestir con ropa ligera pero adecuada a la climatología
- Llevar: botas de Trekking y chubasquero.

8. NORMATIVA PARA LA PARTICIPACION

- La condición física de los participantes deberá ser apropiada a las distancias y dificultades de los recorridos a realizar.

9. PROTECCIÓN DEL DEPORTISTA

El artículo 36 de la Ley 6/1998, de 14 de diciembre del Deporte de Andalucía dispone que "la asistencia sanitaria derivada de la práctica deportiva general del ciudadano constituye una prestación ordinaria del régimen de aseguramiento sanitario del sector público que le corresponda..."

Se recomienda a los participantes que sería muy recomendable realizar un examen médico detallado del estado de salud, analizando si la aptitud física

personal es la adecuada para poder realizar la inscripción en un programa de actividades físico-deportivas de estas características.

La organización dispondrá del servicio de Protección Civil / Sanitario, para la primera asistencia sanitaria a los senderistas que lo precisaran.

En caso de que el participante no disponga de cobertura sanitaria de cualquier régimen, su participación deberá ser bajo su entera responsabilidad, quedando obligado a presentar a la Organización un compromiso responsable.

10. DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD RUTA SENDERISTA

SALIDA: Será neutralizada, así como el resto del recorrido que será siempre guiado.

CARAVANA DE ORGANIZACIÓN:

Guía / Protección civil

Participantes

Protección Civil/Sanitario

Guía de organización

RECOGIDA Y LIMPIEZA: La organización recogerá los carteles, cinta y otros elementos que marcaban el recorrido, así como aquellos restos del avituallamiento si lo hubiese.

LLEGADA: se realizará en grupo hasta el lugar señalado por la organización, se controlará que todos los participantes han finalizado en buen estado.

ANEXO 1:

SENDEROS A REALIZAR:

1.-SENDERO DE LA FUENSANTA.

RUTA “LA FUENSANTA”

30 de marzo, 1 de abril y otra a determinar.

1. Datos Generales.-

Fecha: 30 de marzo para jóvenes, 31 de marzo para los niñ@s menores de 14 años y acompañantes, y 1 de abril para los mayores y adultos

Lugar Salida: Pabellón Municipal de deportes de Tíjola

Hora salida: 16h

Dificultad: media

Inscripción: En el pabellón municipal, en asociaciones colaboradoras (AMPA, Guadalinfo, Asociación de amas de casa “la Aurora”, Asociación de la tercera edad de Tíjola).

2. Datos Técnicos.-

Distancia: 5'4 Km

Tipo Recorrido: Circular

Tipo de superficie: Sendero empedrado, tierra, cementado y asfalto.

Tiempo aproximado de recorrido: 3 h.

Altura mínima: 647 m (salida del pabellón)

Altura máxima: 830 m (en la Trinchera Colorá)

Desnivel Neto: 183 m

Descripción: Salida desde los aparcamientos del pabellón y tomamos la senda que nos lleva a la “Fuensanta”, tomamos otra senda (a realizar), que va por detrás de la Fuensanta y llegamos a la nave de “las Malvinas”, y por monte público y senderos, hasta el cementerio que se bordea para dirigirnos al camino de Bayarque para dirigirnos al Calvario que se hace el recorrido. Se retoma el camino de Tíjola a Bayarque y lo hacemos en todo el tramo de tierra hasta “la Trinchera Colorá” donde nos desviamos por el camino de la escombrera, campo de fútbol y regreso al pabellón.

3 Mapa del recorrido



2.-SENDERO DE TÍJOLA LA VIEJA”/”LA CERRÁ”

RUTA DEL PARAJE NATURAL “TÍJOLA LA VIEJA”/”LA CERRÁ”

1. Datos Generales. -

Fecha: 19 de abril

Lugar Salida: Ermita del Salvador

Hora salida: 10'00 horas

Dificultad: Media

Inscripción: En el pabellón municipal, en asociaciones colaboradoras (AMPA, Guadalinfo, Asociación de amas de casa “la Aurora”, Asociación de la tercera edad de Tíjola).

2. Datos Técnicos. -

Distancia: 5 Km

Tipo Recorrido: Circular

Tipo de superficie: Sendero empedrado, tierra,

Tiempo aproximado de recorrido: 4/5 h.

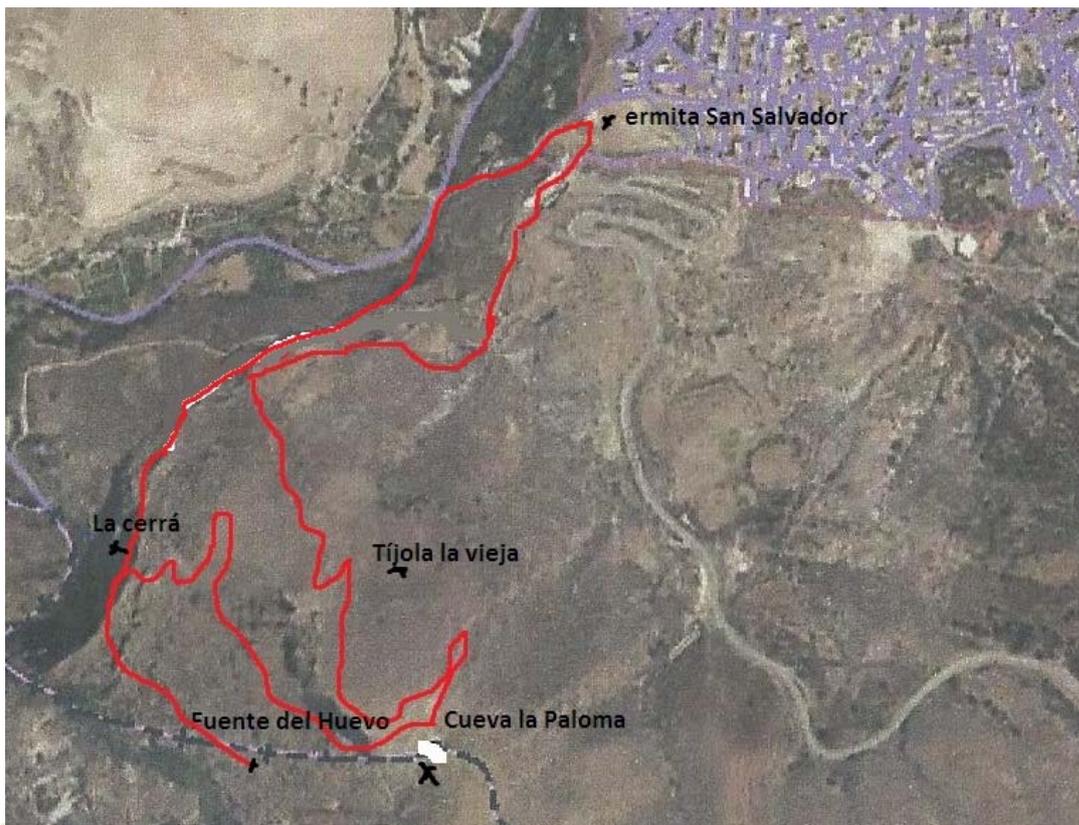
Altura mínima: 647 m (salida de la ermita)

Altura máxima: 830 m (aljibe de Tíjola la Vieja)

Desnivel Neto: 183 m

Descripción: Salida desde la ermita del Salvador. Cogemos el camino que nos lleva a la Cerrá, y a la altura de los olivos de la derecha tomamos el sendero de los molinos. Pasamos por la parte alta del cortado y nos dirigimos a “Tíjola la Vieja” por el acceso oeste del antiguo castillo. Salida del recinto amurallado por la parte sur, la otra entrada. Bajamos al río Bacaes y seguimos el cauce viendo el molino de los Guiard y la Cerrá desde la parte del río. A continuación nos desviamos por la acequia hasta las ruinas del cortijo de Daire, donde tomamos otro camino que cruza el río y nos lleva de nuevo a la ermita del Salvador.

3 Mapa del recorrido



El tramo que se marca a la Fuente del Huevo no se realizará, pues se espera gran número de participantes y esta senda es demasiado estrecha.