

CASTILLA-LA MANCHA

Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA
DEPORTES



Federación de Deportes de Montaña
de Castilla-La Mancha
Comité de Senderos

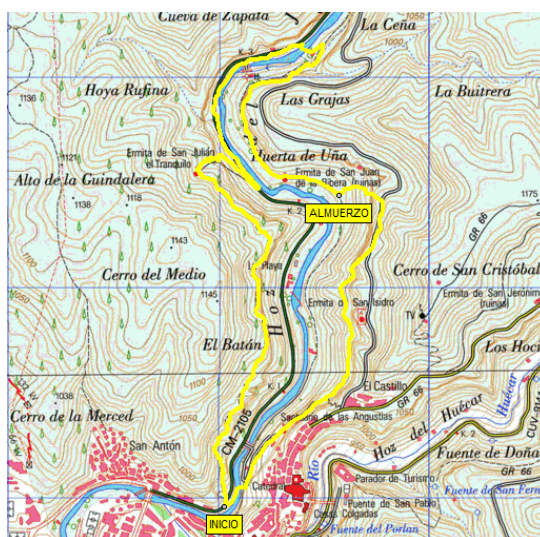


Comité de Senderos

CUENCA: DEPORTE Y NATURALEZA

SL-CU 11 Ruta de la Hoz del Júcar y San Julián

CUENCA: Nido de águilas



FICHA TÉCNICA

Recorrido: Aparcamiento de la Terraza del Júcar (frente a la cantera), fuente del Abanico, santuario de Las Angustias, ermita de San Juan de la Ribera, Escuela de Piragüismo, presa de Las Grajas y Terraza del Júcar.

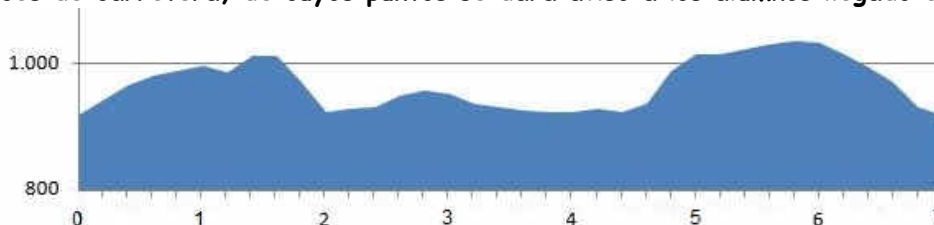
Hora de inicio de la Actividad: 10:00 Hora de finalización: 13:00

Distancia: 7 km. Dificultad: Media Tipo: Circular

Altitud máx. 1038m Altitud mín. 926.

Tipo de firme aprox.: 1,8km-calle, acera y/o paseo y 5,2km-senda/camino.

NOTA: La dificultad del trazado radica en la necesaria atención que deberemos prestar a los tramos escalonados y cruces de carretera, de cuyos puntos se dará aviso a los alumnos llegado el momento.



Descripción de la actividad: Reunión de grupos en el aparcamiento de la Terraza del Júcar, frente a la cantera y la subida a San Julián desde la capital. Presentación de la actividad junto al cartel informativo y explicación de las características básicas de los Senderos Homologados bajo la Norma FDMCM y de la conducta en el Medio Natural. El inicio del trazado cruza el puente sobre el río Júcar para subir hacia el santuario de Las Angustias. Por senda nos dirigiremos hacia las ruinas de la antigua ermita de San Juan de la Ribera y Las Grajas; al nivel de la carretera, por cuyo paseo transitaremos unos metros. Tras cruzar la carretera subiremos hacia la ermita de San Julián, donde pararemos para almorzar. El regreso a Cuenca se realiza por la senda que se discurre sobre los farallones rocosos, obteniendo magníficas vistas de la ciudad hasta desembocar nuevamente frente a la Terraza del Júcar.

Temática: Senderismo y Senderos Homologados, Historia, Cultura, Naturaleza y Geología.

CASTILLA-LA MANCHA

Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA
DEPORTES

Comité de Senderos



Federación de Deportes de Montaña
de Castilla La Mancha
Comité de Senderos



CUENCA

La ciudad de Cuenca, estratégicamente situada sobre un puntal cretácico en la confluencia de los ríos Júcar y Huécar, remonta su fundación hasta la época de la conquista musulmana hacia el año 700.

La roca caliza de sus farallones ha sido modelada durante millones de años por el agua y el viento dando lugar a distintos fenómenos propios de la erosión kárstica como son las caprichosas formaciones que abrazan el casco antiguo. Es una ciudad rodeada de Naturaleza, de fauna y flora diversas y propias de un clima de media montaña que ha marcado desde siempre la cultura y la economía de sus gentes.



RECOMENDACIONES PARA LOS ALUMNOS

El tiempo en el campo es cambiante; puede amanecer un día magnífico y empeorar con las horas...Por ello es necesario preparar cuidadosamente la mochila.

- Importante: mochila pequeña con agua suficiente y/o bebida isotónica y almuerzo: bocadillo, frutos secos, barritas energéticas, fruta, chocolate...
- Botas de montaña que se fijen al terreno y protejan los tobillos.
- Recomendables los calcetines de algodón sin costuras para evitar ampollas.
- Ropa cómoda, ligera y transpirable, además de algo de abrigo, gorro/a y chubasquero.
- Si necesitas parar durante la marcha avisa al guía, profesor o al compañero más cercano.
- Si te pierdes no deambules por el monte, aguarda en el camino; será más fácil localizarte.

Y... AYÚDANOS A PROTEGER EL ENTORNO; ES TUYO, ES DE TODOS

- No arrojes basura, utiliza las papeleras o guarda los restos en tu mochila hasta el regreso a casa.
- No arranques flores o plantas; con las fotografías podrás tener su recuerdo siempre fresco.
- No utilices los atajos, camina siempre por los caminos principales.