



# **AVENTURA-ORIENTACIÓN NOCTURNA**

## **Área Recreativa "Peña del Águila"**

### **Mancha Real-Jaén**

*Curso 2025-26*



**Fecha, hora y punto de encuentro:** martes 14 de abril a las 19'00 horas en el Área Recreativa "Peña del Águila", situado en la carretera desde Mancha Real al repetidor del Almadén. Regreso a las 23'00 horas aproximadamente.

**Desplazamiento:** en vehículos particulares.

**Nº plazas:** 20 plazas (10 equipos).

**Dificultad:** FÁCIL. Actividad de Iniciación. Recorrido entre 4-6 km con 200 mts de desnivel positivo y por todo tipo de terreno: sendero, caminos, campo a través, etc. Apto para todas aquellas personas que quieran iniciarse en una actividad fácil, divertida y competitiva.

**Material necesario:** Linterna frontal para la cabeza y pilas nuevas, ropa y calzado deportivo adecuado a las condiciones, agua suficiente, cena (para compartir un rato juntos) y ropa para cambiarse.

**Incluye:** Guías-monitores, Seguro accidentes, material técnico necesario.

## Descripción

Prueba competitiva de iniciación que combina la carrera a pie y la orientación. El objetivo de la actividad es localizar en el terreno, todas las balizas marcadas en un mapa, en el menor tiempo posible. Para ello, cada equipo formado por dos personas, deberá elegir el recorrido más idóneo para realizar la prueba en el menor tiempo posible.

### **OBJETIVOS:**

- \*Introducir al alumno en esta actividad deportiva, aprendiendo las nociones básicas para orientarnos en la naturaleza.
- \*Fomentar la participación en las carreras de Orientación.
- \*Divulgar la práctica de la orientación como algo imprescindible para aquellas personas que practiquen actividades en el medio natural.

### **RECOMENDACIONES**

- ✓ Llevar ropa y calzado deportivo adecuado a la actividad a realizar y a las condiciones climáticas del momento.
- ✓ Llevar comida y bebida para una cena entre todos los participantes al finalizar la prueba.
- ✓ Respetar en todo momento el entorno natural y evitar daños. Es importante dejar todo tal y como lo hemos encontrado.