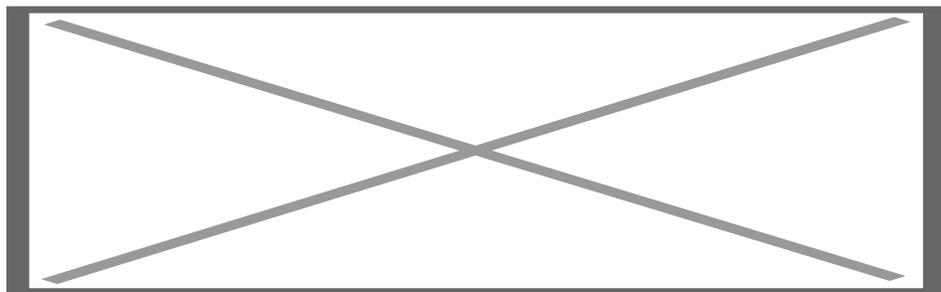


# Orientación en montaña e introducción a las Carreras de Orientación



## Talleres

*Con nuestro taller de "Orientación en montaña e introducción a las carreras de Orientación" aprende a usar la brújula y el mapa, identificar el relieve, los rumbos, triangular etc.. y luego realiza una emocionante carrera, buscando los puntos de paso y las balizas con la ayuda de mapa y brújula, por un recorrido de montaña.*

	<b>viernes 11 de noviembre:</b> de 16 a 20 horas
<b>Fecha y Horarios</b>	<b>sábado 12 de noviembre:</b> Carrera Circuito Provincial de Orientación, prueba iniciación adultos, hora por confirmar, en torno a las 9 horas
	<b>domingo 13 de noviembre:</b> práctica en el entorno del Neveral, de 10 a 14 horas
	<b>A partir del lunes 31 de octubre:</b> Comunidad Universitaria por Campus Virtual.
<b>Plazos de inscripción</b>	<b>A partir del martes 1 de noviembre:</b> Egresados y Cónyuges de PAS y PDI en las oficinas del SAFYD o por el procedimiento de pago electrónico. (Solo por Web)
	<b>A partir del miércoles 3 de noviembre:</b> Resto de interesados, en las oficinas del SAFYD o por el procedimiento de pago electrónico.
	<b>5 €</b> Alumnos/as con Tarjeta SAFYD
<b>Tarifas</b>	<b>10 €</b> Resto de la comunidad universitaria y egresados, con Tarjeta SAFYD
	<b>15 €</b> No Universitarios

*El S.A.F.Y.D. se reserva la posibilidad de suspender o aplazar aquellas actividades que no lleguen al 50% de ocupación.*

**Plazas Monitor/a y Sala**

**Contenidos**

**VIERNES 11 de noviembre, de 16'00 a 20'00 horas.** Pabellón polideportivo de la UJA.

Contenidos teóricos y prácticos

- Elementos geográficos de la tierra
- El mapa: tipos y partes
- Instrumentos de lectura: la brújula y el gps
- Orientación con mapa y brújula
- Las carreras de Orientación

**José Lara Dávila**

*Técnico de Deportes  
UJA - Especialista  
AFN*

20  
plazas

**Paula Gil de la Vega**

*Deportista de  
Orientación*

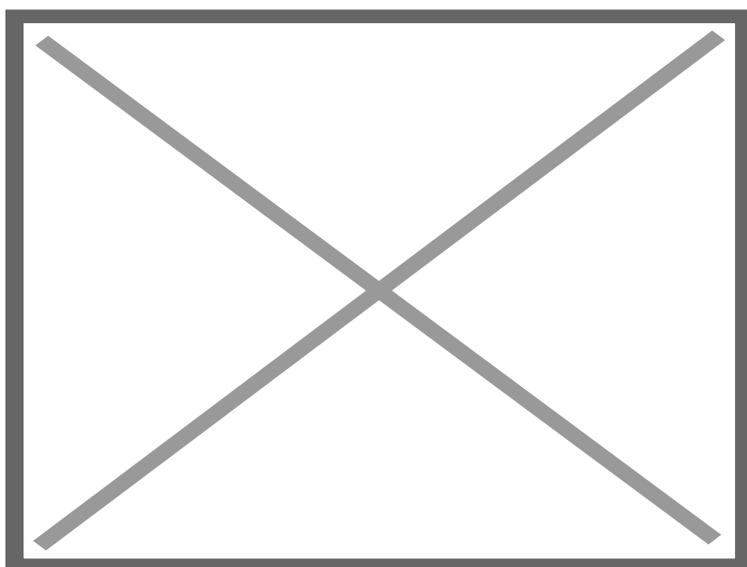
**SABADO 12 de noviembre de 9'00 a 14'00 horas:** Sierra Periurbana de El Nerval.

- PARTICIPACIÓN EN EL CIRCUITO DE CARRERAS DE ORIENTACIÓN DE LA DIPUTACIÓN DE JAÉN - Categoría: Iniciación Adultos (salvo aquellos ya iniciados)

**DOMINGO 13 de noviembre de 10'00 a 14'00 horas:** Sierra Periurbana de El Nerval.

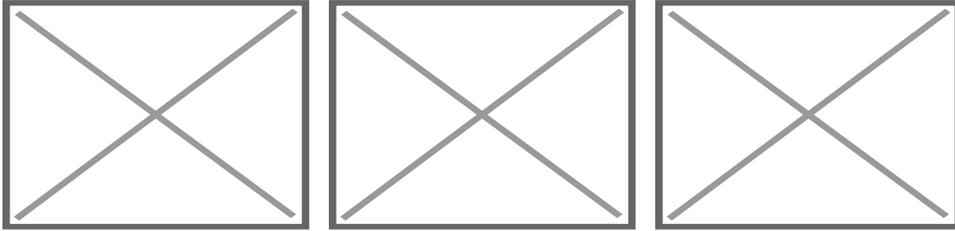
Contenidos prácticos

- Orientar el mapa y situarnos en él
- Obtención de rumbos y técnicas de orientación con mapa y brújula
- Carreras de Orientación: Técnicas de carrera; interpretación del mapa y su simbología.



---

[Síguenos en](#)



## **Enlaces relacionados**

- [Universidad virtual \(inscripciones universitarios y consulta de disponibilidad\)](#)
- [Reservas de actividades \(No Universitarios, Egresados y cónyuge e hijos/as\) y consulta de disponibilidad](#)
- [Pago electrónico](#)
- [Condiciones de participación en actividades](#)

## **Documentos relacionados**

- [Hoja Informativa Taller Orientación en montaña e introducción a las Carreras de Orientación](#)
- [Solicitud de Actividades](#)
- [Resolución de Gerencia por el que se establece procedimiento para la devolución de ingresos por actividades físicas y deportivas](#)