



Programa Actividad

RUTA 1 (día 1): Nacimiento del Río Segura-Hoya del Ortigal-Pinar Negro-Ramblaseca-Cañada del Rincón-Campo del Espino-Nacimiento del Río Segura.

Distancia: 58 km aprox. **Dificultad:** Media. **Firme:** camino y pista con desnivel moderado.

RUTA 2 (día 2): Nacimiento del Río Segura-Tinada de las Cruces-Don Domingo-Cañada Mergosa-Don Domingo-Los Teatinos-Pontones-Nacimiento del Río Segura.

Distancia: 52 km aprox. **Dificultad:** Media. **Firme:** caminos con desnivel moderado de subida y descensos largos por camino.

Muy importante:

- Vestimenta adecuada: culotte, zapatillas de bici, guantes, chaqueta, gafas y cortavientos (se recomienda llevar recambio para el día siguiente).
- Cada participante deberá llevar la comida para los dos días y ropa y/o material necesario para pasar la noche al aire libre (saco de dormir, tienda de campaña, utensilios de aseo, etc). Este material será transportado en furgoneta hasta el lugar donde pasaremos la noche, por lo que durante las rutas en btt no tendremos que llevar nada de bultos.
- **Será obligatorio el siguiente material:** Casco durante todo el recorrido, cámara de repuesto, desmontadores y material para arreglar pinchazos.
- **Llevar la bicicleta en condiciones óptimas a fin de evitar averías y retrasar al grupo.**
- Durante la actividad podéis llevar alimentos energéticos como frutos secos, chocolate, etc.
- Tanto el programa como las actividades podrán ser modificadas o anuladas por el monitor responsable, debido a factores ajenos a la organización (lluvia, condiciones adversas, etc). Cualquier otra circunstancia no contemplada será, sólo y exclusivamente responsabilidad del participante.

PARA CUALQUIER DUDA O CONSULTA PONERSE EN CONTACTO CON EL MONITOR RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD EN EL SERVICIO DE DEPORTES DE LA UJA.