

# Rutas BTT por la Sierra de Huétor

**Fecha:** 2 y 3 de octubre de 2013.

**Hora y lugar de salida:** miércoles, día 2 a las 10'00 horas desde el Pabellón polideportivo de la UJA. Regreso el jueves, día 3 a las 18'00 horas aprox.

**Alojamiento:** Albergue Inturjoven de Víznar (Granada).

**Incluye:** transporte de bicicletas, alojamiento, cena y desayuno, seguro accidentes, actividades y desplazamiento.

**Es obligatorio el uso de casco durante todo el recorrido.**

**Desplazamiento:** en vehículos particulares.

**Importante:** Cada participante podrá llevar su bicicleta de montaña. Aquellos que no dispongan de bicicleta, podrán alquilarla al precio de 25 € los 2 días, reservándola en el SAFYD antes del viernes 27 de septiembre.



## ITINERARIOS Y DIFICULTADES

Se han diseñado dos rutas alternativas para cada día, con diferentes dificultades, características técnicas y desniveles a fin que resulte esta actividad asequible a toda aquella persona que practique la bicicleta de montaña.

Se establece, por tanto dos itinerarios para cada día:

**RUTA A:** dificultad MODERADA, con desniveles positivos que rondan los 1000 mts, distancias entre 40-60 km y que alterna los caminos, pistas y algo de sendero.

**RUTA B:** dificultad FÁCIL-MEDIA, con desniveles positivos que rondan los 500 mts, distancias entre 20-35 km y que discurren por caminos y pistas forestales.

Para todos aquellos participantes se exige unas condiciones físicas mínimas para poder desarrollar dicha actividad y el manejo básico de la bicicleta de montaña (conducción, cambios, etc).



## Algunos consejos:

Puesto que vamos a realizar una actividad considerable en BTT, no hay que olvidar una serie de consejos:

- Vestimenta adecuada: culotte, zapatillas de bici, guantes, chaqueta, gafas y cortavientos (se recomienda llevar recambio para el día siguiente).
- **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.

