

1ª RUTA DE  
SENDERISMO

A BENEFICIO  
DE PROYECTO

HOMBRE  
25 DE MARZO

¡VENTE  
DE MARCHA  
CON PROYECTO  
HOMBRE!

### FUNDAMENTACIÓN

A través de este proyecto se pretende unir la sensibilización con la problemática de las adicciones a la población murciana, con la realización de una actividad saludable y con un carácter preventivo. Se pretende generar un espacio en el que compartir con la sociedad murciana un día de deporte, actividad física y diversión, en el que el tema central será la prevención de las adicciones a través de un estilo de vida saludable, tanto desde la perspectiva del ejercicio físico, como de las relaciones sociales y familiares saludables.





# PRIMERARUTA A BENEFICIO DE PROYECTO HOMBRE



## BULLAS-CARAVACA CEHEGÍN-CARAVACA

 10km

 25km

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Esta actividad consiste en la realización de una marcha, a pie o en bicicleta, con llegada a Caravaca de la Cruz, empleando la Vía Verde del Noroeste.

#### MODALIDADES

- a) Andando (Marcha a Pie). 10km
- b) Pedaleando (Mountain Bike). 25km

### CARACTERÍSTICAS

La I RUTA DE SENDERISMO EN BENEFICIO A PROYECTO HOMBRE, NO ES COMPETITIVA, se realiza sobre un mismo escenario, en la parte final de recorrido, andarines y ciclistas se entre mezclan haciendo del deporte una fiesta de fantasía, luz y color.

La Prueba de M.T.B, tiene su inicio en el Camping La Rafa (Bullas), después de descender hacia la vaguada del Arroyo de Los Muleros, se dirige a un nuevo cruce con la carretera RM15. Una vez en éste, seguiremos de frente por una pista asfaltada unos 700 m., una casilla de paso a nivel nos revelará que ya estamos en la plataforma del ferrocarril.

Tras estas dificultades, se llega a uno de los parajes más impresionantes del recorrido, con abruptas laderas tapizadas de pinares, en el que se encuentra los espectaculares viaductos sobre el Arroyo Burete y el Quípar Pocos metros antes de llegar a este último viaducto a la orilla de la vía se localizan las ruinas de una antigua ciudad visigoda, Deitana Begastrí, antecedente de la actual Cehegín, la cual está saliendo poco a poco a la luz merced a las excavaciones realizadas.

Tras cruzar de nuevo la carretera RM15, llegamos a Cehegín, su Estación, reformada ahora en Albergue será lugar de Salida para la Prueba de Senderismo.

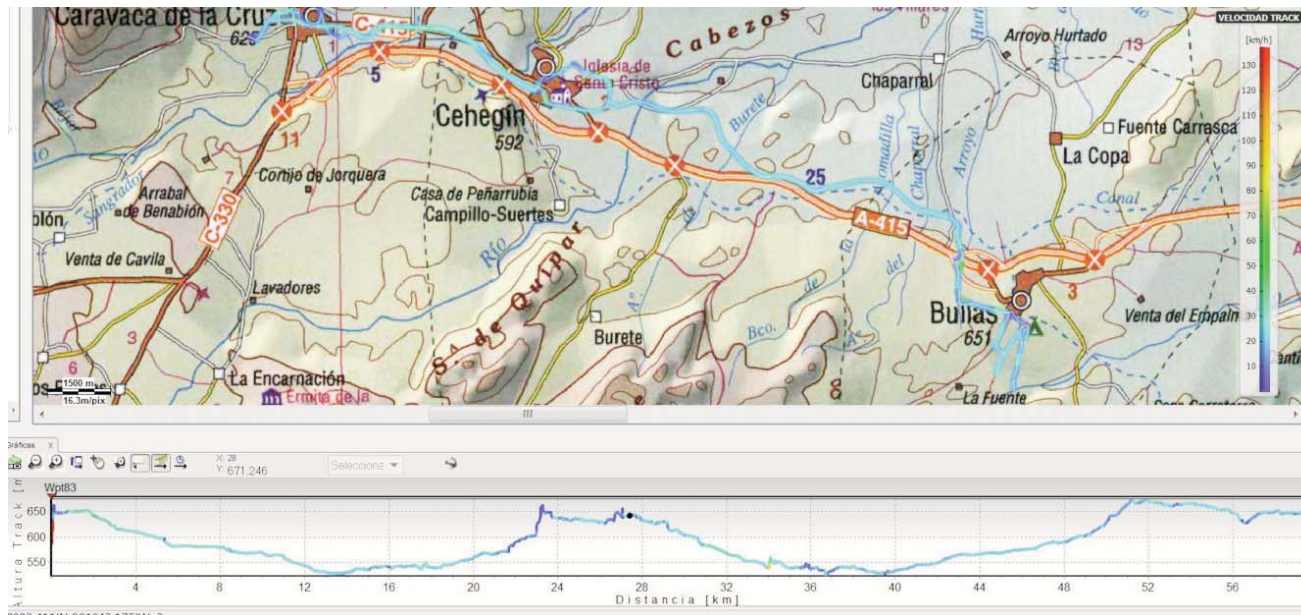
Unos 800 m. más adelante de la estación, una ocupación del antiguo trazado ferroviario obliga a dar un pequeño rodeo por un barrio de Cehegín, perfectamente señalizado, una vez abandonadas las calles de Cehegín, volvemos definitivamente a la traza. Al poco, cruzaremos un túnel, desde aquí, el camino prosigue sin ningún obstáculo hasta Caravaca, teniendo una entrada triunfal a la villa entre una arboleda frondosa. El tramo final hasta la estación se perdió hace años, siendo fácil llegar a ella tomando unos caminos rurales señalizados para la Vía Verde, que traman un pequeño rodeo por el que, sin problemas relevantes, llegaremos frente a la vieja estación del ferrocarril, desde aquí partiremos hasta las Fuentes del Marques, donde pondremos punto y final a nuestra ruta, en este paraje natural que a nadie deja indiferente, por su belleza, donde el agua corre por todos los rincones de este hermoso lugar, árboles centenarios y una extensa vegetación.



# PRIMERA RUTA A BENEFICIO DE PROYECTO HOMBRE



## PLANO Y PERFIL DEL RECORRIDO.



## PUNTO DE ENCUENTRO

El punto de encuentro para todos los participantes, tanto en bicicleta como a pie será en Caravaca de la Cruz. (Albergue de las Fuentes del Marqués)

## ¿CÓMO LLEGAR A CARAVACA?

- Desde Granada por la carretera RM 730 hasta Caravaca
- Desde Lorca por la carretera RM 11 hasta Caravaca
- Desde Murcia por la autría RM 15 hasta Caravaca
- Desde Madrid por la A-30 hasta la venta del Olivo, giramos dirección Calasparra por la RM 11 y continuamos hasta Caravaca



# PRIMERARUTA A BENEFICIO DE PROYECTO HOMBRE



## PROGRAMA DE HORARIOS Y ACTIVIDADES

Domingo, 25 de marzo del 2012

- 8:00h Entrega de Dorsales y bolsa del Participante en la Oficina Permanente. (Albergue Fuentes del Marques - Caravaca de la Cruz)
- 9:00h Salida de Autobuses, Participantes Prueba M.T.B
- 10:00h Salida de Autobuses, Participantes Prueba Marcha a Pie
- 10:30h Salida Prueba de Marcha a Pie. 10km (Desde el Albergue de Peregrinos Vía Verde - Cehegin)
- 10:30h Salida Mountain Bike (M.T.B.). 25km (Desde el Camping de la Rafa - Bullas)
- 12:30h Llegada a Meta (Fuentes del Marques)
- 14h Cierre de Control de Meta.

## EQUIPAJE DE MANO

Los participantes dispondrán de un servicio de Guarda Ropa en la línea de Salida, vuestras ropas serán recogidas y traídas de vuelta a la Línea de Meta donde podréis recogerlas presentando el Dorsal.

## SERVICIO DE AUTOBUSES

La Organización pone un servicio de autobuses, que así lo soliciten en el boletín de inscripción. Se recomienda a todos los participantes que usen este sistema de transporte, ver horarios en el apartado numero 5 de este tríptico, se ruega puntualidad.

## LA INSCRIPCIÓN INCLUYE

- Bolsa de información.
- Avituallamientos durante y al finalizar la Prueba.
- Asistencia mecánica (coche escoba).
- Asistencia sanitaria (ambulancias, médicos, enfermeros etc..).
- Servicio de Duchas nada mas terminar la Prueba.
- Pañuelo distintivo
- Seguro

## INSCRIPCIÓN

Se podrá realizar la inscripción de las siguientes formas

**a) Enviando el Boletín de Inscripción al email: [cestudios@proyectohombremurcia.es](mailto:cestudios@proyectohombremurcia.es)**

**b) Llamando al Nº de Teléfono 968 28 00 34 (ext 44)**

**Forma de pago**

**- Transferencia o Ingreso en la cuenta de: BMN 0487 0001 66 2000521314**

Poner Nombre, Apellidos y DNI en el concepto de la transferencia y conservar el resguardo ya que será necesario presentar documentación personal y justificante de pago para recoger el dorsal.

## Precios y Plazos de la Inscripción

Del 1 de Marzo del 2012 hasta el, 20 de Marzo del 2012 a las 14h.

Precio de la inscripción  
10 euros

## Fechas de inscripciones

Hasta el 20 de marzo. (No se admitirá ninguna inscripción pasada esta fecha, o al llegar al límite de plazas)



# PRIMERARUTA A BENEFICIO DE PROYECTO HOMBRE



## FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN

Enviar al email  
cestudios@proyectohombremurcia.es

Por favor, rellened todos los datos y con letra mayúscula.

Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_

Calle: \_\_\_\_\_ N°: \_\_\_\_ Piso: \_\_\_\_ C. Postal: \_\_\_\_\_

Población: \_\_\_\_\_ Provincia: \_\_\_\_\_

Nacionalidad: \_\_\_\_\_ NIF.: \_\_\_\_\_ Letra: \_\_\_\_ Fecha de nacimiento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/19\_\_\_\_

Sexo M \_ F \_ Federado SI \_ NO \_ Club: \_\_\_\_\_

Nº Teléfono: \_\_\_\_\_ email: \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

Marca con una cruz en la modalidad que deseas participar:

- Marcha a Pie: 10Km
- M.T.B.: 25Km

Servicio de Transporte Si \_ No \_

Caravaca de la Cruz, 25 de Marzo del 2012

1. El/la abajo firmante asegura tener capacidad física para esta prueba deportiva y es responsable de su estado médico, descargando de toda responsabilidad a la organización de la prueba.

2. Queda enterado/a de que la Organización declina todas las responsabilidades que se pudieran derivar de la prueba, renunciando a todas las acciones civiles y penales que le pudieran asistir por accidente o similares en esta prueba.

3. Queda enterado/a el abajo firmante del presente reglamento de la prueba para el año 2012, por lo tanto la aceptación del mismo.

Fdo. El/la Participante