

Los senderistas recorrerán diversos parajes del Valle de Alcudia

# CEVA realizará tres rutas de senderismo en otoño

Manoli Barragán

El Colectivo Ecologista Valle de Alcudia está preparando la organización de tres rutas de senderismo para el otoño, durante los meses de octubre, noviembre y diciembre, cada una de las mismas tendrá un recorrido de entre 20 y 30 kilómetros por el Valle de Alcudia y Sierra Madrona.

La primera se celebrará en octubre y transcurrirá paralela al río Cereceda en plena Sierra Madrona. La segunda tendrá lugar en noviembre y recorrerá el Valle de Alcudia siguiendo una de las vías pecuarias cercana al río Pasaderas y la última en diciembre atravesará el Valle para llegar a la ladea de Veredas, donde al final del recorrido se celebrará una comida de convivencia en la sede de la Asociación de Vecinos de Veredas. En las dos anteriores los senderistas deberán llevar consigo su propia comida. Desde hace unos años CEVA organiza una ruta en primavera y otra en otoño, sin embargo en esta ocasión y debido a ciertos problemas, han optado por celebrarlas en la misma época del año.

Las rutas elegidas son suaves, transcurren por parajes llanos, según afirma Vicente Luchena, presidente de CEVA, cualquier persona que lo desee puede participar en este tipo de rutas, sólo es necesario un cierto interés por hacer deporte. «Nuestro objetivo es que la gente disfrute del camino, no que se agoten» señala Luchena, que destaca como principales atractivos de estas excursiones a pie, la posibilidad de conocer mejor la zona en la

que vivimos, disfrutar con el paisaje y relacionarse con personas que tienen tus mismas inquietudes.

En cada una de las rutas podrán participar entre 50 y 100 personas, nunca un número superior. El desplazamiento hasta el lugar de partida se efectuará en uno o dos autobuses, en función de los participantes, por lo que desde CEVA se pide a los senderistas que formalicen su inscripción al menos con 15 días de antelación. Para ayudar a financiar los costes del autobús este colectivo tiene previsto solicitar una subvención al Ayuntamiento de Puertollano.

## Consejos prácticos

Vicente Luchena recomienda a los participantes que utilicen ropa cómoda, nunca ajustada, lleven puestas botas de suela semirígida o en su defecto zapatillas de deporte, en ningún caso las típicas sandalias ya que tienen la suela demasiado fina y los pies se resienten con las piedras del camino.

Asimismo, aconseja utilizar gafas de sol, una gorra y llevar puesta crema protectora, sobre todo en la ruta que tendrá lugar en octubre.

En relación a los alimentos, Luchena, recomienda a los senderistas que se provean de alimentos energéticos y que tengan poco peso, como los frutos secos y los higos, evitar las comidas pesadas de difícil digestión. Además, aconseja beber con frecuencia agua, o zumo de limón azucarado, sobre todo si el día es de calor.

Vicente Luchena afirma

que además de practicar deporte el objetivo de estas actividades se basa en ir abriendo rutas. Intentan reivindicar el uso de los caminos públicos y las vías pecuarias, que en muchos casos han sido invadidas por los propietarios de las fincas colindantes. Vi-

cente asegura que mucha gente no se atreve a salir al campo sola porque no saben a ciencia cierta qué caminos son públicos.

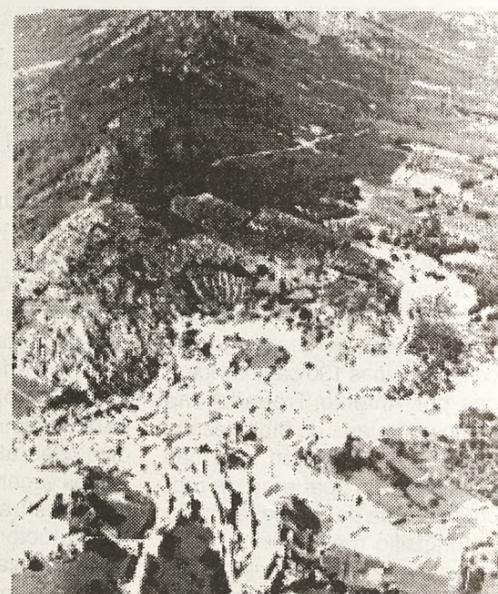
Con el fin de que los participantes puedan realizar la ruta siempre que quieran, CEVA repartirá a cada uno de

los senderistas una ficha técnica con los principales datos de la ruta, así como un plano de la misma.

Después del verano este colectivo iniciará el plazo de inscripción para la primera de las rutas que tendrá lugar en octubre.



Diferentes parajes del Valle de Alcudia y Sierra Madrona



## La Bodega del Cacho



A  
L  
M  
O  
D  
O  
V  
A  
R

C/ CIMADEVILLA, 16  
TELF.: 926 484029

**3** BUENO  
ONITO  
ARATO

Tienda  
Joven

Amargura, 9 - Tlf.: 926 413644  
13500 Puertollano