



BICICLETA DE MONTAÑA. CAMINOS AL SUR DE SALAMANCA.

7 DE OCTUBRE DE 2023.

➤ **Características de la ruta:**

En esta 1º salida del curso 2023-24 recorreremos caminos, pistas y alguna senda al sur de Salamanca. Transitaremos por cañadas como la de Miranda y cordeles como el de los Alambres y atravesaremos diferentes pueblos como Santo Tomé de Rozados o Cilleros el Hondo.

Ruta de **40 Km** sin dificultad técnica (nula salvo la que requiere la propia práctica del ciclismo de montaña) y una dificultad física media. El ritmo de rodaje será tranquilo, lo que **pretendemos es que participen también aquellas personas que se están iniciando, que quieren mejorar, conocer nuevas rutas, hacerlo con la seguridad de ir guiados, recibir ayuda en caso de avería y adquirir conocimientos técnicos para una práctica más segura.**

Comenzaremos y terminaremos en el Puente Romano en el lado sur. Pasaremos por: Tejares, Hospital de los Montalvos, Santo Tome de Rozados, Cilleros el Hondo y Aldeatejada.

➤ **Datos técnicos de la ruta:**

- Ciclabilidad: 100 %. (Dato subjetivo en función del nivel del ciclista).
- Kilometraje: 40 Km.
- Dificultad física: media.
- Dificultad técnica nula (salvo la que requiere la propia práctica del ciclismo de montaña).
- Desnivel Positivo y negativo acumulado: 510 m.
- Pendiente máxima +: 8,43 %
- Pendiente máxima -: 10,50 %

Es una ruta físicamente asequible pero no llana (ver perfil de la ruta). Para participar se necesita saber manejar bien los cambios y ser capaz de subir y bajar cuestas.

➤ **Hora y lugar de salida:** a las 9:00 h. del **Puente Romano**, junto a la pista de atletismo.



VNIVERSIDAD
D SALAMANCA
Campus de Excelencia Internacional



- **Plazo y lugar de inscripción:** del 14 de septiembre al 4 de octubre de 2023 o hasta que se agoten las plazas.

Las inscripciones se harán a través del correo electrónico inscripciones.deportes@usal.es y en el teléfono 923294419 a partir del segundo día de inscripción.

Sólo se atenderán correos recibidos a partir de las 9h. del primer día de inscripción. Únicamente se inscribirá a una persona por correo. No se harán reservas a aquellas personas que escriban más de un correo para una misma actividad.

ES IMPRESCINDIBLE HABLAR CON EL TÉCNICO RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD ANTES DE INSCRIBIRSE. TFN. 677581423.

- **Número de plazas:** máximo 12 y mínimo 8.
- **Precio:** Comunidad Universitaria USAL: 3 €. Socios Alumni y Federados GUM-USAL: 5 €. Ajenos: 7 €.

En caso de no estar federados con el GUM-USAL o no poseer un seguro privado que cubra bicicleta de montaña, será obligatorio pagar el proporcionado por el SEFYD cuyo importe es de 2,04 €.

- **Reserva y cancelación:**

Es imprescindible pagar la totalidad del importe para realizar la reserva.

Las salidas se realizarán siempre que se cubra el cupo mínimo de inscritos establecido por la organización en cada caso, por lo que ésta podrá tomar la decisión de ANULAR O SUSPENDER una salida por este motivo o cualquier otro de fuerza mayor, en cuyo caso, SE PROCEDERÍA A LA DEVOLUCIÓN DE LAS TASAS.

En las anulaciones por parte del usuario y la solicitud de devolución de las tasas, SE ATENDERÁ a lo estipulado por LA NORMATIVA VIGENTE sobre LA DEVOLUCIÓN DE PRECIOS PÚBLICOS del SEFYD-USAL (la cual se podrá consultar en la [Web](#) del SEFYD).

- **Normativa De Participación:**

Para participar es **imprescindible** cumplir los siguientes requisitos:



- La bicicleta debe estar en perfecto estado de funcionamiento, debiendo revisar la misma antes de la salida.
- Es obligatorio el uso del casco, guantes y gafas de sol con el fin de evitar el impacto de insectos y ramas.
- La bicicleta debe estar equipada con el siguiente material: Cámara de repuesto, parches para arreglar pinchazos, desmontables para sacar la cubierta, bomba para hinchar las ruedas y bidón para el agua.
- **Los participantes deberán informarse previamente a la inscripción del nivel físico requerido para poder realizar la salida.**
- Es necesario llevar algo de comida y agua: Plátanos, dátiles, barritas energéticas.

