

TREKKING

Dirección de Deportes - Universidad Nacional de Córdoba



TREKKING

Y ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA



CICLO 2024

PROF. NORBERTO QUINTEROS

Introducción

El trekking o senderismo según la modalidad y condiciones geográficas y de infraestructura de los ambientes naturales, es una actividad deportiva que cada año suma miles de adeptos, personas que buscan reencontrarse con el medio natural, compartir una actividad con otras personas lo convierte en una actividad netamente social, además de los beneficios que implica el desarrollar actividad física, en este caso la caminata. La UNC a través de su Cátedra brinda a la población universitaria la posibilidad de realizar la actividad a lo largo del ciclo lectivo de marzo a noviembre, dando la oportunidad de salir de la rutina realizando una actividad recreativa y de neto corte social. Es de destacar que en los últimos años la actividad creció exponencialmente en nuestra sociedad, impulsada principalmente por la pandemia aunque ya se avizoraba ese crecimiento previo a dicho fenómeno. La “Dirección de Deportes” de la UNC no puede estar ajena a este fenómeno por lo que dentro de su propuesta deportiva incluye la actividad del trekking a distintos ambientes de nuestra provincia, la que se viene desarrollando desde el año 1992 con importante participación e interés por parte de la población universitaria.

La UNC tiene dentro de su propuesta formativa carreras que implican el contacto con el medio natural y a veces agreste como son las carreras de biología, geología, agrimensura, agronomía, algunas de salud donde se suelen organizar salidas de asistencia sanitaria, etc., lo que hace de esta propuesta un complemento formativo ideal para los alumnos de estas unidades académicas.

Propuesta de actividades marzo a noviembre 2024

Sábado 23 de Marzo	Taller ORI, teórico en CU	
Domingo 7 de Abril	Quebrada del Condorito, balcón Norte.	Media
Domingo 28 de Abril	Travesía Casa Bamba - San Roque	Baja
Domingo 19 de Mayo	Los Gigantes - Cerro Mogote	Media/Alta
Domingo 9 de junio	Dique Los Alazanes	Alta
Domingo 11 de agosto	Copina y Quebrada del Río Icho Cruz	Media
Domingo 15 de septiembre	La Toma - Quebrada de Huertas Malas	Media
Domingo 6 de octubre	Quebrada del Condorito, balcón sur.	Alta
Domingo 27 de octubre	Río Yuspe – Los Gigantes	Medio
Domingo 24 de noviembre	Los Quebrachitos, Unquillo	Media

SOBRE LOS COSTOS Y CASO DE SUSPENSIÓN DE LA ACTIVIDAD

El costo de cada actividad será fijado oportunamente las semanas previas a la salida y se comunicará a través de los medios de difusión y sistema de inscripción que se utiliza regularmente con el resto de la información.

Las salidas tienen un cupo mínimo de 12 participantes. Las que se suspendan por motivos climáticos, no llegar al cupo mínimo, o razones de fuerza mayor serán reprogramadas en dos fechas especiales.

Primera mitad del año Domingo 30 de Junio

Segunda mitad del año Domingo 24 de Noviembre. (Trekking Los Quebrachitos)

Los pagos realizados por los participantes quedarán a cuenta de las salidas sucesivas o de alguna de las dos salidas de recuperación planificadas, 30 de junio y 24 de noviembre con destino a confirmar oportunamente. El participante deberá informar al profesor la fecha y salida elegida.

TREKKING

Dirección de Deportes - Universidad Nacional de Córdoba



INSCRIPCIÓN Y REQUISITOS:

- Tramitar el carnet deportivo con las condiciones fijadas al inicio de cada año.
- Condición psico-física que permita caminar las hs. requeridas.
- Abonar el costo de la salida.
- Llenar declaración de salud (provista por el profesor).
- IMPORTANTE: MAYORES DE 60 AÑOS E INTERESADOS SIN EXPERIENCIA COMUNICARSE CON EL PROF. N. QUINTEROS ANTES DE INSCRIBIRSE...!!!!!!!**
- ELEMENTOS NECESARIOS para cada salida:
Ropa cómoda o deportiva, botas de trekking o zapatillas comunes para trote (no náuticas), una mochila pequeña conteniendo: botella de agua (mínimo 1 litro), almuerzo, algunos otros alimentos como frutas, cereales o galletas, protección para el sol (sombrero, crema pantalla, lentes, etc.), protección para el frío (rompeviento, prenda de abrigo, gorro de lana, guantes, etc.)

Los interesados pueden comunicarse con el docente por los siguientes medios

Prof. Norberto Quinteros. Cel: (0351) 156824657

E-mail: Norberto.quinteros@unc.edu.ar

Personalmente en el área de deportes, viernes de 10 a 13 (en gimnasio)

IMPORTANTE:

Solo se consideran inscriptos los que hayan abonado la actividad...!!

La realización de ACTIVIDADES DE AVENTURA en zonas inhóspitas o agrestes implica CONOCER y ACEPTAR los RIESGOS inherentes a la actividad.

La Dirección de Deportes y La Cátedra se reservan el "DERECHO DE ADMISIÓN" a la salida, al solo fin de garantizar el normal desarrollo de la actividad y preservar la seguridad de los participantes.

INFORMACIÓN ESPECÍFICA DE CADA SALIDA

Trekking Parque Nacional Quebrada del Condorito Balcón NORTE y Río Condoritos Domingo 7 de abril de 2024

ITINERARIO: La Pampilla, Balcón NORTE, Río Condoritos

DIFICULTAD: MEDIA: 8 hs. de caminata / 16 km. aproximadamente

SALIDA: 7:30 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 21:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 21:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Cierre de inscripción: Jueves 4 de abril del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida.

CUPO MÁXIMO: 20 participantes (POR DISPOSICIÓN DEL PARQUE)

Trekking CASA BAMBA - SAN ROQUE Domingo 28 de abril de 2024

ITINERARIO: Usina Casa Bamba - Biale Masse (Camping Unión Eléctrica)

UBICACIÓN: Zona central de las sierras chicas a pocos km de la localidad La Calera.

DIFICULTAD: MEDIA: 6 a 7 hs. de caminata / 8 km. Aproximadamente, cargando una mochila con los alimentos necesarios para pasar el día, el recorrido exige cruzar un arroyo en sucesivas oportunidades saltando entre piedras y grandes bloques de roca.

SALIDA: 8:00 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 20:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 20:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Cierre de inscripción: Jueves 25 de abril del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

Trekking Los Gigantes Cerro Mogote Domingo 19 de mayo de 2024

ITINERARIO: Casas Nuevas/ Ascenso por Senda Norte / C° Mogote / Zona de Los Refugios / Descenso por cuesta del Perro

DIFICULTAD: ALTA: 8 A 9 hs. de caminata

SALIDA: 7:00 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 21:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 21:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Cierre de inscripción: Jueves 16 de mayo del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

TREKKING DIQUE LOS ALAZANES

Domingo 9 de junio de 2024

ITINERARIO: Camping La Toma – Dique Los Alazanes

UBICACIÓN: Zona Norte de las sierras chicas a pocos km de la localidad de Capilla del Monte.

DIFICULTAD: MEDIA/ALTA: 9 a 10 hs. de caminata / 14 km. Aproximadamente, cargando una mochila con los alimentos necesarios para pasar el día, el recorrido exige cruzar el río en sucesivas oportunidades saltando entre piedras y grandes bloques de roca.

SALIDA: 7:30 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 21:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 22:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Cierre de inscripción: Jueves 6 de junio 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

Trekking Copina Quebrada del Río Icho Cruz

Domingo 11 de agosto de 2024

ITINERARIO: Desde el antiguo parador Copina iniciaremos la caminata hacia lo alto de la quebrada y recorriendo el camino del Río Icho Cruz hasta la juntura con el Arroyo Paso de la Esquina donde se produce un hermoso salto de más de 15 mts. de altura, para luego regresar por el antiguo camino de los puentes colgantes.

DIFICULTAD: media: 7 a 8 hs. de caminata cargando una mochila pequeña. Parte del recorrido se realiza por el cauce del río vadeando sucesivas veces y entre grandes bloques de roca.

SALIDA: 7:30 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 21:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Cierre de inscripción: Jueves 8 de agosto del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

Trekking HUERTAS MALAS Capilla del Monte

Domingo 15 de septiembre de 2024

ITINERARIO: La Toma, Quebrada de Huertas Malas realizando numerosos cruces del arroyo

DIFICULTAD: MEDIA: 8 a 9 hs. de caminata

SALIDA: 7:30 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 22:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 21:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Cierre de inscripción: Jueves 12 de septiembre del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

Trekking Parque Nacional

Quebrada del Condorito Balcón SUR y Río Condoritos Domingo 6 de octubre de 2024

ITINERARIO: La Pampilla, Río Condoritos, Balcón SUR.

DIFICULTAD: MEDIA / ALTA: 8 hs. de caminata / 16 km. aproximadamente

SALIDA: 7:00 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 21:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 21:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Cierre de inscripción: Jueves 3 de octubre del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

CUPO MÁXIMO: 15 participantes (POR DISPOSICIÓN DEL PARQUE)

Trekking CUENCA DEL RIO YUSPE LOS GIGANTES

Domingo 27 de octubre de 2024

ITINERARIO: Casas Nuevas, cuenca media del río yuspe, casas nuevas.

DIFICULTAD: MEDIA / ALTA: 8 hs. de caminata / 16 km. aproximadamente

SALIDA: 7:30 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 21:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 21:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Nº mínimo para realizar la excursión 14 participantes.

Cierre de inscripción: Jueves 24 de octubre del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

Trekking Los Quebrachitos - Unquillo Domingo 24 de noviembre de 2024

ITINERARIO: Desde la antigua Capilla de Buffo caminaremos por el cauce del río hasta encontrar un hermoso salto de más de 10 mts en dirección este oeste y siempre en ascenso. Desde aquí y poco más arriba iniciaremos el regreso por los filos que nos llevarán nuevamente hasta el punto de partida.

DIFICULTAD: Media: 6 a 7 hs. de caminata cargando una mochila pequeña y caminando por el cauce del río con saltos y cruces de piedras permanentemente.

SALIDA: 8:00 hs. Plaza Vélez Sarsfield.

REGRESO: 20:00 aproximadamente, Plaza Vélez Sarsfield.

Si bien el regreso está planeado para las 20:00 hs. se deberá tener en cuenta la posibilidad de un retraso en la llegada debido a factores climáticos, de transportación, ritmo del grupo, etc.

Cierre de inscripción: Jueves 21 de junio del 2024; 20,00 h. O al completar el cupo de participantes para esa salida

TALLER "ORIENTACIÓN PARA EXCURSIONISMO y ACTIVIDADES EN ZONAS AGRESTES"

SÁBADO 23 DE MARZO 2024

Modalidad: 1 Clase teórico práctica intensiva a desarrollarse en ciudad universitaria

Clase teórico práctica: Sábado 23 de MARZO de 15 a 19 h. en Dirección de Deportes – Ciudad Universitaria

Costo: Sin costo

Dirigido a:

- Participantes de la Cátedra de Montañismo.
- Participantes de la Cátedra de Canotaje, Navegación a vela, Buceo.
- Público en general

Cupo: 20 participantes, en caso verse superado el mismo se programará otra fecha a confirmar oportunamente.

Inscripción y reserva de lugar: Por el sistema de inscripción que se habilite para las demás actividades.

Programa a desarrollar:

La brújula

Fundamento del funcionamiento
Norte magnético y norte geográfico
Declinación magnética y su variación anual
Uso práctico de la brújula
Distintos tipos de brújulas
Utilización de los distintos tipos de brújulas
Navegación con brújula como único elemento

Cartografía

Que es un mapa topográfico
Como se construyen
Interpretación de la información
Altimetría: Curvas de nivel
Escala
Norte magnético, norte geográfico o verdadero, norte de la carta
Rumbo, acimut y acimut plano
Declinación magnética, desviación magnética
Coordenadas: latitud y longitud, Gauss-Krüger
Nomenclatura de la topografía de montaña
Orientación con el mapa como único elemento

Orientación con carta topográfica y brújula

Posicionamiento
Triangulación
Navegación
Cálculo de itinerarios

Navegación con GPS

Principio de funcionamiento
Funciones básicas



Universidad Nacional de Córdoba
2024

**Hoja Adicional de Firmas
Informe Gráfico**

Número:

Referencia: Programa Salidas Trekking 2024

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 8 pagina/s.