



NORMATIVA SENDERISMO JUEGOS MÁSTER 2022-23

1. JORNADA

- 1.1. La modalidad de senderismo en los Juegos Máster 2022-23 constará de 4 jornadas que se celebrarán en distintas localidades de la isla de Tenerife.
- 1.2. Sólo podrán inscribirse en estas jornadas las personas residentes en Tenerife con edad igual o superior a los 30 años y que garanticen estar en condiciones físicas óptimas para realizar los itinerarios propuestos para cada una de las jornadas, con su correspondiente dificultad especificada.

2. ORGANIZACIÓN

- 2.1. La modalidad de **Senderismo** dentro del programa de los Juegos Máster 2022-23 está organizada por el Cabildo de Tenerife conjuntamente con profesionales del Senderismo.

3. INSCRIPCIONES

- 3.1. El límite de plazas por jornada será de 30.
- 3.2. El plazo de inscripción para cada una de las jornadas **se abrirá el lunes a las 9:00 horas de la semana anterior al desarrollo de las mismas y se cerrará el miércoles a las 14:00 h** de la misma semana.
- 3.3. Las inscripciones se realizarán a través de la página web del Área de Deportes del Cabildo de Tenerife, en su apartado de los Juegos Máster <https://deportestenerife.es/programas/juegos-master/> seleccionando la modalidad de **Senderismo** y pulsando en el icono correspondiente Inscripción que lleva directamente a la plataforma de inscripciones.
- 3.4. **IMPORTANTE:** Las personas inscritas en una prueba que, por la razón que sea, no puedan acudir a la actividad, deberán notificarlo vía email a juegosmastertenerife@gmail.com con la antelación suficiente. En caso contrario, no podrán participar en las demás pruebas previstas para los Juegos Máster 2022-23. Esta medida se toma con el fin de garantizar la ocupación de las plazas y la gestión de una posible lista de espera.
- 3.5. **GESTIÓN DE LISTA DE ESPERA:**
Si no consiguiera plaza, puede seleccionar la opción lista de espera en la misma



inscripción. Esta se gestionará por riguroso orden de realización de la misma.

4. CALENDARIO

- 4.1. El siguiente programa consta de 4 rutas de intensidad media-moderada con una duración media de 5 horas efectivas de senderismo y 10 km/aprox.
- 4.2. A continuación, se presenta el calendario previsto:

| RUTA | FECHA | DIFICULTAD | KM APROX. | DURACION APROX. | NOMBRE RUTA |
|---|-----------|------------|-----------|-----------------|--|
| ERJOS-MORROVERDE-MONTEL DEL AGUA-ERJOS (PARQUE RURAL DE TENO) | 11-dic-22 | MEDIA | 10 km | 8 h | A VISTA DE PÁJARO EN TENO |
| LAS CARBONERAS-TABORNO-LAS CARBONERAS(PARQUE RURAL DE ANAGA) | 22-ene-23 | MEDIA | 10 km | 8 h | LOS VIEJOS OFICIOS |
| MUSEO JUAN EVORA-MONTAÑA SAMARA (PARQUE NACIONAL DEL TEIDE) | 26-mar-23 | MEDIA | 10 km | 8 h | FRONTERA SUR DEL PARQUE NACIONAL DEL TEIDE |
| VILAFLOR-IFONCHE (PARQUE NATURAL DE LA CORONA FORESTAL) | 16-abr-23 | MEDIA | 10 km | 8 h | EN EL REINO DEL PINAR |
| COSTA DE BUENAVISTA (LOS SILOS-FARO DE BUENAVISTA-BUENAVISTA) | 16-jul-23 | MEDIA | 10 km | 7 h | COSTA DE BUENAVISTA |

4.3. Información de las rutas:

- 4.3.1. Ruta (Parque Rural de Teno). 11 de diciembre de 2022. Salida a las 8:00h desde la plaza del Adelantado. Parada de ida y vuelta en la rotonda del Centro Comercial La Villa, La Orotava. *Se enviará por correo ubicación exacta cuando finalicen las inscripciones y se confirmen plazas.* Regreso a las 17:00h a Plaza del Adelantado. Consulta la ficha 1 [aquí](#).
- 4.3.2. Ruta (Parque Rural de Anaga). 22 de enero de 2023. Salida a las 8:00h desde la plaza del Adelantado Parada trayecto bus. Regreso a las 17:00h a Plaza del Adelantado. Consulta la ficha 2 [aquí](#).



- 4.3.3.** Ruta (Parque Rural de Anaga). 22 de enero de 2023. Salida a las 8:00h desde la plaza del Adelantado Parada trayecto bus. Regreso a las 17:00h a Plaza del Adelantado. Consulta la ficha 2 [aquí](#).
- 4.3.4.** Ruta (Parque Nacional del Teide). 26 de marzo de 2023. Salida a las 8:00 h desde la plaza del Adelantado. Paradas de ida y vuelta en Puertito de Güímar (parada de guagua de la autopista) y rotonda de San Isidro. *Se enviará por correo ubicación exacta cuando finalicen las inscripciones y se confirmen plazas.* Regreso a las 17:00 h a Plaza del Adelantado. Consulta la ficha 3 [aquí](#).
- 4.3.5.** Ruta (Costa de Buenavista). 16 de julio de 2023. Salida a las 8:00 desde la plaza del Adelantado. Paradas de ida y vuelta en la rotonda del Centro comercial La Villa, La Orotava. *Se enviará por correo ubicación exacta cuando finalicen las inscripciones y se confirmen plazas.* Regreso a las 17:00 h a Plaza del Adelantado. Consulta la ficha 5 [aquí](#)

5. NORMAS Y RECOMENDACIONES

- 5.1.** El sendero irá dirigido por tres guías expertos la titulación reglada al respecto de esta actividad como son Técnicos Deportivos de Montaña II y Técnicos Superiores en Educación y Control Ambiental.
- 5.2.** Los guías podrán suspender el sendero antes o durante el mismo, si bajo su criterio hay algún riesgo para la integridad de las personas participantes.
- 5.3.** Las Rutas elegidas son de una intensidad media-moderada, no superando los 12 kms de distancia, ni los 750 mts de desnivel.
- 5.4.** Las Rutas son interpretadas, por lo que hay planificadas varias paradas para explicación de Geología, Geografía, Flora, Fauna e Historia de las zonas por las que transcurre el sendero.
- 5.5.** El Nivel de dificultad es estipulado a través de las NORMAS MIDE (www.montanasegura.com) recomendado por la Federación Española de Deportes Montaña y Escalada.
- 5.6.** Es importante leer bien las fichas de las rutas elegidas, en ella se especifica lo siguiente:
- Duración estimada del sendero.
 - Recorrido.
 - Observaciones previas del guía.



- Lugar de Salida y Llegada.
- Horario previsto de salida y llegada.
- Distancia en Kms y Desnivel en metros.
- Tipo de Homologación del sendero.
- Puntos de interés del recorrido.
- Características de la Ruta.
- Riesgos.
- Equipamiento Recomendable.

- 5.7. Equipamiento recomendable:** Botas de montaña o calzado de trekking impermeable, ropa adecuada (gorro, gafas, guantes, forro polar, cortavientos de tejido impermeable -tipo goretex-), bastones, protección solar, linterna/frontal, abundante agua (al menos 1 litro, 2 si se prevén altas temperaturas) y alimento suficiente.
- 5.8.** La organización dotará de bidón de agua reutilizable, así como avituallamiento líquido y sólido a base de agua, fruta y frutos secos. Aun así, la persona participante podrá llevar su propio envase, bebida o alimento tipo barritas, fruta deshidratada.
- 5.9.** Recuerde consultar la previsión meteorológica antes de preparar su equipo y prevea que las condiciones pueden resultar cambiantes para llevar consigo el material necesario.