

Sedentarismo - Rutas -

Todos sabemos que el sedentarismo no es bueno, por desgracia esta es la tendencia que tenemos los humanos. Últimamente existen en nuestro pueblo grupos de personas (en su mayoría mujeres) que diariamente caminan, o pasean en bicicleta.

Han sido varias las que me han hecho saber, que les gustaría caminar por el campo, pero no cupo en nuestro término. Por esta razón he elaborado unas rutas y romper la monotonía del paseo.

Sabemos que por los caminos los pies sufren más que por tramos asfaltados, pero existe la compensación de disfrutar de la flora y de la fauna. Nos recomiendan caminar 1 hora diaria. Las rutas que he marcado tienen 6 Km. (aproximadamente) excepto las N^{os} 5 y 10 con 10 y 13 respectivamente. Las rutas de 6 Km. se hacen muy bien a pie en 1^h 5 horas, dependiendo de la forma física de cada persona.

Todas las rutas son buenas, pues lo que de lo que se trata es de hacer ejercicio. Mi predilecta es la N^o 1 a pesar de lo escabroso del terreno.

Espero y deseo que disfrutéis de los paseos por estas rutas.

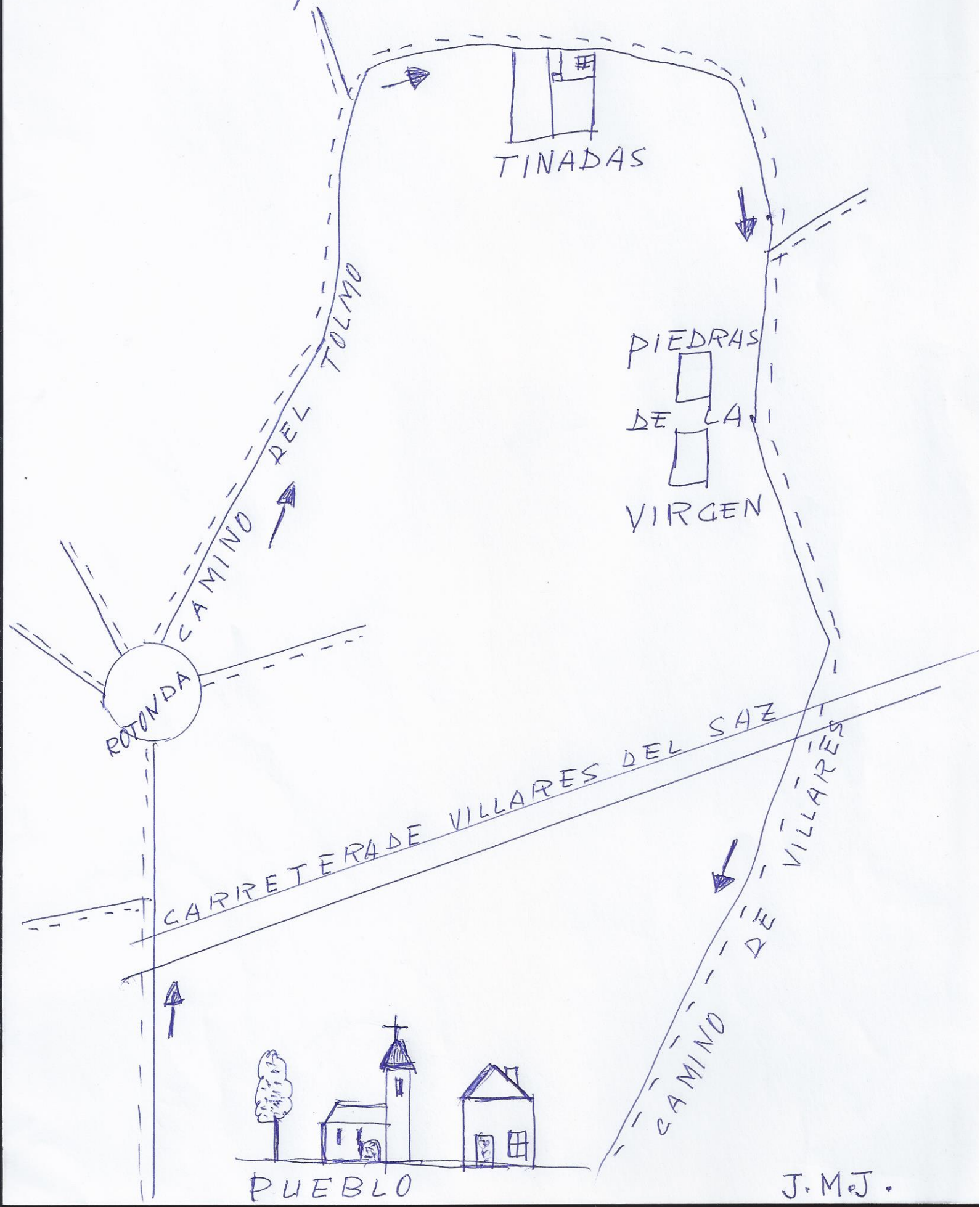
José M^o Jiménez Rodríguez
Villar de Cañas Febrero del 2.016

SENDERISMO - VILLAR DE CANAS -

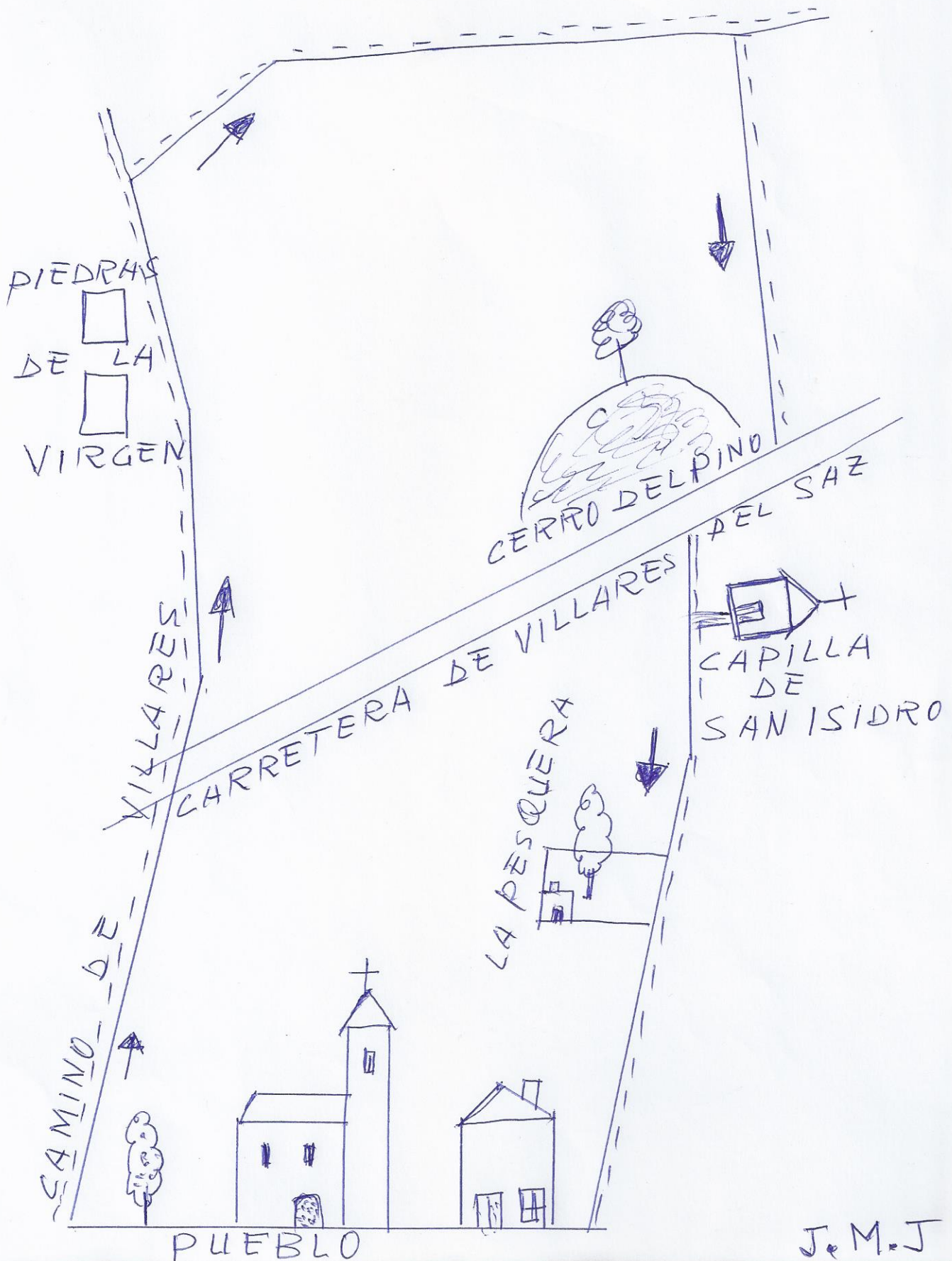
Ruta - N° 1 - 6-Km. aproximadamente.

Zona con bastante vegetación (Olivos).

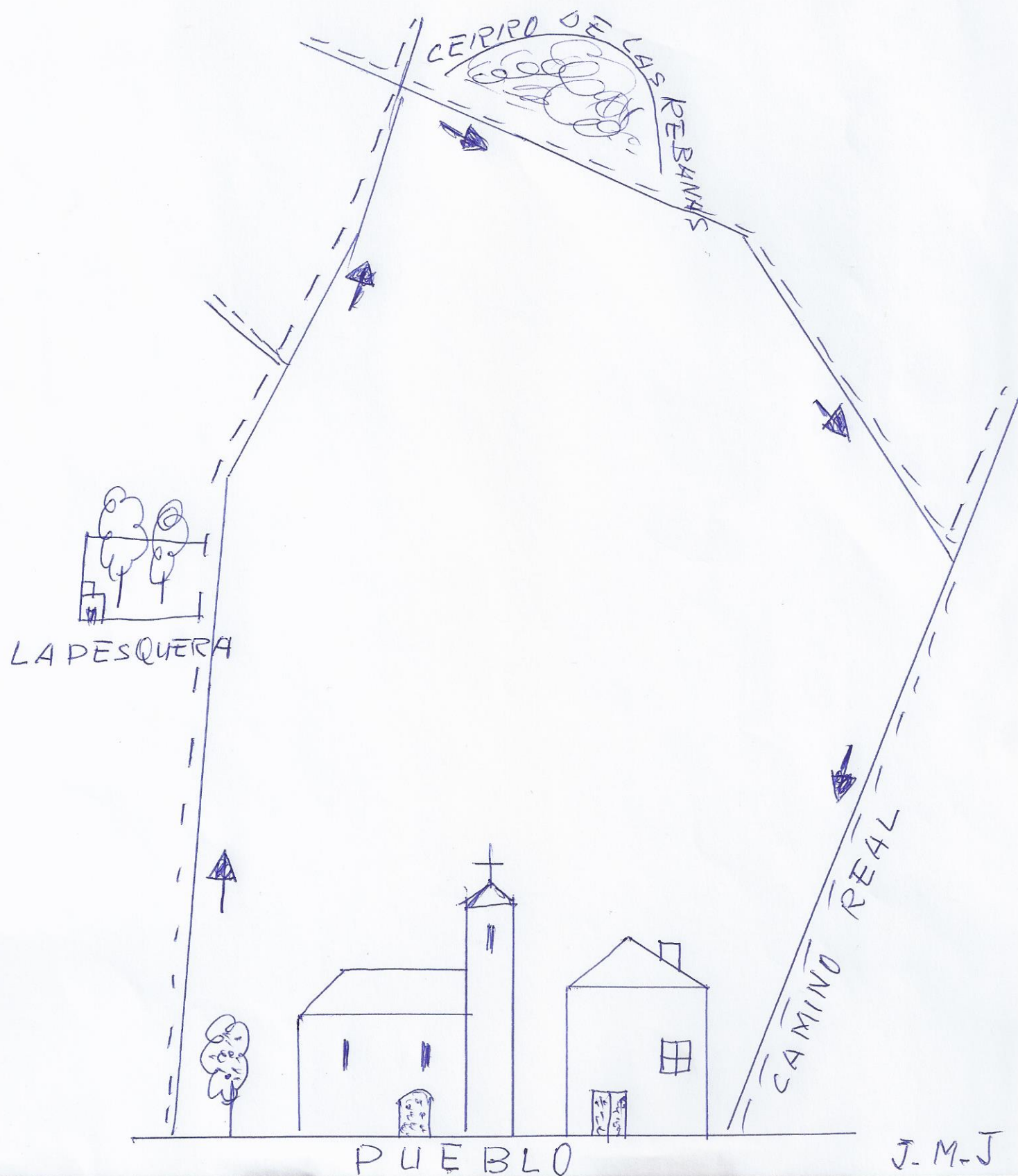
Terreno con pendientes.



SENDERISMO - VILLAR DE CAÑAS
ruta N° 2 - 6 Km. APROXIMADAMENTE

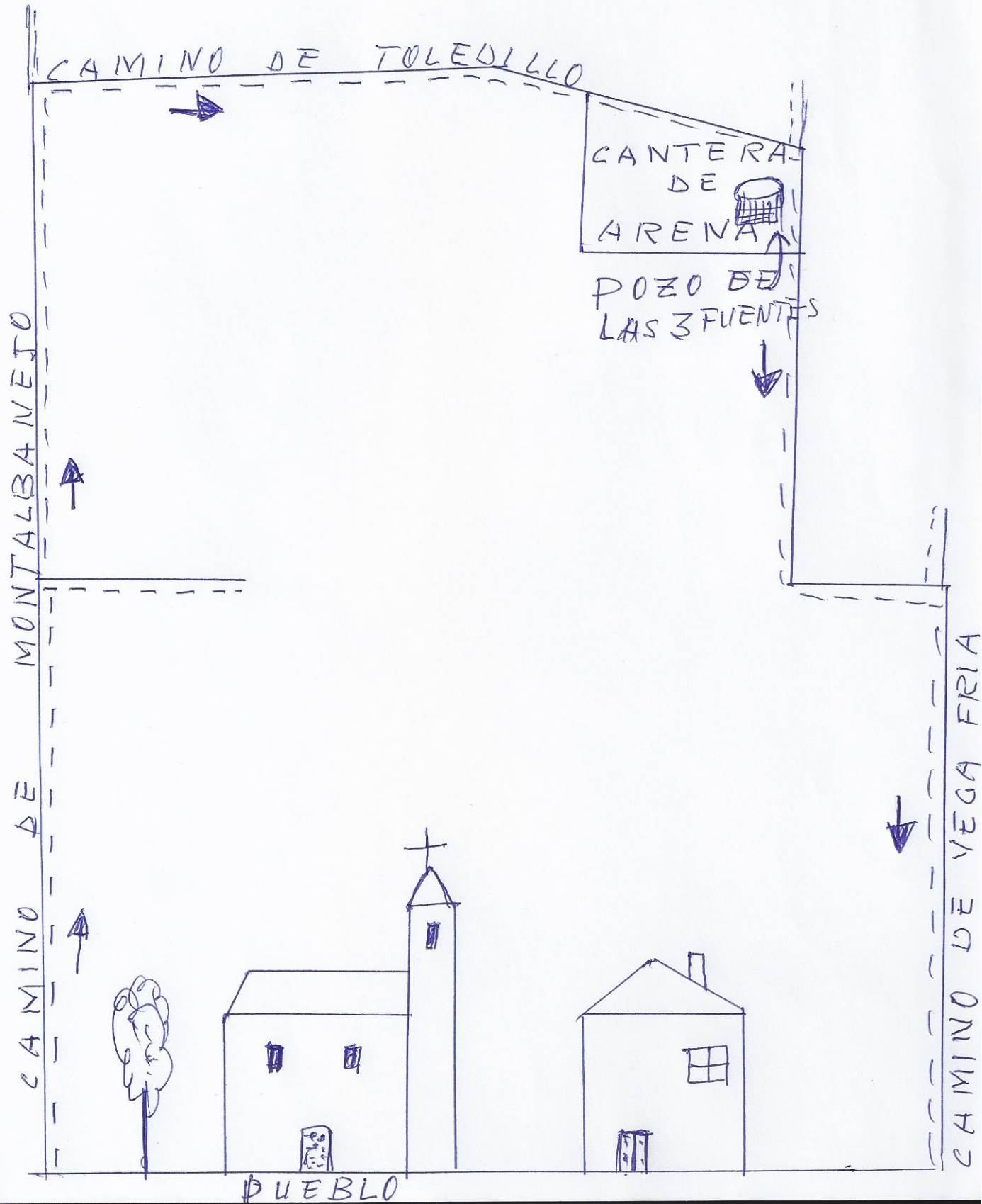


SENDERISMO - VILLAR DE CAÑAS
ruta Nº 3 - 6 KM. APROXIMADAMENTE

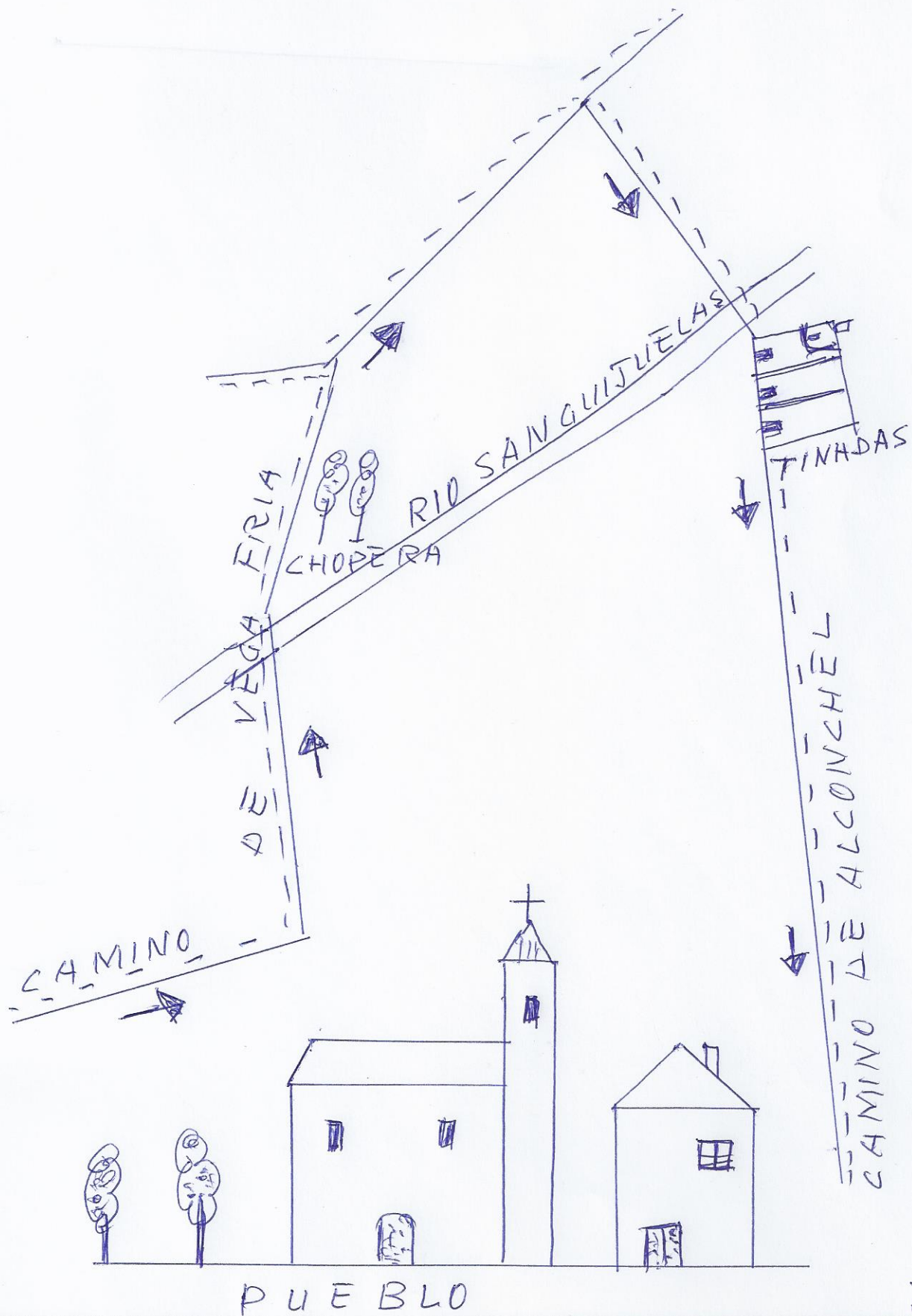


SENDERISMO-VILLAR DE CAÑAS
ruta N°4 - 7 KM. APROXIMADAMENTE

J. M. J.

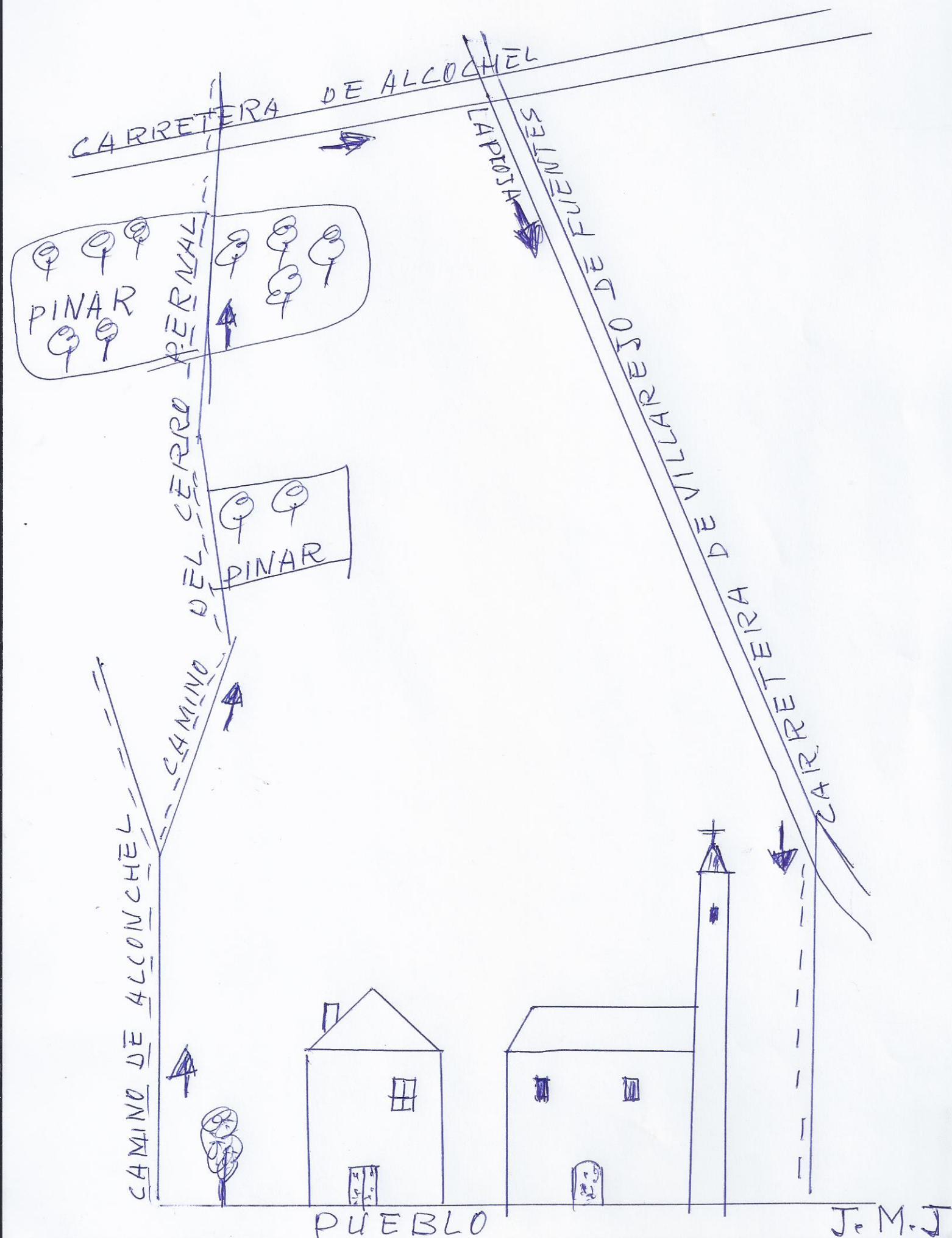


SENDERISMO - VILLAR DE CAÑAS
ROUTE Nº 3 - 10 KM. APPROXIMADAMENTE

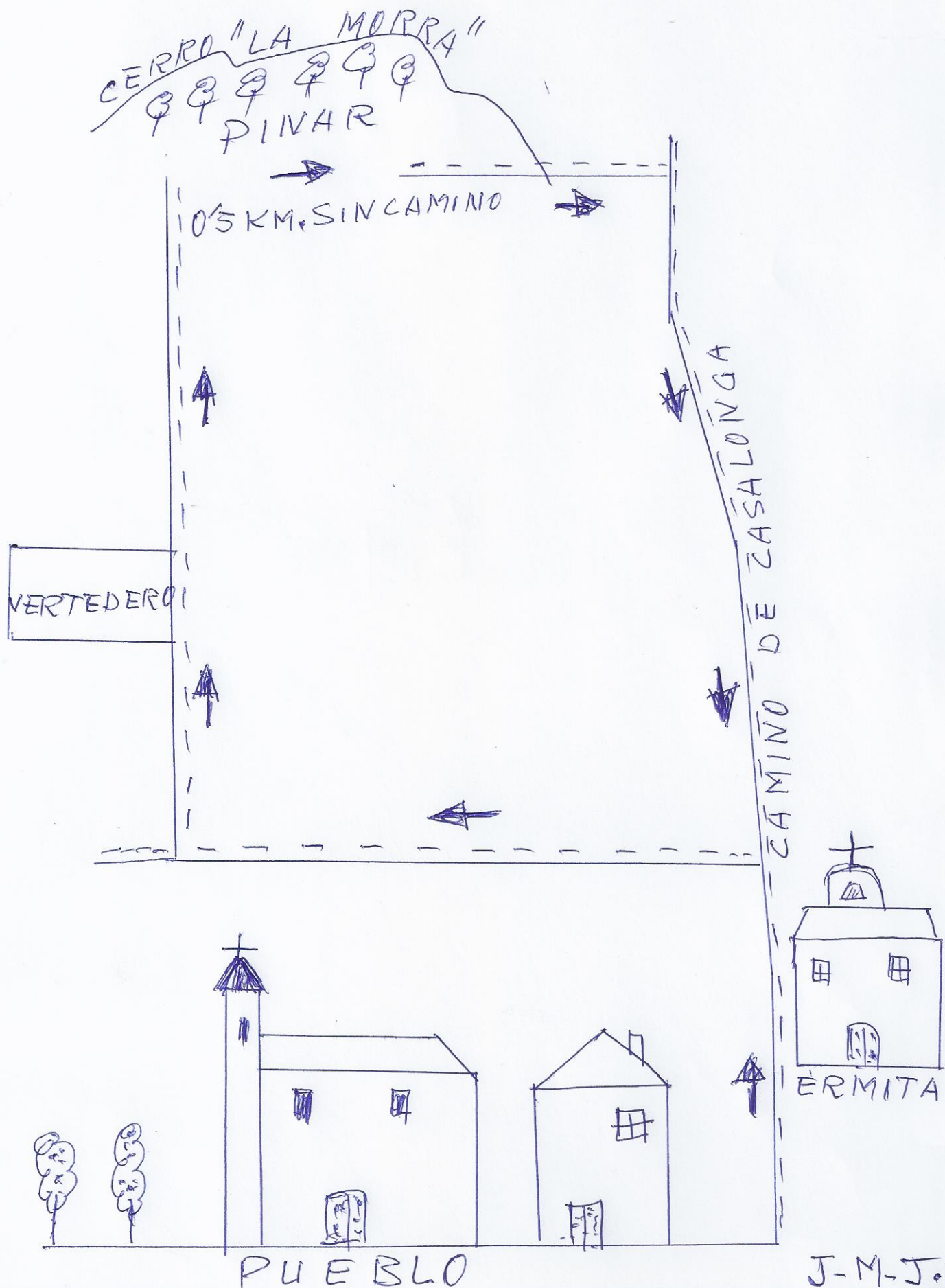


J-M-J-

SENDERISMO - VILLAR DE CAÑAS
ruta N° 6 - 13 KM. APROXIMADAMENTE



SENDERISMO - VILLARDECAÑAS
ruta N° 7 6'5 KM. APROXIMADAMENTE



SENDERISMO - VILLAR DE CAÑAS
ruta N° 8 - 5'5 KM. APROXIMADAMENTE

