

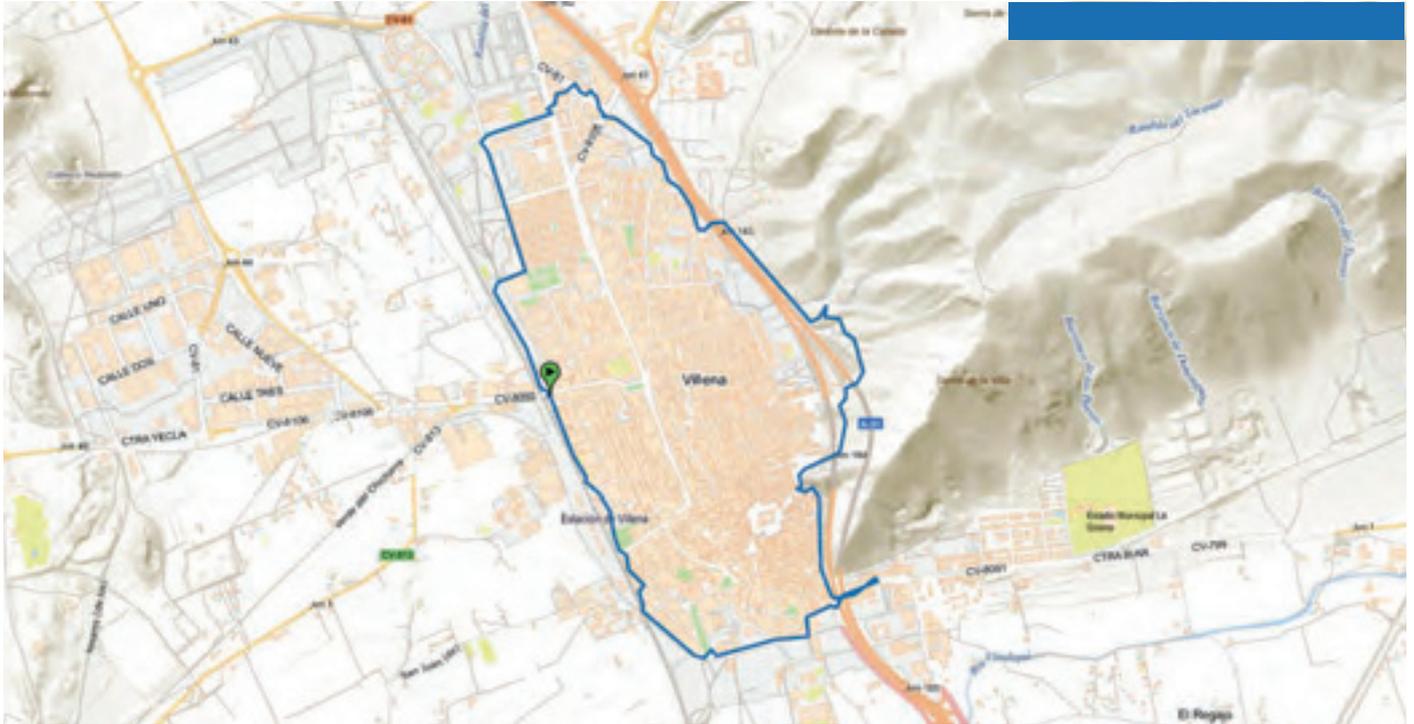
Caminando por Villena
Rutas Urbanas y Periféricas



RUTAS
SALUDABLES

RUTA-01

VUELTA A VILLENA



Descripción: Como su propio nombre indica se trata de darle la vuelta casi por completo a Villena, utilizando el extrarradio con el fin de no circular por la zona centro. En su parte este “rozaremos” la montaña de la Sierra de la Villa pero en sendero ancho y fácil donde podremos observar bonitas vistas de la ciudad desde el mirador de Las Cruces.

Salida-Ilegada: Pl. Pintor Juan Gris.

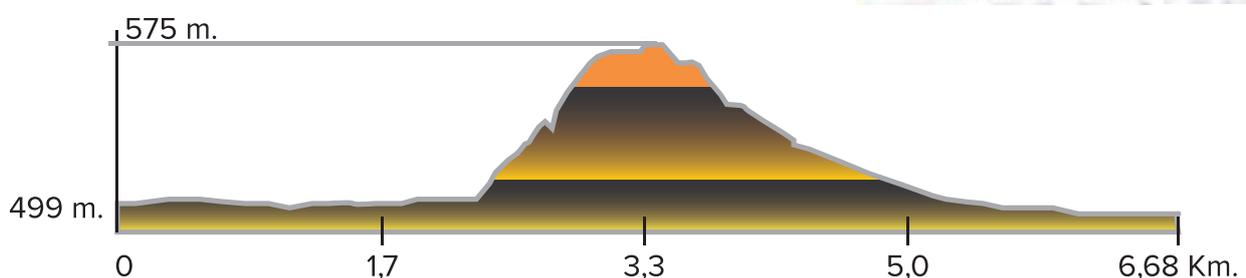
Distancia: 6,8 kms.

Desnivel +: 80 mts.

Tiempo estimado: 1 hora y 15 minutos.

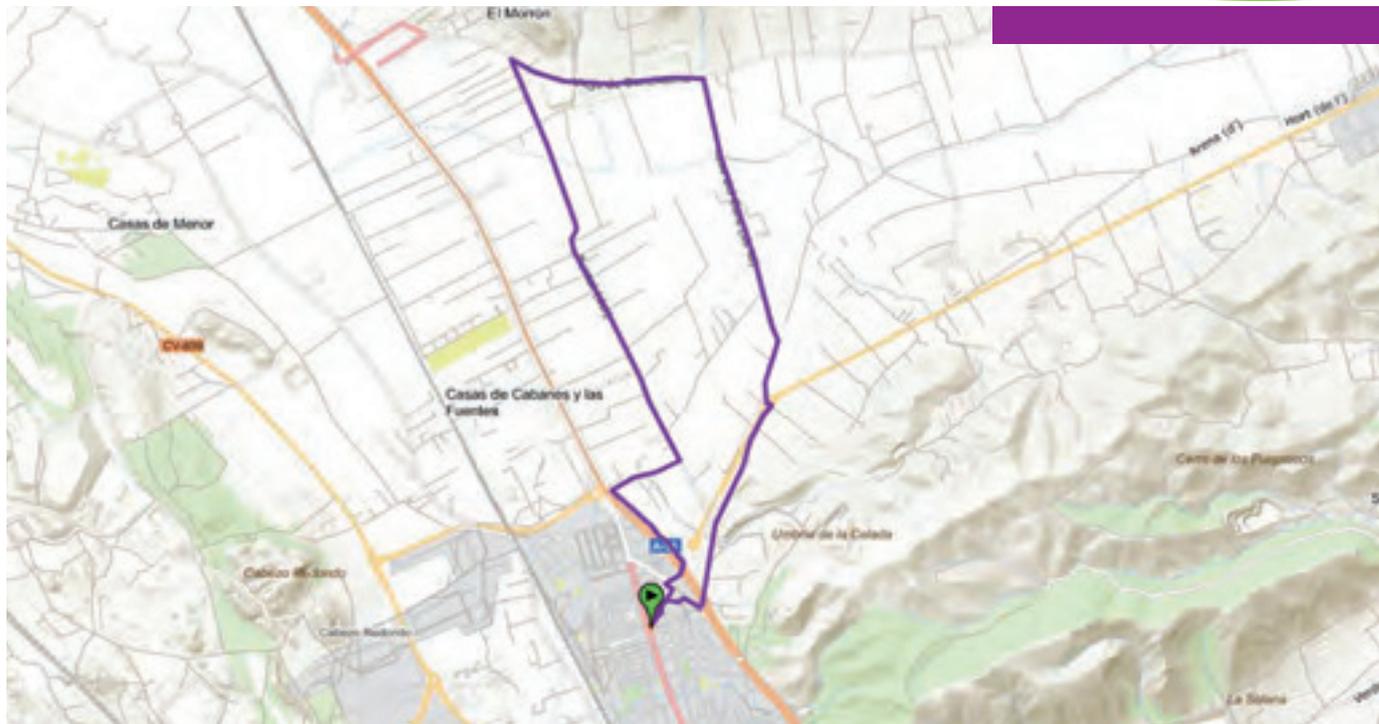
Dificultad: Fácil.

Puntos de agua: Si.



RUTA-02

EL MORRÓN



Descripción: Salimos desde la rotonda en dirección al puente de la autovía que cruzaremos por bajo y a la izquierda para comenzar en dirección al Morrón, cruzaremos la antigua vaquería y nuevamente a la izquierda siguiendo camino asfaltado entre chalets hasta el motor de Hurtado y finca el puntal, doblaremos a derechas para buscar el embalse y nuevamente volver a Villena por camino asfaltado.

Salida-llegada: Rotonda “La Morenica”

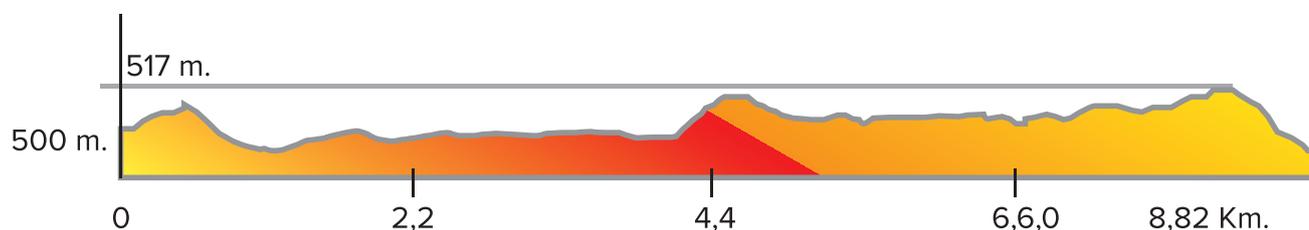
Distancia: 8,8 kms.

Desnivel +: 22 mts.

Tiempo estimado: 1 hora y 45 minutos.

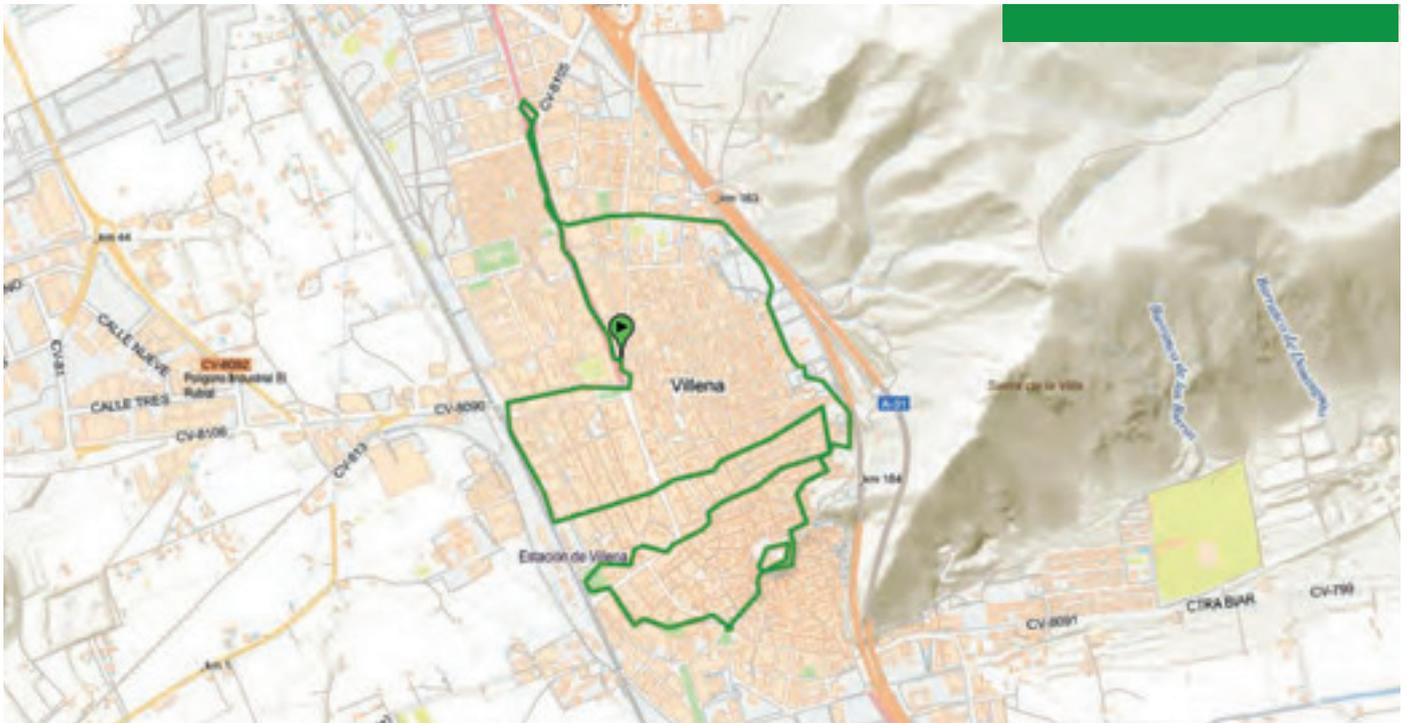
Dificultad: Fácil.

Puntos de agua: Si.



RUTA-03

CASTILLO DE LA ATALAYA + ESCALERAS



Descripción: Hoy vamos a mejorar el cardio, vamos a dar una vuelta por Villena, pero subiendo y bajando calles de arriba hacia abajo, incluyendo la subida de la escaleras de Santa Bárbara, hasta llegar a nuestro precioso castillo de la Atalaya al que rodearemos, para terminar una ruta en la que habremos conseguido superarnos un poco mas.

Salida-llegada: Colegio Salesianos.

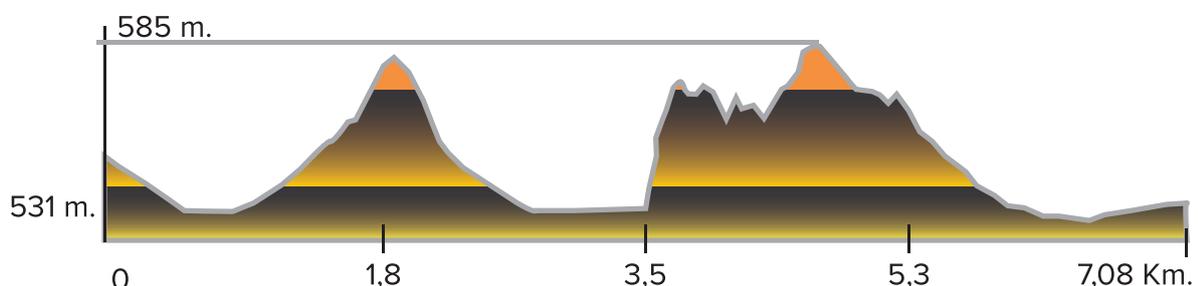
Distancia: 7,08 kms.

Desnivel +: 112 mts.

Tiempo estimado: 1 hora y 15 minutos.

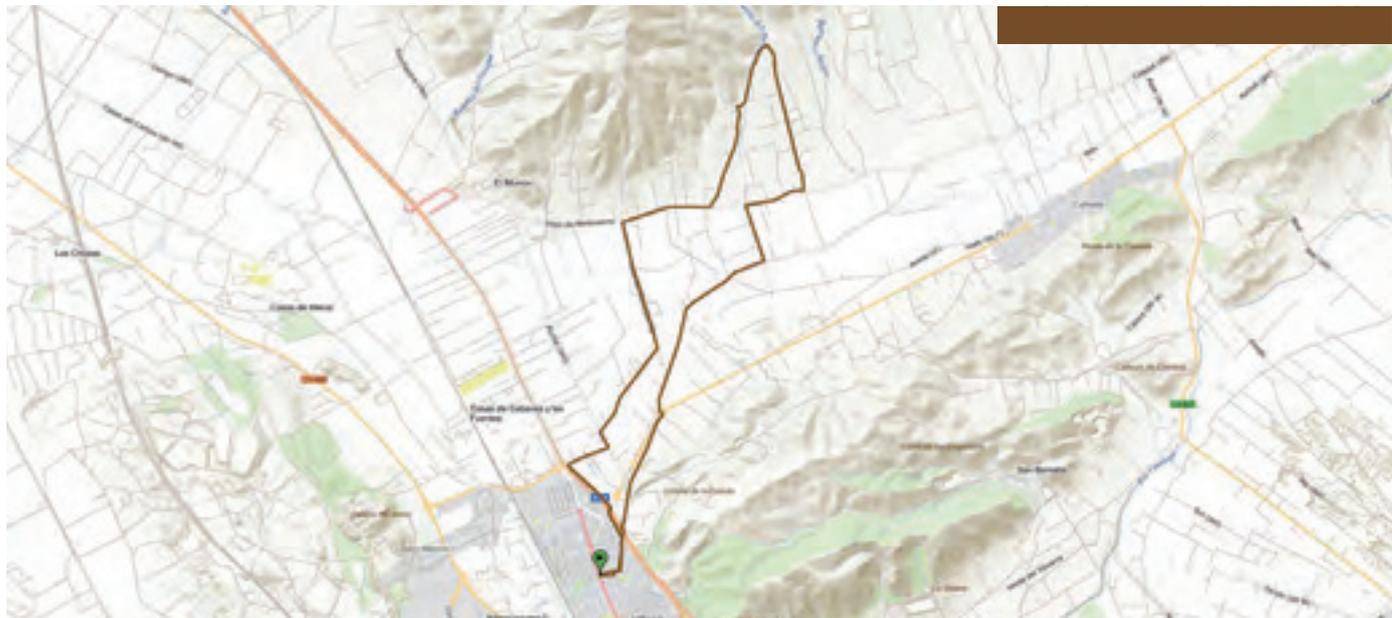
Dificultad: Media

Puntos de agua: Si.



RUTA-04

RAMBLA DEL PANADERO-TESORO VILLENA



Descripción: Salimos desde la plaza de Toros buscando la antigua vaquería y cruzaremos diversos caminos de la “otra” huerta villenera, repleta de vid y oliveras, hasta llegar a las faldas del Morrón por donde en continuo y suave ascenso llegaremos a la famosa Rambla del Panadero lugar donde se encontró el Tesoro de Villena. La vuelta a Villena por caminos muy tranquila.

Salida-llegada: Plaza de Toros

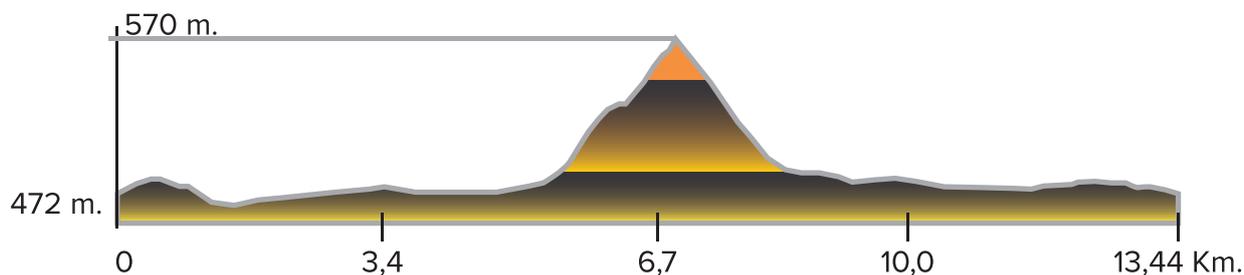
Distancia: 13,44 kms.

Desnivel +: 88 mts.

Tiempo estimado: 2 horas y 19 minutos.

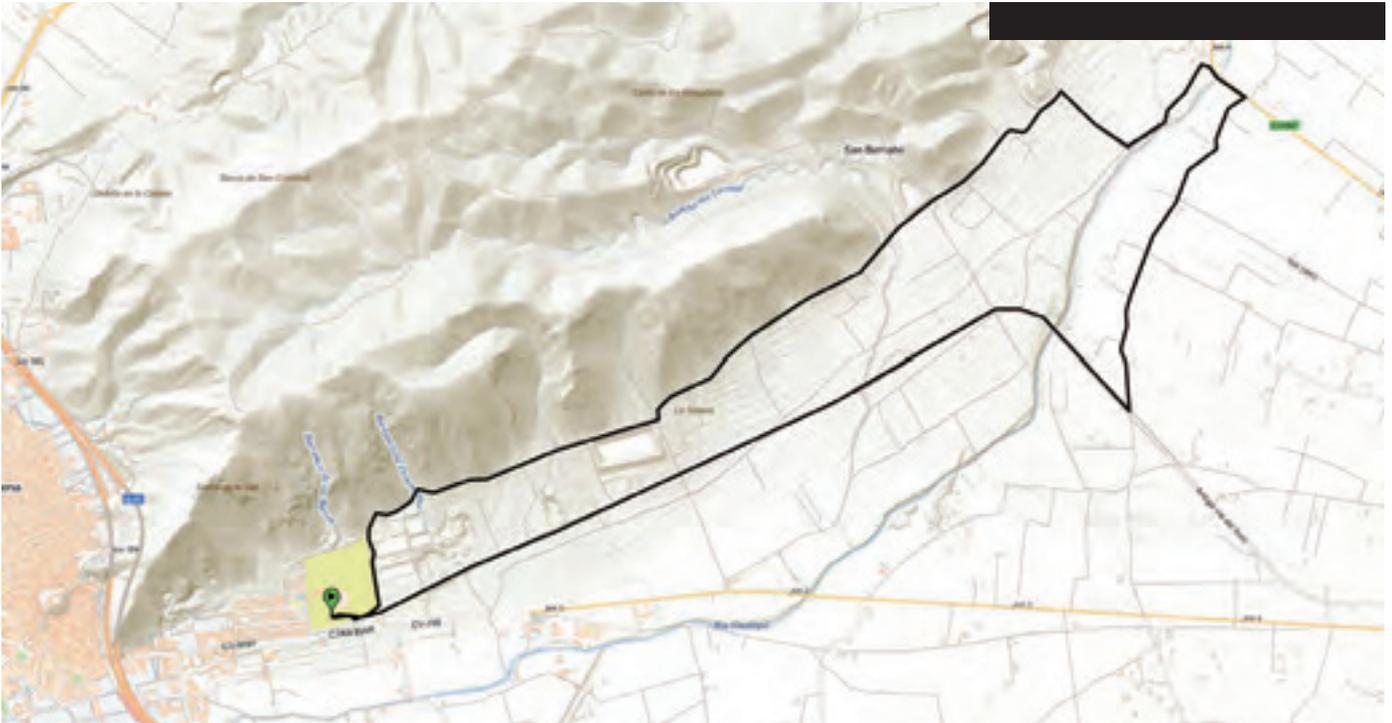
Dificultad: Moderado.

Puntos de agua: Si.



RUTA-05

VIA CHICHARRA-PUENTE ALICANTINOS



Descripción: Salimos desde el polideportivo municipal seguiremos el trazado original de la extinta vía del Chicharra hasta la parte del Puente de “Los Alicantinos” que atravesaremos y continuaremos hasta doblar brusco a nuestra izquierda para buscar caminos tranquilos que nos devolverán a una cantera abandonada y de allí de vuelta a Villena.

Salida-Ilegada: Polideportivo Municipal

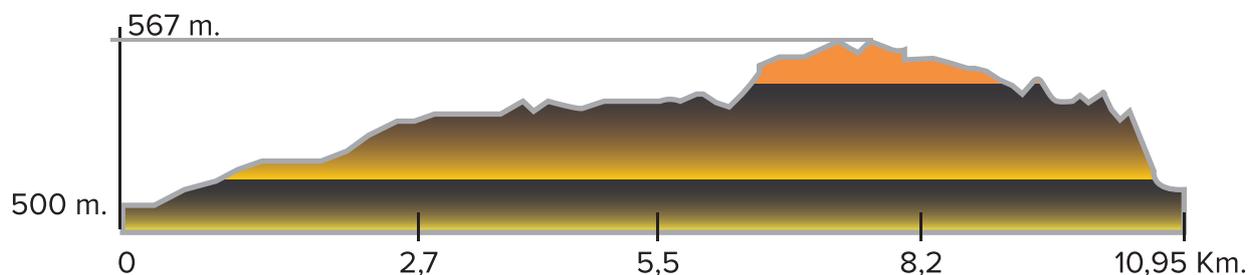
Distancia: 10,95 kms.

Desnivel +: 76 mts.

Tiempo estimado: 2 horas

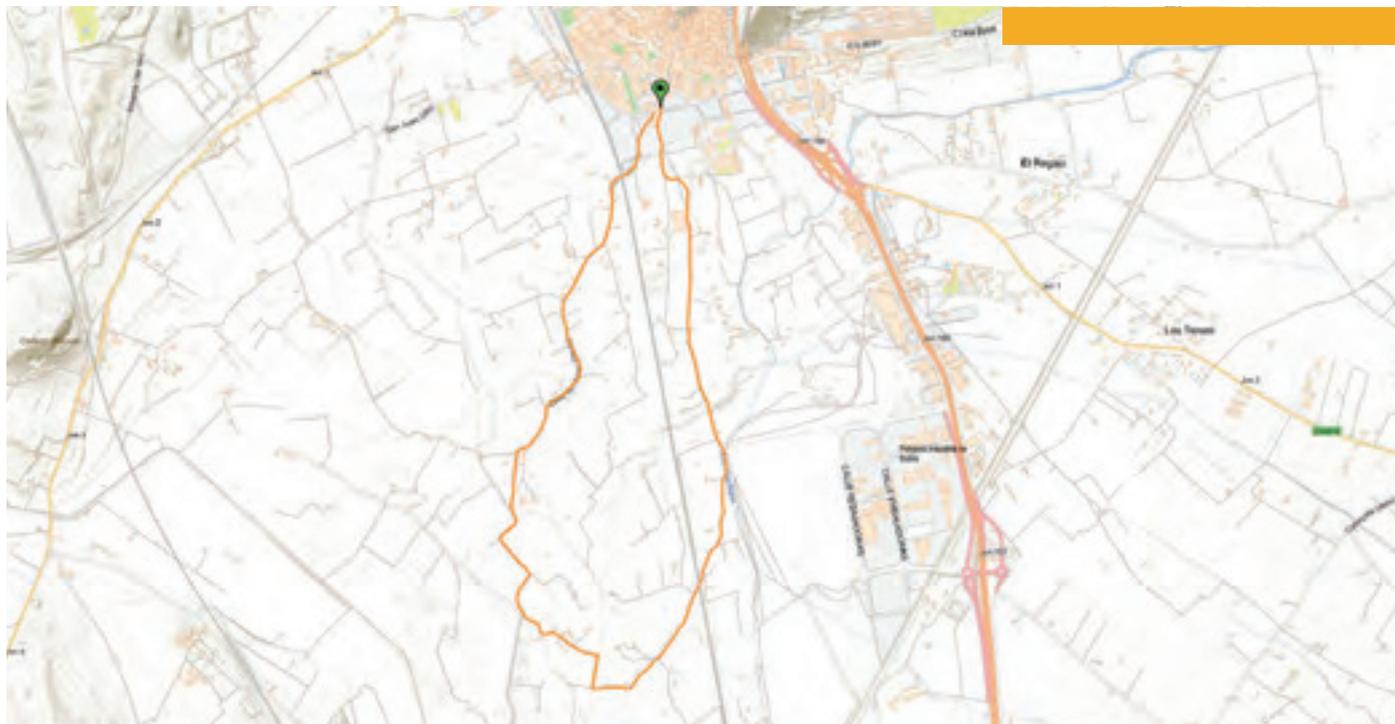
Dificultad: Fácil.

Puntos de agua: No.



RUTA-06

VUELTA A LA HOYA- LA HUERTA



Descripción: Un recorrido por nuestra agricultura, una paseo por la huerta villenera que años atrás tanto valor tuvo, un paseo perfecto entre zonas de regadío donde podremos observar bellos rincones y arboledas junto a la Acequia del Rey que le dan un carácter mágico si contemplamos como fondo el “Skyline” villenero, con el Castillo como protagonista.

Salida-Ilegada: Policía Municipal

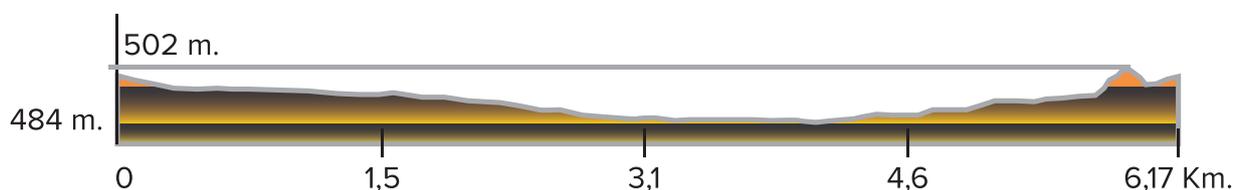
Distancia: 6,17 kms.

Desnivel +: 26 mts.

Tiempo estimado: 1 hora y 7 minutos.

Dificultad: Fácil.

Puntos de agua: No.



RUTA-07

HORNOS DE YESO-CASA DE LARA



Descripción: Cruzamos el paso a nivel y nos dirigimos a buscar el camino asfaltado del final de la valla del supermercado. Desde allí hasta el puente del ferrocarril cruzarnos por los chalets y la carretera de Caudete con precaución para dirigirnos hacia los hornos. Una vez allí continuamos hasta la pinada de “Los Menores”. Desde la Pinada y girando a derechas pasaremos por la Casa de Lara y de allí hasta Villena de nuevo.

Salida-llegada: Pl. Pintor Juan Gris.

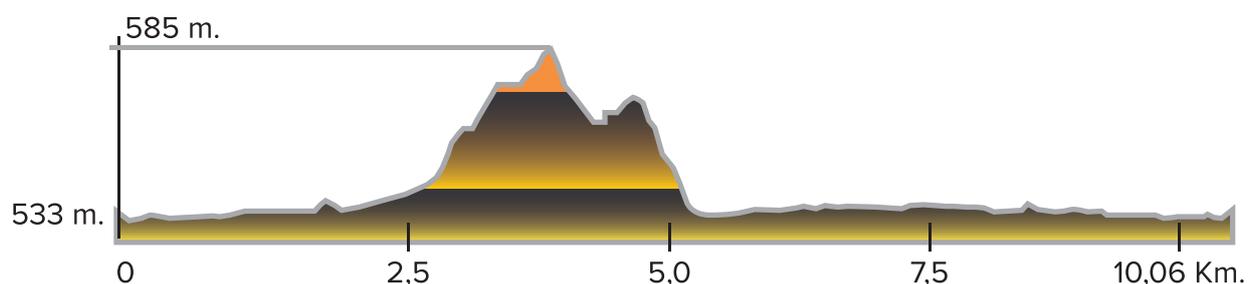
Distancia: 10,06 kms.

Desnivel +: 57 mts.

Tiempo estimado: 1 hora y 55 minutos.

Dificultad: Fácil.

Puntos de agua: No.



¿Porqué esta guía?

Es del interés de la Concejalía de Sanidad, de la Mesa Intersectorial de Salud y de los objetivos de la Estrategia de Promoción de Salud del Ministerio y de la Red Xarxa Salut de la Consellería de Sanidad, promover hábitos saludables para toda la ciudadanía, como medio para una mayor bienestar social y como recursos para prevenir enfermedades. El hábito de caminar es sin duda una actividad física muy recomendable par toda la población.

¿Cual es el objetivo de esta guía?

Facilitar a la población en general, con independencia de sexo, edad o condiciones de salud, una pequeña herramienta que motive e impulse a la ciudadanía a caminar de modo regular, tanto por el espacio urbano como por zonas periféricas de nuestro término municipal. Mediante el diseño de unas rutas singulares, circulares y de dificultad media-baja, además de hacer ejercicio físico, promovemos el acercamiento de la población a lugares emblemáticos a nivel patrimonial, histórico, arquitectónico y ambiental. 10 Rutas en las que se aporta su localización mediante Código Qr, su dificultad así como el tiempo estimado si se realiza de modo completo.

¿A quien va dirigida?

A toda la población general. A la infancia, adolescencia, juventud, edad adulta y a nuestros mayores, con independencia de su estado particular de salud. Es además una herramienta muy interesante como recurso preventivo o de promoción de salud, para asociaciones o colectivos socio-sanitarios, así como un instrumento para los/las profesionales de la salud, de la educación, del turismo y del mundo deportivo.

¿Cuales son los beneficios de caminar?

Sin duda muchos: mayor calidad de vida; mayor bienestar físico y emocional; positivo para perder peso y para prevenir enfermedades cardiovasculares; beneficios cognitivos para potenciar la memoria y la orientación en la tercera edad; como actividad de ocio y favorecedora de relaciones sociales saludables; mejora tu satisfacción personal y autoestima; positivo para personas con patologías crónicas.

Por todo ello, elige tu ruta y CAMINA



M.I. AYUNTAMIENTO DE
VILLENA
CONCEJALÍA DE SANIDAD
Y MOVILIDAD

VILLENA
FORTALEZA MEDITERRÁNEA

