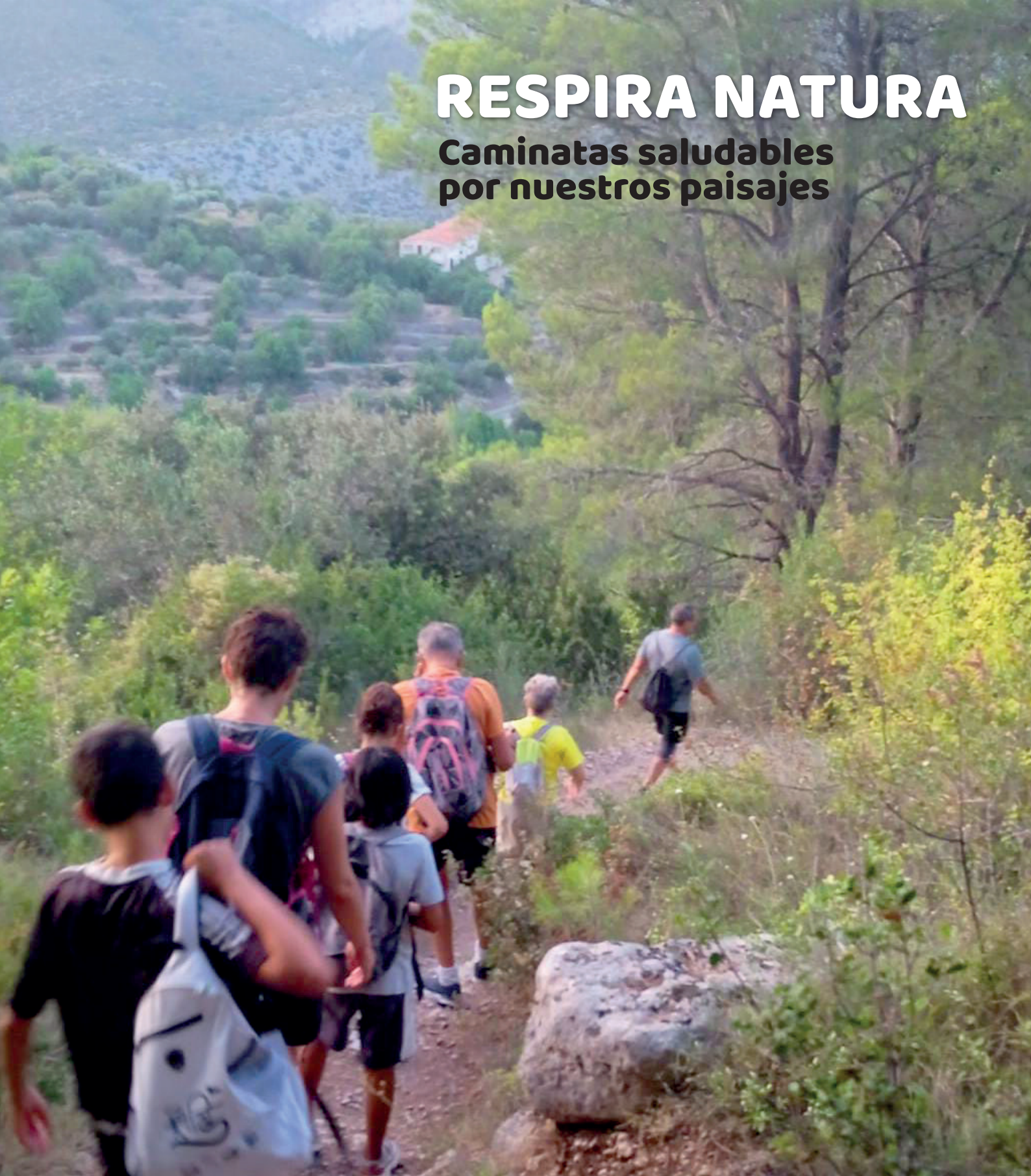


# RESPIRA NATURA

**Caminatas saludables  
por nuestros paisajes**



**Los jueves de octubre, noviembre y diciembre de 2023  
NIVEL FÁCIL**

**Información e inscripción: [deniaviva@ayto-denia.es](mailto:deniaviva@ayto-denia.es)  
Plazas limitadas**



**Ajuntament de Dénia**

# RESPIRA NATURA

## OBJETIVOS

Disfrutar recorriendo paisajes y rincones con encanto en Dénia.

Fomentar el bienestar personal, practicando un estilo de vida saludable caminando al aire libre.

Las rutas son paseos agradables por la costa, la montaña, el paisaje agrícola y el jardín mediterráneo.

## INFORMACIÓN GENERAL

### *¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?*

Cualquier persona en condiciones normales de salud y con un hábito básico de caminar.

El nivel de todas las salidas es bajo.

## INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

Enviar un correo con el nombre completo, el teléfono y la edad a: [deniaviva@ayto-denia.es](mailto:deniaviva@ayto-denia.es)

El plazo se acaba a las 13 h del miércoles anterior a cada salida.

Plazas limitadas a 15 participantes.

\*La organización se reserva el derecho de modificar o anular cualquier salida por causas justificadas.

# RESPIRA NATURA

FECHA	LUGAR	CONCENTRACIÓN	HORARIO	OBSERVACIONES
<b>OCTUBRE</b>				
JUEVES 5	LES ROTES	Parada bus puerto (1,6 €)	9.45-13.30 h	Paseo con ejercicios sensoriales y de relajación (5 km)
JUEVES 19	DÉNIA Y LA XARA (PINARET)	Casa de Cultura	9.30-13.50 h	Ruta por el Montgó, pinaret y parque de La Xara (7 km) *Regreso en tren FGV (1,35 €)
JUEVES 26	JARDÍ DE L'ALBARDA	Parking delante del Colegio Montgó *En coche particular	10-13.30 h	Paseo con ejercicios sensoriales y de relajación *Entrada jardín: 6 €
<b>NOVIEMBRE</b>				
JUEVES 2	LES ROTES LLOMA DEL CASTANYAR Y LES PLANES	Parking carretera de Les Rotes *En coche particular	9.30-13.30 h	Ruta por la Lloma del Castañar, Les Planes y regreso por la Torre del del Gerro (8 km)
JUEVES 9	RUTA DEL MOSCATELL VISITA A BODEGA Y RIU RAU (TEULADA)	Estación tren FGV	9.50-13.40 h	Visita guiada a la Bodega Cooperativa i Centre Museogràfic Riu Rau del Bancal Roig
JUEVES 16	VÍA VERDE BOSQUE LA MOYA, OLIVERA DILUVI, LA XARA	Inicio Vía Verde	9.30-13.50 h	Regreso en tren FGV (1.45 €) 8 km
JUEVES 23	COLL DE POUS, JESÚS POBRE	Parking delante del Colegio Montgó *En coche particular	9.30-13.30 h	Paseo por el bosque del Coll de Pous y paisaje agrícola de Jesús Pobre (8 km)
<b>DICIEMBRE</b>				
JUEVES 7	JESÚS POBRE Y OLIVERA MILENARIA	Parking delante del Colegio Montgó *En coche particular	9.30-13.30 h	Desde Coll de Pous, por bosque y paisaje agrícola, hasta la olivera Regreso por Jesús Pobre (8 km)
JUEVES 14	JARDÍ DE L'ALBARDA	Parking delante del Colegio Montgó *En coche particular	10-13.30 h	Paseo con ejercicios sensoriales y de relajación *Entrada jardín: 6 €
JUEVES 21	VIA VERDE, PARQUE BASSETES, PLAYA	Parking junto al restaurante Fernando	10-13.30 h	Recorrido circular por la Vía Verde, parque Bassetes y playa (8 km)