

Ruta de Dúrcal

Rutas Saludables

Valle de Lecrín
Dúrcal • Granada



Ruta de Dúrcal



¿Y si en bicicleta, podrías decidir qué carta quieres jugar...

Es tu entorno, respétalo



Rutas saludables por la provincia de Granada

CONSEJERÍA DE SALUD
Distrito Sanitario
Metropolitano de Granada

AYUNTAMIENTO DE DÚRCAL



Después de las Eras (Retamal)



Baños cuevariscos



Solana del Puerto Alto



Alameda de Ríos

Partimos del Parque de la Estación de Dúrcal, donde se encuentra el edificio de la vieja estación del tranvía que cubría el trayecto entre Dúrcal y Granada.

Calle del Calvario
Río Dúrcal. A pocos metros del comienzo de la ruta pasamos por debajo del Puente del Cable, llamado así por un antiguo Cable que transportaba mercancías entre Dúrcal y Motril.

A partir de este punto el verdor del camino y el sonido del agua nos acompañarán en nuestro recorrido hasta el río.

A pocos metros a la derecha encontramos Las Fuentes, unos antiguos lavaderos públicos donde se lavaba la ropa.

Típico molino de agua rehabilitado, construido en el siglo XVIII y en buen estado de conservación.

El camino discurre paralelo al río y la abundante humedad favorece el desarrollo de una abundante vegetación, pudiendo encontrar entre la maleza zarzamoras, higueras, madreselvas, mimbrres lloronas...

Muy cerca encontramos un segundo molino que, en su día, fue rehabilitado, convirtiéndolo en un restaurante que hoy día se encuentra abandonado. Atravesamos también el lugar en el que se encuentra un lavadero del siglo XV.

Antes de llegar al río nos encontramos con un tercer molino que ofrece un hermoso ajardinamiento y algunas piedras de molino, visibles desde el exterior.

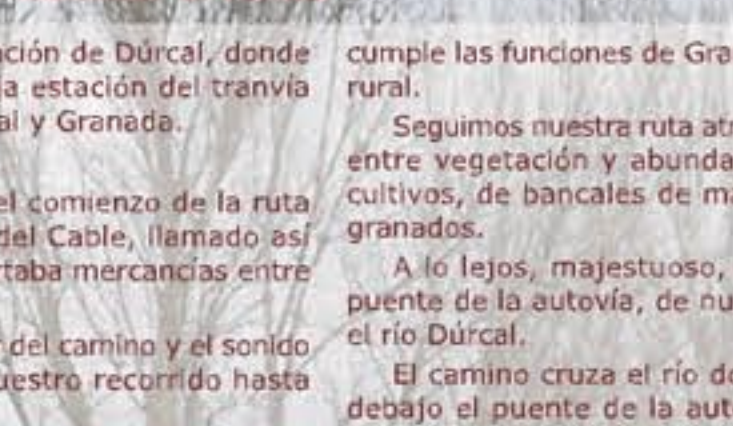
"El Puente romano"

Una vez en la rivera del río encontramos un pequeño puente bajo el que hace tiempo pasaba el cauce del río. Es conocido como el Puente Romano, aunque muy probablemente sea de origen musulmán y que formara parte de la vía de comunicación hacia la Alpujarra.

Cruzamos el puente y tomamos el camino hacia la izquierda siguiendo el curso del río.

Otro antiguo molino rehabilitado y que en la actualidad

Cónchar al fondo



cumple las funciones de Granja Escuela y de alojamiento rural.

Seguimos nuestra ruta atravesando un paisaje precioso entre vegetación y abundantes alamedas. Es zona de cultivos, de bancales de manzanos, de membrillos, de granados.

A lo lejos, majestuoso, en las alturas divisamos el puente de la autovía, de nueva construcción, que cruza el río Dúrcal.

El camino cruza el río dos veces. Tras atravesar por debajo del puente de la autovía, comienza un trozo de ascensión, hasta salvar el valle del río. Hemos recorrido 2800 m de nuestra ruta.

A partir de aquí, hay un cambio paisajístico; aulagas, gayombas o jaras forman parte de la vegetación en este tramo del camino.

Cuando terminamos la ascensión, a 774 m de altura, el camino discurre paralelo a la autovía.

Siguiendo la vía de servicio y al final de una pronunciada bajada, un gran cartel de la autovía (Dúrcal-Nigüelas a 500 m), nos indica el punto en el que dejaremos la vía de servicio.

En lo alto del Peñón de los Moros, existe un fortín nazarí, con aljibe y torre. Desde este punto se puede contemplar una zona extensa del Valle de Lecrín y del Barranco del Río Dúrcal.

Los Baños de Urquizar se encuentran sobre unos manantiales de agua mineral medicinal de reconocido prestigio tanto en la provincia de Granada como fuera de ella. En esta parte, encontramos nogales y almecinos. Desde los Baños de Urquizar, podemos disfrutar de unas preciosas vistas de barrancos y del vecino pueblo de Cónchar.

Ermita de San Blas, un lugar de culto y devoción al Patrón de Dúrcal.

Junto a la ermita cogemos la carretera que nos llevará, atravesando el pueblo, hasta el Parque de la Estación desde donde partimos.



Baños Árabes



Canteras del Zaor



Puente Romano



Noguera junto al Molino Porretillas

CAMINAR • Una sana costumbre • Consejos prácticos

Muévete en tu vida diaria:

- Sube la escalera en vez de usar el ascensor.
- Haz pequeñas compras andando.
- Procura bajarte una parada de autobús antes de tu destino.
- No te importe aparcar el coche lejos de donde vayas.
- Levántate con frecuencia del sillón.
- Etc.

Ejercicio físico extra:

No todos podemos realizar el mismo ejercicio físico. Práctica tu preferido si puedes. Caminar es una sana costumbre y está al alcance de la mayoría de las personas.

Consejos para caminar:

1. Calzado adecuado.
2. Vestirse de forma cómoda.

3. Caminar con flexibilidad y una actitud relajada.

4. No tomar pasos demasiado grandes.

5. Andar mirando al frente.

6. Protegerse del sol.

7. Mantener el balanceo de los brazos.

8. Coordinar pasos y respiración.

9. Beber agua.

10. Descansar un día a la semana.

Es tu entorno, respétalo



Eras de la Podma (proximidades de Dúrcal)



Alameda en la bifurcación del camino que baja hasta el Río Dúrcal



Fuente de Vacamia



Baño Grande



Cruzando el Río Dúrcal



Cruce los Los Baños



Cruzando la autovía junto al cementerio



Cruce los Los Baños



Puente en las proximidades de la Granja Escuela



Camino en las proximidades del Río Dúrcal



Perfil de la ruta

Longitud: 9 km.
Tiempo estimado: 3 horas
Velocidad media: 3 km/h.
Calorías: 900 kcal.

Gasto calórico en persona de 65 kg.
Dificultad media
1,5 kcal x kg. x km.



Ermita de Dúrcal

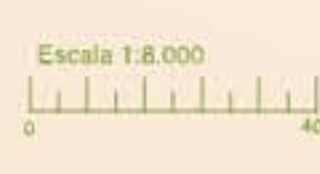
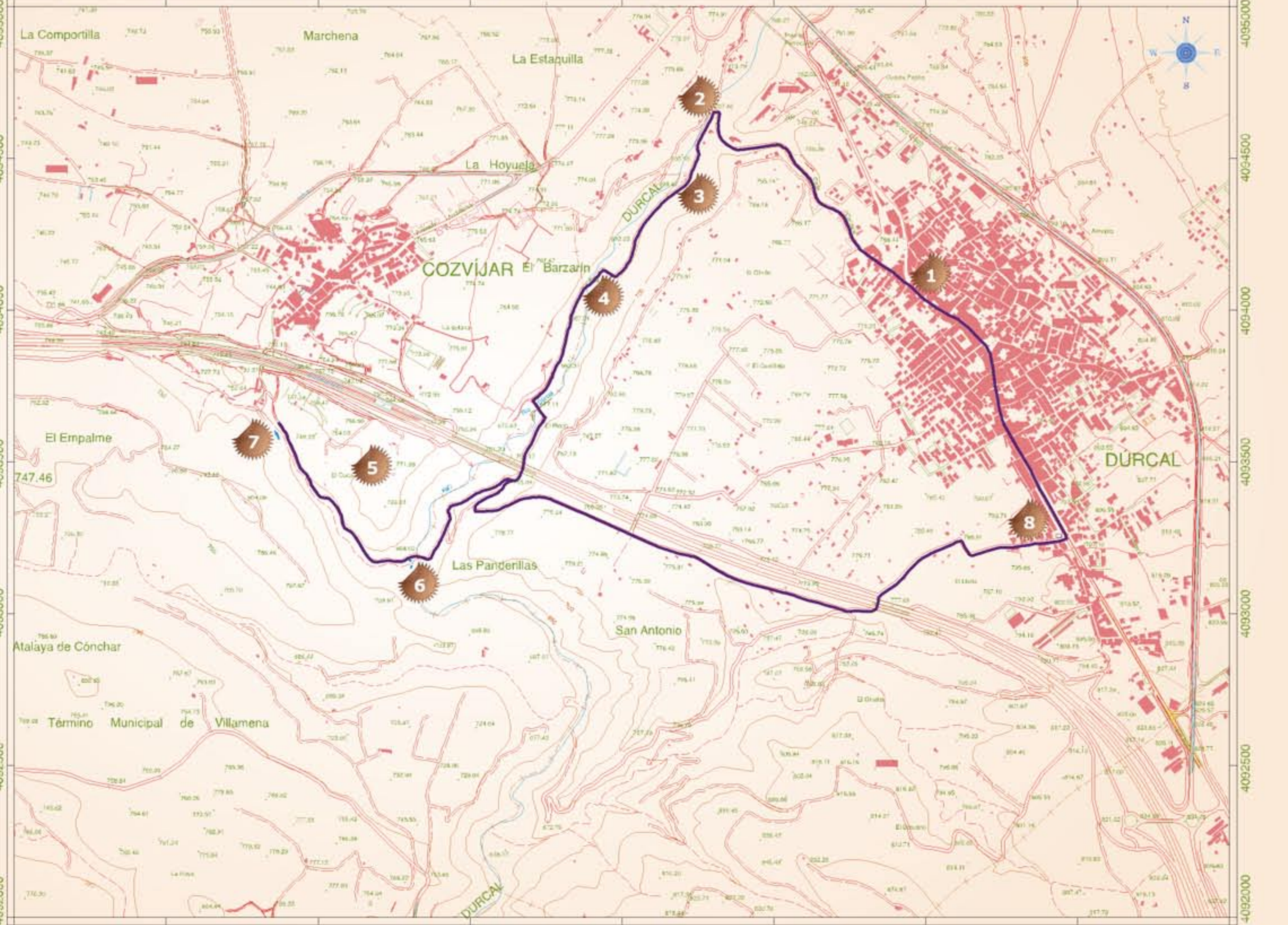


Cortijo de la Granja Escuela

Ruta de Dúrcal



Peñón de los Moros



Puntos de interés:

1. Antigua estación de ferrocarril de Dúrcal
2. Puente de hierro del antiguo ferrocarril
3. Antiguos molinos
4. Puente Romano
5. Peñón de Los Moros y fortín nazarí
6. Baños Árabes
7. Baños de Urquizar
8. Ermita de San Blas



Puente de hierro