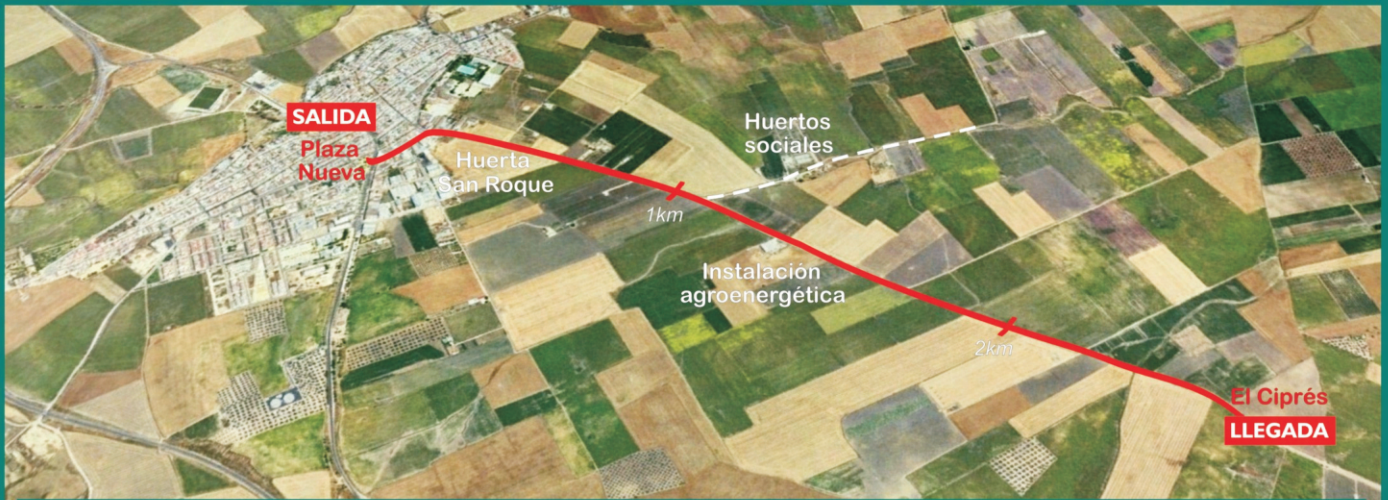




EL CORONIL

“PASEO PILARES”



Salida : Parque Plaza Nueva Llegada: El Ciprés
 Distancia: 5.000 metros (Ida y vuelta) - Pasos: 8.100
 Tiempo andando: 50'
 Kcal.: 343,3 (es lo que marcó el podómetro en una mujer de 59 kgs. de peso)

CONSEJOS PRÁCTICOS

- Recuerda llevar siempre un calzado apropiado y usar ropa cómoda.
- Lleva una pequeña mochila a la espalda para guardar agua y demás objetos personales.
- En horas de sol usa gorra y gafas de protección solar.

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA

La Ruta “Paseo Pilares” inicia su recorrido en el Parque Plaza Nueva, discurriendo por el casco urbano, a través de la Calle Industria, continúa por el Paseo de Pilares y finaliza en El Ciprés. La ruta puede ampliarse hasta el espacio natural y recreativo de la Dehesa de Pilares.

El inicio del Paseo de Pilares transcurre a través del paisaje agrario de la zona denominada **Huerta San Roque**. Tras un 1 kilómetro, en el margen izquierdo, se encuentra una zona dedicada a **Huertos Sociales** y, a pocos metros del camino, en el margen derecho se encuentra una importante **Instalación Agroenergética**. El camino permite disfrutar de preciosas vistas de la **Sierra Sur Sevillana** e incluso de la **Sierra de Cádiz**.



PROYECTO AMBULARE

Desde la Mancomunidad de Municipios del Bajo Guadalquivir y la Consejería de Salud, llevamos mucho tiempo trabajando en proyectos que desemboquen en una mejora de la salud y el bienestar de los ciudadanos y ciudadanas pertenecientes a la comarca, ya que consideramos fundamental el buen estado de salud para conseguir un desarrollo integral, social y económico.

En este sentido, con la puesta en marcha del proyecto AMBULARE: RUTAS PARA LA VIDA SANA EN EL BAJO GUADALQUIVIR, pretendemos fomentar la costumbre de una actividad física asequible para todos y todas como es andar, sobretodo porque están demostrados sus beneficios para la salud en general, reduciendo las posibilidades de sufrir graves enfermedades.

Por tanto, perder peso, mejorar el estado físico, liberarnos del estrés diario y fomentar nuestras relaciones sociales, además divirtiéndonos, generará una mejora de nuestro estado de salud general, aspecto fundamental en nuestra calidad de vida.



Subvencionado por:

Gestionado por:



Ayuntamiento de El Coronil

