



# LOS MONTESINOS

DONDE NACEN LOS SENDEROS

ESPAÑOL



[www.losmontesinos.es](http://www.losmontesinos.es)



# ÍNDICE DE CONTENIDOS



- SALUDA EL ALCALDE / 3**
- SALUDA LA CONCEJALA / 5**
- LOS MONTESINOS. EL MUNICIPIO / 6**
- EL PROYECTO. DONDE NACEN LOS SENDEROS / 8**
- RUTAS INTERIORES / 12**
  - RUTA N° 1 / 14**
  - RUTA N° 2 / 16**
  - RUTA N° 3 / 18**
  - RUTA N° 4 / 20**
  - RUTA N° 5 / 22**
  - RUTA N° 6 / 24**
- RUTAS EXTERIORES / 26**
  - RUTA N° 7 / 28**
  - RUTA N° 8 / 30**
  - RUTA N° 9 / 32**
  - RUTA N° 10 / 34**
  - RUTA N° 11 / 36**
  - RUTA N° 12 / 38**
  - RUTA N° 13 / 40**
- QUÉ NO PODEMOS PERDERNOS / 42**
- CÓMO PODEMOS RECORRER ESTAS RUTAS / 48**
- NORMAS DE USOS Y RECOMENDACIONES / 50**

# SALUDA EL ALCALDE



**ES** Los Montesinos es un pueblo acogedor en el que todas las personas son bienvenidas. Esto unido a la inquietud por seguir creciendo de la mano de la sostenibilidad y a la iniciativa de las concejalías de Deportes, Medio Ambiente, Turismo y Desarrollo Económico, que lidera Ana Belén Juárez, han hecho posible que nuestro municipio apueste por un proyecto que desarrolla y conserva nuestro territorio de forma innovadora. Y esto es, precisamente, lo que subyace de forma global en 'Los Montesinos: Naturaleza activa y salud' y de forma particular en 'Los Montesinos, donde nacen los senderos', un pilar esencial en esta apuesta combinada por la salud y el cuidado y explotación de nuestros recursos medioambientales. Con este proyecto mejoramos la movilidad sostenible y no motorizada; promocionamos la práctica deportiva y las actividades de ocio y tiempo libre; diversificamos los recursos y la oferta turística que podemos ofrecer; promocionamos nuestros valores medioambientales; dinamizamos la economía y la actividad productiva y empresarial; y favorecemos la conexión local. Es, por lo que ven, una apuesta comprometida con los objetivos de desarrollo sostenible de la Agenda 2030, que marca la línea de nuestro trabajo.

En esta guía que tienen en sus manos, le presentamos la red de senderos que parte de Los Montesinos y que recorre lugares naturales espectaculares de nuestro entorno. ¡Sigan las indicaciones y disfruten del paisaje!

**José Manuel Butrón Sánchez**  
Alcalde-Presidente



# SALUDA LA CONCEJALA



**ES** Como amante del deporte al aire libre y del paisaje de mi pueblo, siempre he pensado que teníamos que encontrar el modo de compartir con todo el mundo este privilegio de poder salir desde Los Montesinos y emprender una ruta segura que nos permita andar entre limoneros, hacer un recorrido en bicicleta hasta las dunas o correr en torno a la laguna. Y eso es lo que hemos conseguido con 'Los Montesinos, donde nacen los senderos', una propuesta de 13 itinerarios no motorizados, accesibles y seguros, adecuados para el senderismo, el running y el ciclismo, que parten del municipio y recorren la comarca y puntos estratégicos del entorno de alto valor patrimonial, cultural y medioambiental.

Todas las rutas propuestas en la red son circulares, comparten punto de inicio y llegada y se han planteado de dificultad y longitud creciente, desde los 3,5 kilómetros hasta los 42,4 kilómetros, lo que permite a los usuarios ir poco a poco aumentando sus retos deportivos. Así, partiendo desde la Plaza del Ayuntamiento pueden iniciarse 6 rutas interiores y 7 exteriores, que están perfectamente señalizadas con paneles indicativos y explicativos dentro del término municipal y que pueden seguirse a través de códigos QR, que encontrarán en los carteles y en esta guía que tiene en sus manos.

Así que no me queda más que desearles un buen recorrido y pedirles que cuiden de nuestro maravilloso espacio natural.

**Ana Belén Juárez Pastor**  
Concejala de Turismo y Deporte

# LOS MONTESINOS

## EL MUNICIPIO



VISTA AÉREA DEL MUNICIPIO DE LOS MONTESINOS

El municipio de Los Montesinos, situado al sureste de la provincia de Alicante, a 7 km de la costa, históricamente perteneció a Almoradí y lo hizo hasta 1990, cuando se creó como municipio independiente por Decreto 140/90, de 30 de julio de la Generalitat Valenciana. Cuenta con una superficie de 15 Km<sup>2</sup> y una población de unos 5.000 habitantes, con una connotación especial: más del 38% de su población empadronada han nacido fuera de España –y de ellos el 55% proceden de Reino Unido-. Si bien tradicionalmente fue una localidad dedicada a la agricultura, en los últimos tiempos se ha diversificado hacia los servicios, el turismo y la construcción, en estrecha relación con la expansión turística de las poblaciones costeras más próximas; sin embargo, sigue manteniendo su espectacular paisaje de huertos de cítricos que lo hacen singular dentro del campo de salinas.

El municipio pertenece a la comarca de la Vega Baja del Segura, de clima mediterráneo subdesértico, árido y de escasa e irregular pluviometría. Se caracteriza por sus inviernos suaves, cuyas temperaturas no llegan a bajar los 10°C, lo cual es propio de la región mediterránea.

Los Montesinos limita al norte con Algorfa y Rojales; al sur, con San Miguel de Salinas; al oeste, con Almoradí; y al este con las lagunas saladas de Torrevieja. Este último paisaje, el del Parque Natural de las Lagunas de La Mata y Torrevieja, comprende parte del término de Los Montesinos y constituye uno de sus principales recursos ambientales y turísticos. Pero su importante valor en este ámbito, radica no solo en su patrimonio sino también en su estratégica situación geográfica ya que se encuentra perfectamente conectado con espacios naturales próximos, además del Parque Natural de las Lagunas de La Mata y Torrevieja, como la costa del Mediterráneo, el cauce del río Segura, Sierra Escalona, las dunas de Guardamar, el embalse de La Pedrera... Y también con ciudades de un alto valor patrimonial, cultural, medioambiental y turístico, como es el caso de Orihuela, Murcia, Caravaca, Guardamar, Torrevieja..., además de la perfecta conexión con los 27 municipios de la comarca.

Siguiendo la línea de trabajo que marca la actividad del Ayuntamiento, en la que se apuesta claramente por los objetivos de desarrollo sostenible de la Agenda 2030, y aprovechando todas sus características, las concejalías de Turismo, Deportes, Medio Ambiente y Desarrollo Económico han planteado un proyecto turístico sostenible que desarrolla el concepto de naturaleza activa y salud para el que se ha diseñado una red de 13 rutas circulares de itinerarios no motorizados, accesibles y seguros, adecuados para el senderismo, el running y el ciclismo, que parten del municipio y recorren la comarca y puntos estratégicos del entorno de alto valor patrimonial, cultural y medioambiental.



# EL PROYECTO DONDE NACEN LOS SENDEROS



Las peculiares características del municipio de Los Montesinos, de cuyo término municipal forma parte un Parque Natural y su perfecta conexión con localidades del entorno con un altísimo valor medioambiental, unido a la apuesta por el cuidado de la salud con la práctica deportiva al aire libre, han propiciado el desarrollo del proyecto 'Los Montesinos, donde nacen los senderos', que desarrolla 'Los Montesinos, naturaleza activa y salud' y que se condesa en el diseño de 13 rutas circulares que parten de la Plaza del Ayuntamiento de Los Montesinos y llegan al mismo punto.

De esas 13 rutas, 6 discurren exclusivamente por el término municipal -y las hemos denominado interiores-; todas ellas están señalizadas con paneles y códigos QR. Las 7 restantes, llamadas exteriores, salen del término municipal y cuando lo hacen pueden seguirse por los tracks de GPS publicados en las señales que están instaladas en la propia ruta antes de salir de Los Montesinos. Todas ellas discurren por vías pecuarias, senderos, caminos y hasta por un tramo de vía verde. Además tienen distintas distancias y dificultades y depende de las condiciones físicas y apetencias de la persona que decida recorrerlas, hacerlas andando, corriendo o en bicicleta.



## EL RINCÓN MECÁNICO DEL CICLISTA

Las personas amantes del ciclismo cuentan con un espacio especialmente diseñado para poner a punto su bicicleta antes de emprender la ruta. Esta estructura metálica donde puede colgarse la bici para hacer los ajustes básicos, se encuentra situada en el punto de partida de todas las rutas, la Plaza del Ayuntamiento, y cuenta también con un panel explicativo en el que se orienta sobre esos ajustes necesarios.

## CÓMO INTERPRETAR LOS PANELES

A lo largo de las rutas que discurren por el término municipal encontrará paneles explicativos e indicativos, que a través del código QR podrán leerse también en inglés.

En los primeros, instalados en lugares clave, recibirá información sobre las características generales de la ruta y consejos de cómo debe hacerlas -es el caso de los paneles que se encuentran en el punto de salida, en la Plaza del Ayuntamiento, y también en la Avda. de Riegos de Levante de la Urbanización La Herrada-. En ellos puede escanearse el código QR para seguir la ruta en su dispositivo móvil.



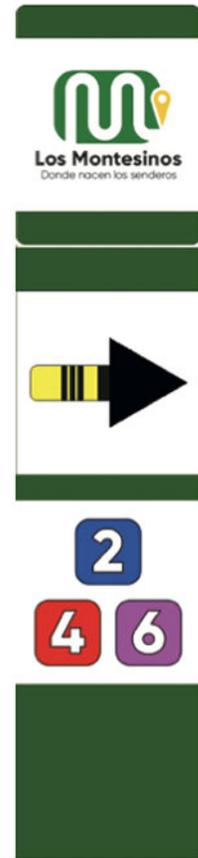
PANEL EXPLICATIVO DE RUTAS EXTERIORES.

# EL PROYECTO DONDE NACEN LOS SENDEROS



PANEL EXPLICATIVO DESCRIPTIVO DE ZONAS/DATOS DE INTERÉS

ES También encontramos paneles que describen el espacio que está viendo y que tiene especial interés -situados en la laguna rosada o el enclave de La Marquesa o la Vía Verde-; y sobre aquellos aspectos o características que son reseñables -biodiversidad del municipio, aves del parque natural, ajustes de la bicicleta o modos de hacer las rutas.



PANELES INDICATIVOS SOBRE EL SENTIDO DE LAS RUTAS.

ES Los señales indicativos nos ayudan a orientarnos a lo largo de las rutas. Los encontraremos en tótems verticales y también sujetos a postes ya existentes. En ellos se indica la ruta que discurre por ahí y se señala con una flecha el sentido para poder seguirla.



PANEL FIN DEL TÉRMINO MUNICIPAL. SEGUIMIENTO DE RUTAS EXTERNAS.

ES Para continuar las rutas que salen del término municipal (las 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13) y justo antes de hacerlo, hay instalados paneles en los que se puede escanear el código QR que permitirá seguir el itinerario escogido



TODOS LOS PANELES ESTÁN IDENTIFICADOS CON LA IMAGEN DEL PROYECTO

# RUTAS INTERIORES



**Los Montesinos**  
Donde nacen los senderos





Ayuntamiento de Los Montesinos



**Los Montesinos**  
Donde nacen los senderos

**Rutas Interiores**



**SOST/4**  
Sostenibilidad y sostenibilidad

**SEGUIR SU RUTA CON FACILIDAD GRACIAS A LAS FLECHAS INDICATIVAS**

  
1 2  
4 6

  
3 12

Continúa hacia rutas 1, 2, 4 y 6      Giro a la derecha hacia 3, 5 y 12

**INDICATIVA DE USO Y RECOMENDACIONES**

Toda las acciones de senderos han de respetar las características y límites de los senderos, así como el medio ambiente. El sendero es un espacio público de uso común y debe ser utilizado de forma responsable. El sendero es un espacio público y debe ser utilizado de forma responsable. El sendero es un espacio público y debe ser utilizado de forma responsable.



# RUTA

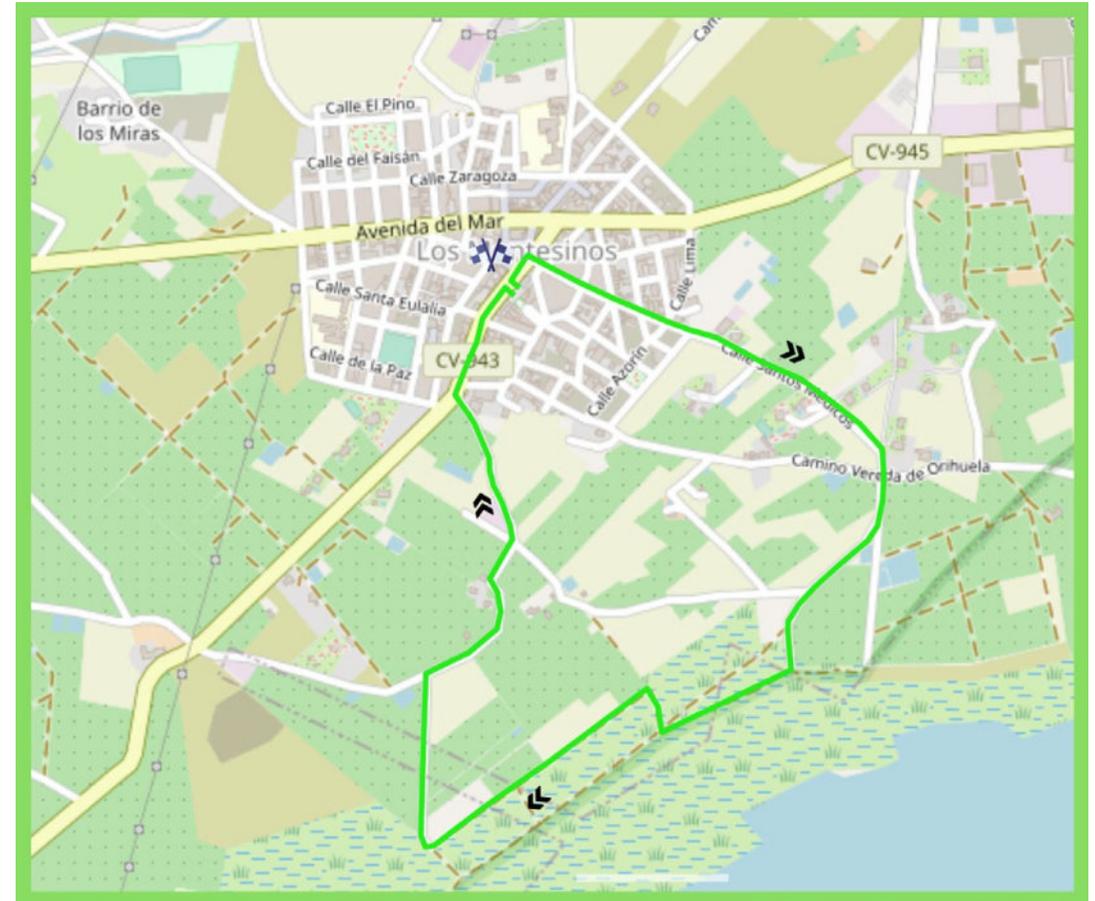
## 1



ES Código QR de la ruta nº 01 en Google Maps

### FICHA TÉCNICA RUTA Nº 1

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta corta, fácil y cómoda ruta coincide con la "Ruta Salada", un sendero local (SL-CV 115) que el Ayuntamiento habilitó para hacer un recorrido hasta la laguna de Torrevieja donde hay además una torre de observación panorámica. Este recorrido se inicia por las calles de Montesinos y acaba en su punto más bajo en la laguna. Interesante propuesta para conocer el pueblo y el parque natural con sus saldares, aves y gran laguna rosada.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos	
LONGITUD (Km)	3,5 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Caminar, Senderismo, Carrera, Marcha Nórdica, Ciclo turismo	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE/IMBA	1/2 de 5	
TIPO DE RECORRIDO	Principalmente tramos urbanos y tramos de tierra en las inmediaciones de la laguna.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 20 min. / Andando: 45 min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	20m / 1m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+40m / -40m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	13.0% / -10.2%
	Media de Subida / Bajada	2.0% / -2.0%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Sentido de la marcha: horario	



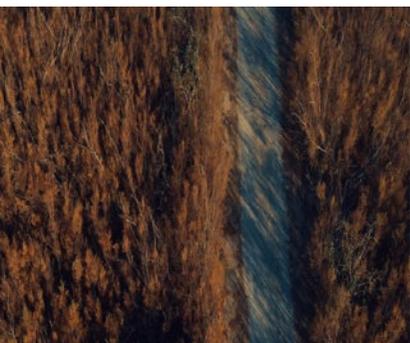
ES Track de la ruta nº 1



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 1

# RUTA

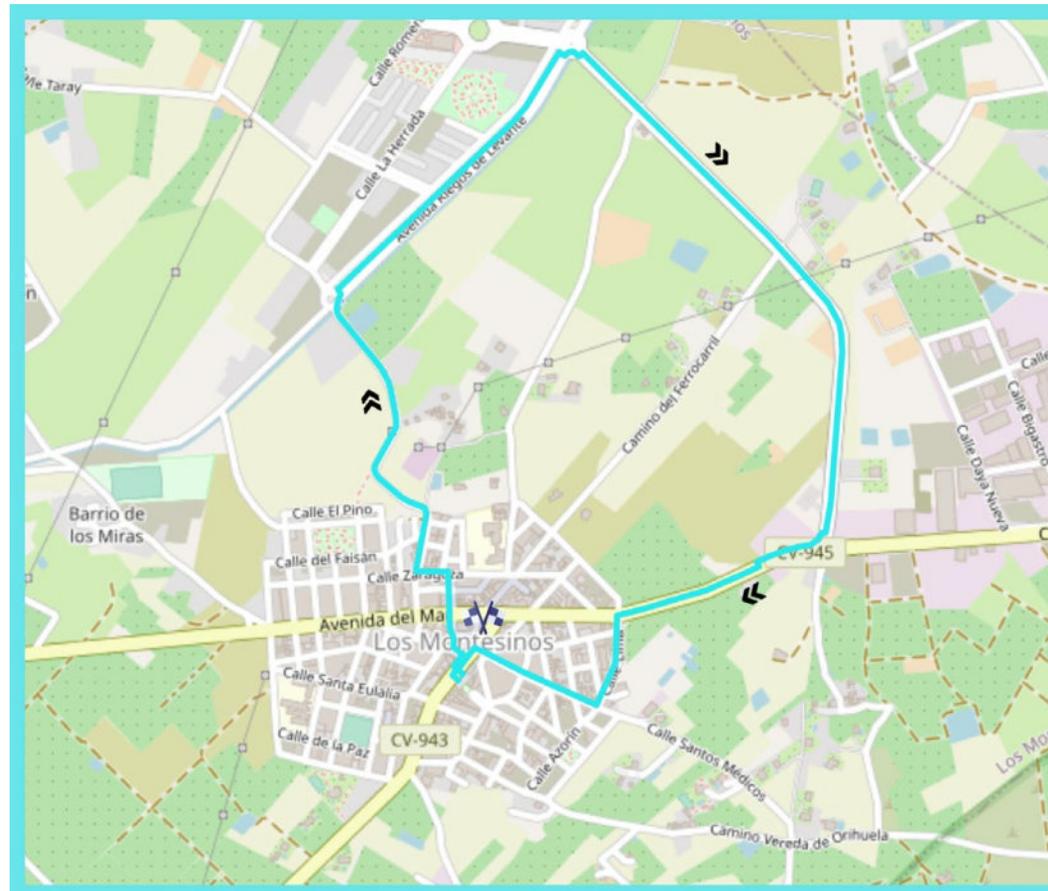
## 2



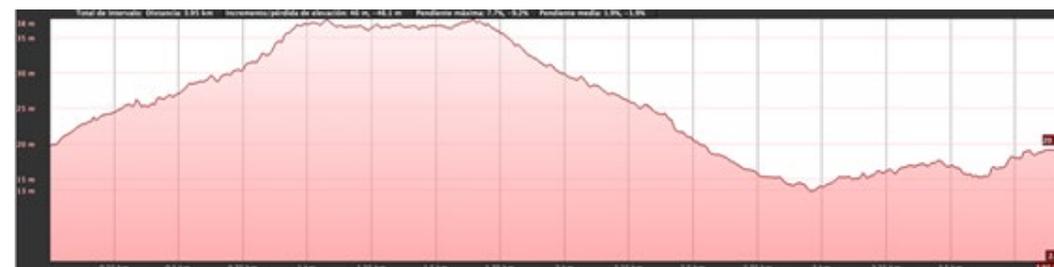
ES Código QR de la ruta nº 02 en Google Maps

### FICHA TÉCNICA RUTA Nº 2

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta corta, fácil y cómoda ruta urbana de 4 kilómetro discurre inicialmente por el centro urbano de Montesinos para tomar en 350m un largo carril bici y peatonal que conforma un anillo periurbano. Una ruta perfecta para una buena caminata, para la marcha nórdica, correr o ciclo turismo.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos	
LONGITUD (Km)	4 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Caminar, Senderismo, Carrera, Marcha Nórdica, Cido turismo	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE/IMBA	1/2 de 5	
TIPO DE RECORRIDO	Todo recorrido urbano y carril bici sin tramos en tierra.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 24 min. / Andando: 50 min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	38m / 13m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+46m / -46m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	7.7% / -9.2%
	Media de Subida / Bajada	1.9% / -1.9%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 2



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 2

# RUTA

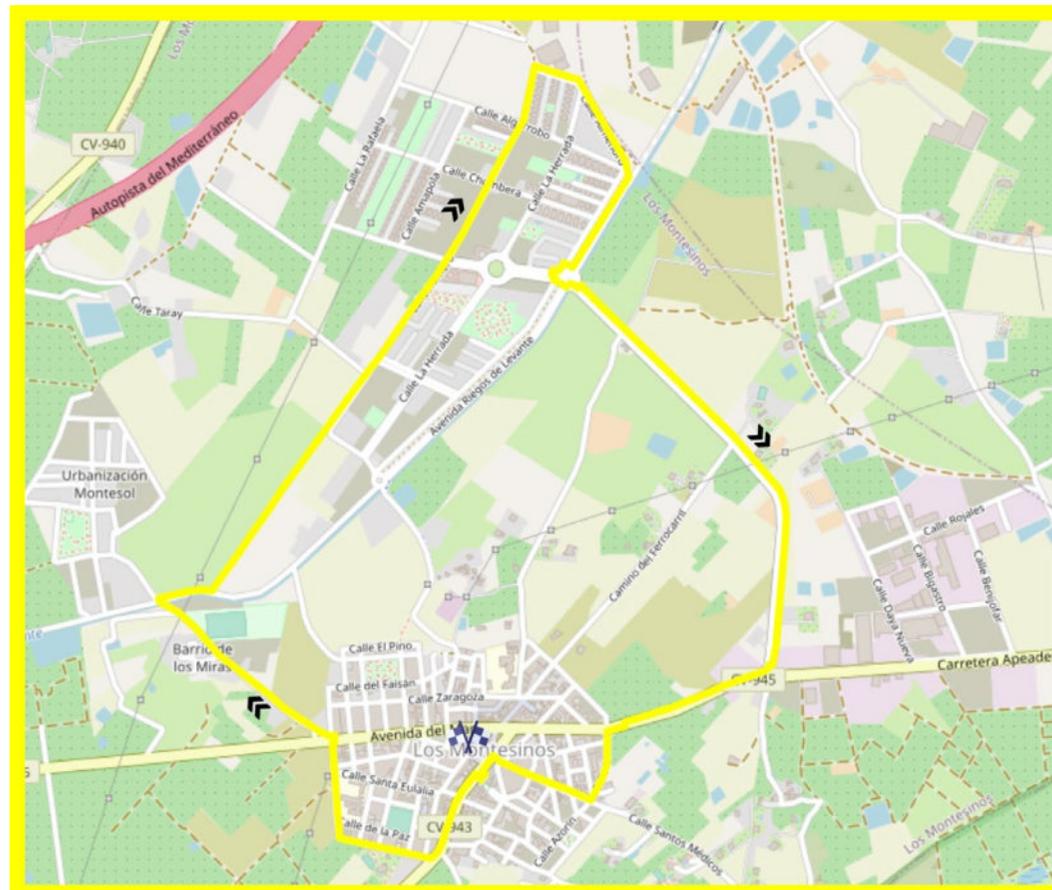
## 3



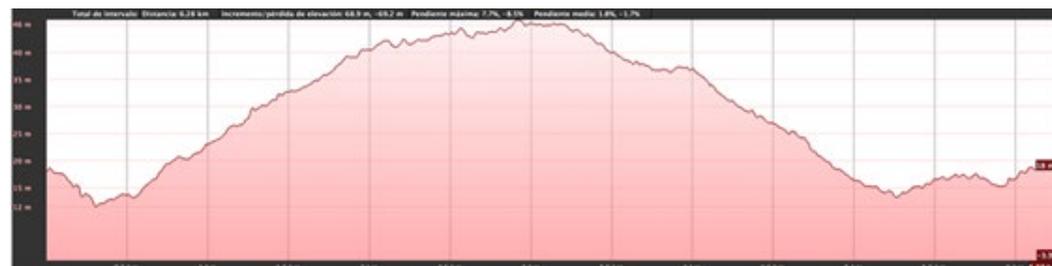
ES Código QR de la ruta nº 03 en Google Maps

### FICHA TÉCNICA RUTA Nº 3

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta fácil y cómoda ruta urbana de 6,3 kilómetros discurre inicialmente por el centro urbano de Montesinos para después recorrer la zona de Los Miras, Casas de los Pinicos y entrar después en La Herrada. Gran parte de este recorrido con poco desnivel es por el carril bici y peatonal que conforma un anillo periurbano. Una ruta perfecta para una buena caminata, para la marcha nórdica, correr o ciclo turismo.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos	
LONGITUD (Km)	6,5 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Caminar, Senderismo, Carrera, Marcha Nórdica, Cido turismo	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE/IMBA	Fácil. 1/2 de 5	
TIPO DE RECORRIDO	Todo recorrido urbano y carril bici salvo un pequeño tramo en tierra.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 25 min. / Andando: 1h 25 min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Mín	12m / 46m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+69m / -69m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	7.7% / -8.5%
	Media de Subida / Bajada	1.8% / -1.7%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 3



# RUTA

## 4



ES Código QR de la ruta nº 04 en Google Maps

### FICHA TÉCNICA RUTA Nº 4

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta cómoda ruta de 9,1 kilómetros discurre inicialmente por el centro urbano de Montesinos para después recorrer carril bici, vía verde y parque natural. Recorre parte de las rutas nº 1 y 2. Un recorrido más exigente en cuanto a la distancia que las 1,2 y 3 y por ello un recorrido perfecto para seguir progresando en nuestro nivel deportivo. Perfecta para una buena caminata, para la marcha nórdica, correr o ciclo turismo.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos	
LONGITUD (Km)	9,2 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Caminar, Senderismo, Carrera, Marcha Nórdica, Ciclo turismo	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE/IMBA	2 de 5	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto: urbano, carril bici, vía verde y tramos en tierra.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 35 min. / Andando: 2h. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	38m / 1m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+86m / -86m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	7.8% / -6.4%
	Media de Subida / Bajada	1.3% / -1.3%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 4



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 4

# RUTA

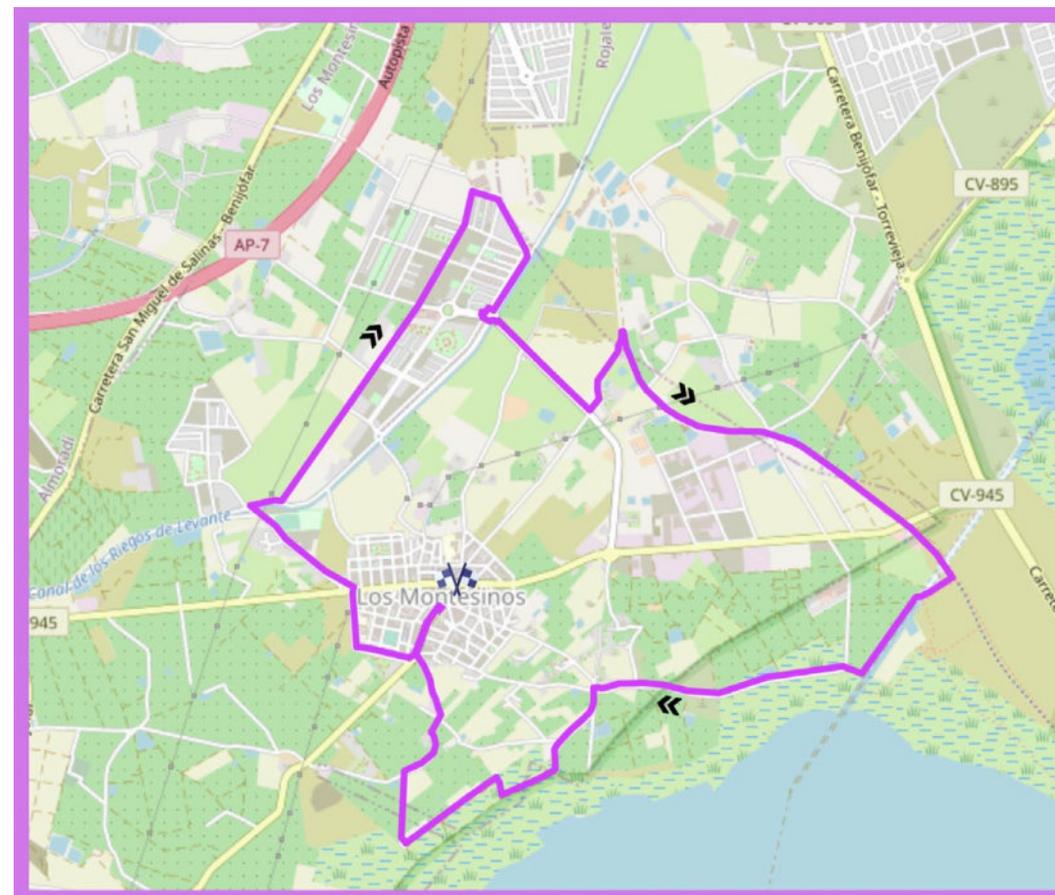
## 5



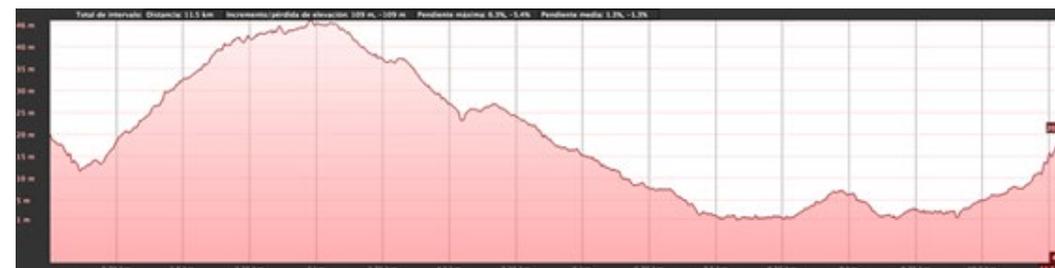
ES Código QR de la ruta nº 05

### FICHA TÉCNICA RUTA Nº 5

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta ruta de 11,5 kilómetros discurre inicialmente por el centro urbano de Montesinos para después recorrer carril bici, vía verde y parque natural. Pasa por distintos barrios y parques de la localidad. perfecta para conocer y disfrutar Montesinos. Recorre parte de las rutas nº 1, 2, 3 y 4. Un recorrido más exigente en cuanto a la distancia que las 1, 2, 3 y 4 y por ello un recorrido perfecto para seguir progresando en nuestro nivel deportivo. Perfecta para una buena caminata, para la marcha nórdica, correr o ciclo turismo.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos	
LONGITUD (Km)	11,7 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Caminar, Senderismo, Carrera, Marcha Nórdica, Ciclo turismo	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE/IMBA	2 de 5	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto: urbano, carril bici, vía verde y tramos en tierra.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 45 min. / Andando: 2h 30min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	46m / 1m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+109m / -109m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	6.3% / -5.4%
	Media de Subida / Bajada	1.3% / -1.3%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 5



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 5

# RUTA

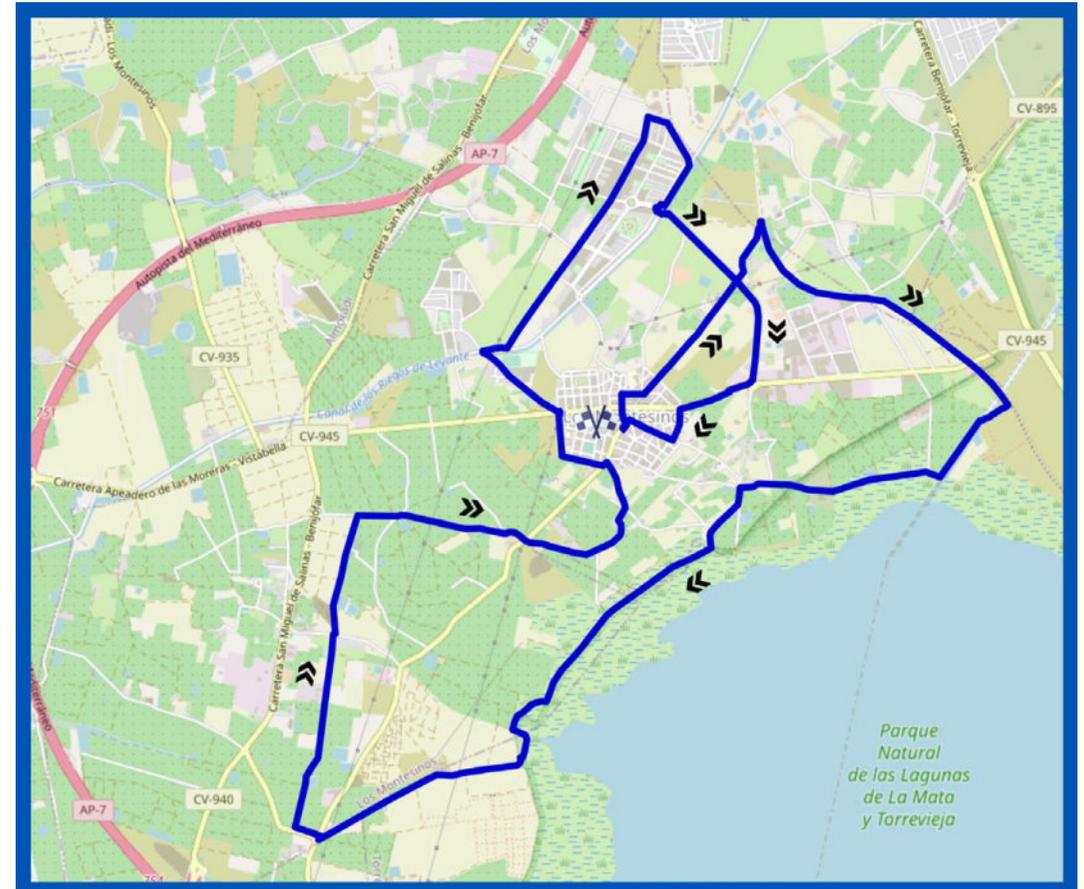
# 6



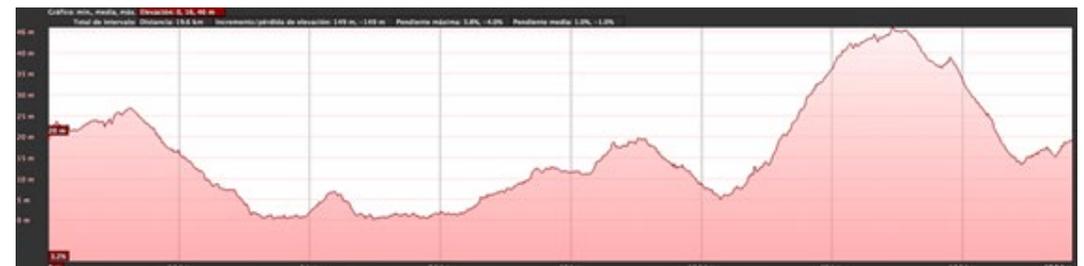
ES Código QR de la ruta nº 06

## FICHA TÉCNICA RUTA Nº 6

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta ruta de casi 20 kilómetros es la más larga de las rutas interiores de la red. Comparte con muchas de las otras rutas de la red, pero amplía su longitud pasando por Lo Reche, La Marquesa y vuelta al centro de la localidad por el interesante "camino de los muertos". Una ruta para una gran caminata, casi una media maratón para los que quieran hacerla corriendo o un cómodo paseo en bicicleta.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos	
LONGITUD (Km)	19,8 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Caminar, Senderismo, Carrera, Marcha Nórdica, Cido turismo	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE/IMBA	2 de 5	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto: urbano, carril bici, vía verde y tramos en tierra.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 1h 30min. / Andando: 4h 15min (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	46m / 1m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+149m / -149m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	3,8% / -4,0%
	Media de Subida / Bajada	1,0% / -1,0%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 6



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 6

# RUTAS EXTERIORES



**Los Montesinos**  
Donde nacen los senderos





**Ayuntamiento de Los Montesinos**



**Los Montesinos**  
Donde nacen los senderos

**Rutas Exteriores**







**AVISO DE RESPONSABILIDAD**  
Este mapa es un instrumento de orientación y no garantiza la seguridad de las rutas. Los usuarios de las rutas se responsabilizan de su propia seguridad y de la de los demás. El Ayuntamiento de Los Montesinos no se responsabiliza de los accidentes que se produzcan al utilizar las rutas. En caso de accidentes, comunicados inmediatamente a los servicios de emergencia (112).

# RUTA

## 7



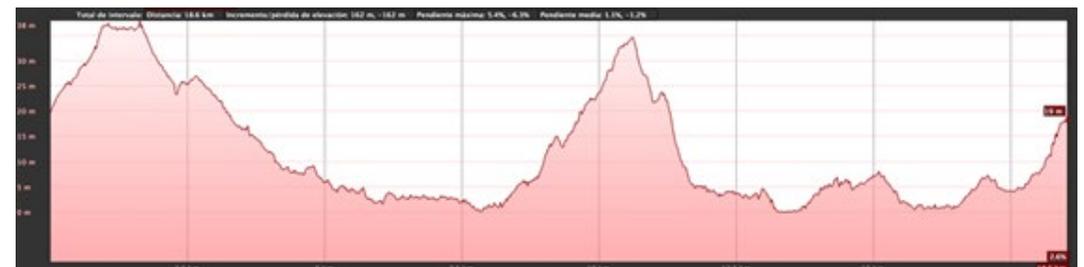
ES Código QR de la ruta nº 07

### FICHA TÉCNICA RUTA N° 7

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta ruta de 18,7km recorre carriles bici, un buen tramo de la vía verde, la orilla sur de la laguna de La Mata del parque natural de las lagunas de La Mata y Torrevieja. Es una excelente propuesta de ciclo turismo y también una gran ruta (larga) de senderismo, marcha nórdica o running. Sale del núcleo urbano de Montesinos y tras los carriles bici se adentra en la vía verde para después ir buscando la orilla sur de la laguna y volver por la vía verde de nuevo.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos, Guardamar del Segura y Torrevieja	
LONGITUD (Km)	18,7 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Ciclo turismo, senderismo, marcha nórdica o carrera	
DIFICULTAD SEGÚN IMBA	FÁCIL Muy fácil por tipo de recorrido/Fácil por longitud y desnivel	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE	1, 1, 2 y 3. Difícil por la cantidad de esfuerzo necesario	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto, pero mayoritariamente buenos caminos de tierra	
TIEMPO ESTIMADO	Bici:1h. 50min. / Andando: 4h. 5min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	38m / 0m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+162m / -162m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	5,4% / -6,3%
	Media de Subida / Bajada	1,1% / -1,2%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta y en localidades de la ruta.	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido inicial. Luego seguir navegación propia con GPS según tracks publicados en códigos QR. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Precaución y equipo de seguridad vial obligatorio. Responsabilidad propia. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 7



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 7

# RUTA

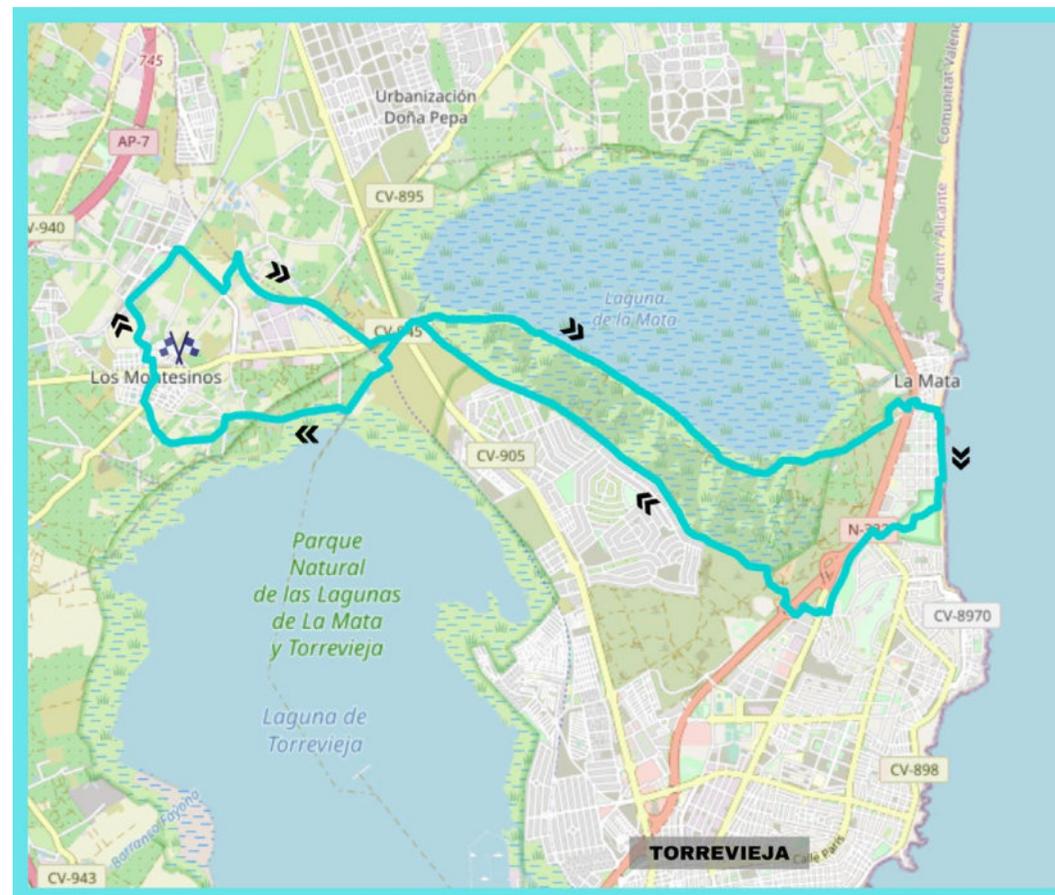
## 8



ES Código QR de la ruta nº 08

### FICHA TÉCNICA RUTA Nº 8

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta ruta de 23,7km es una excelente propuesta de ciclo turismo y también una gran ruta (larga) de senderismo, marcha nórdica o running. Es un buen recorrido para llegar hasta la playa de La Mata y para conocer a fondo la laguna de la Mata y el parque natural de las lagunas de La Mata y Torrevieja. Sale del núcleo urbano de Montesinos y tras carriles bici se adentra en la vía verde para después ir buscando la orilla sur de la laguna. Se regresa a Montesinos de nuevo por el camino de El Chaparral y laguna de T.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos, Guardamar del Segura y Torrevieja	
LONGITUD (Km)	23,7 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Ciclo turismo, senderismo, marcha nórdica o carrera	
DIFICULTAD SEGÚN IMBA	FÁCIL Muy fácil por tipo de recorrido/Fácil por longitud y desnivel	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE	1, 1, 2 y 3. Dificil por la cantidad de esfuerzo necesario	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto, pero mayoritariamente buenos caminos de tierra	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 2h 00min. / Andando: 5h 10min (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	38m / -1m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+182m / -182m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	4.7% / -4.7%
	Media de Subida / Bajada	0.9% / -0.9%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta y en localidades de la ruta.	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido inicial. Luego seguir navegación propia con GPS según tracks publicados en códigos QR. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Precaución y equipo de seguridad vial obligatorio. Responsabilidad propia. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 8



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 8

# RUTA

# 9



ES Código QR de la ruta nº 09

## FICHA TÉCNICA RUTA N°9

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta ruta de 24,5km es una excelente propuesta de ciclo turismo y también una gran ruta (larga) de senderismo, marcha nórdica o running. Es la mejor propuesta para conocer a fondo la laguna de la Mata y el parque natural de las lagunas de La Mata y Torrevieja. Sale del núcleo urbano de Montesinos y tras carriles bici se adentra en la vía verde para después ir buscando esa vuelta a la laguna. Se regresa a Montesinos de nuevo por la laguna de Torrevieja.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESEA	Los Montesinos, Guardamar del Segura y Torrevieja	
LONGITUD (Km)	24,5 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Ciclo turismo, senderismo, marcha nórdica o carrera	
DIFICULTAD SEGÚN IMBA	MUY FÁCIL. Muy fácil por tipo de recorrido/Muy fácil por longitud y desnivel	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE	1, 1, 2 y 3. Difícil por la cantidad de esfuerzo necesario	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto, pero mayoritariamente buenos caminos de tierra	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 2h. 10min. / Andando: 5h. 15min.(Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	38m / -1m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+182m / -182m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	4.7% / -4.7%
	Media de Subida / Bajada	0.9% / -0.9%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta y en localidades de la ruta.	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido inicial. Luego seguir navegación propia con GPS según tracks publicados en códigos QR. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Precaución y equipo de seguridad vial obligatorio. Responsabilidad propia. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 9



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 9

# RUTA

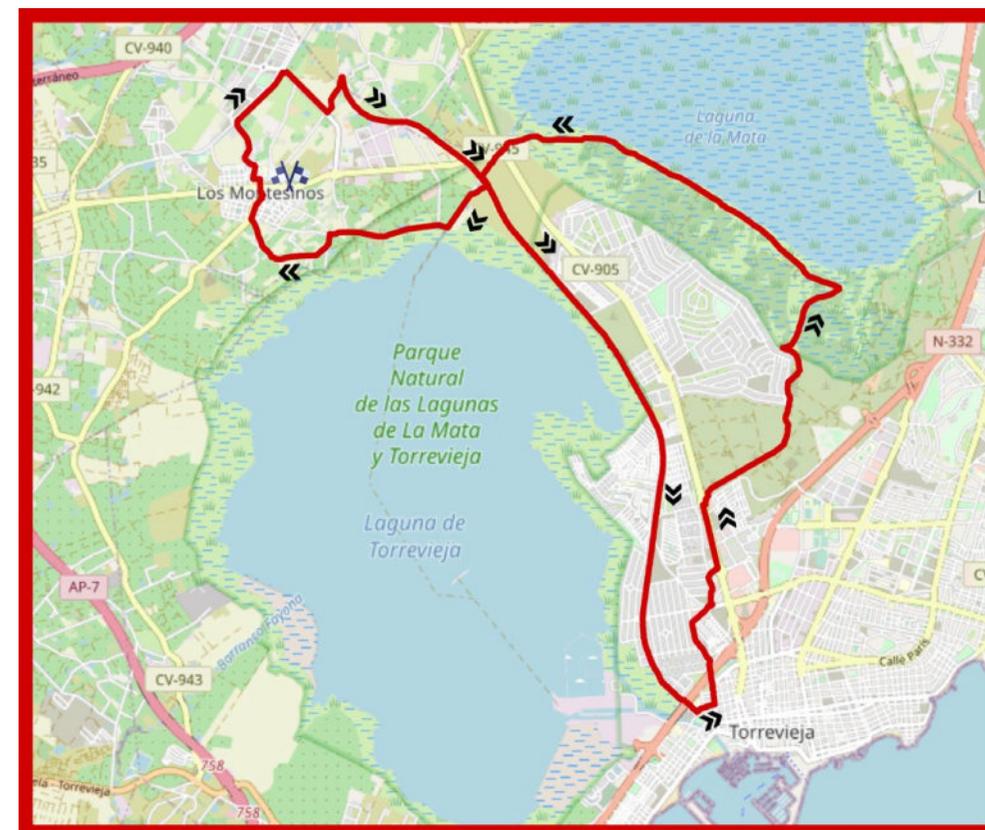
# 10



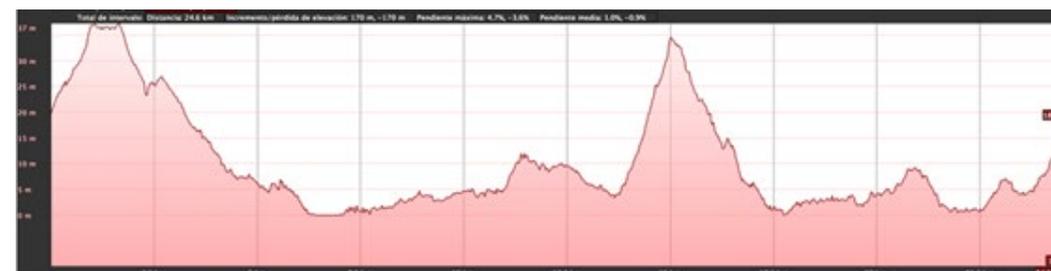
ES Código QR de la ruta nº 10

## FICHA TÉCNICA RUTA Nº 10

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta ruta de 25km recorre es la mejor propuesta para recorrer toda la vía verde y conocer esa localidad. Además esta ruta regresa tras conocer Torrevieja por la orilla sur de la laguna de La Mata y disfrutar así del parque natural de las lagunas de La Mata y Torrevieja. Es una excelente propuesta de ciclo turismo y también una gran ruta (larga) de senderismo, marcha nórdica o running. Sale del núcleo urbano de Montesinos y tras los carriles bici se adentra en la vía verde.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos, Guardamar del Segura y Torrevieja	
LONGITUD (Km)	25 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Ciclo turismo, senderismo, marcha nórdica o carrera	
DIFICULTAD SEGÚN IMBA	FÁCIL. Muy fácil por tipo de recorrido/Fácil por longitud y desnivel	
DIFICULTAD SEGÚN MIDE	1, 1, 2 y 3. Difícil por la cantidad de esfuerzo necesario	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto, pero mayoritariamente buenos caminos de tierra	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 2h. / Andando: 5h. 15min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	37m / 0m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+170m / -170m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	4.7% / -3.6%
	Media de Subida / Bajada	1.1% / -0.9%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta y en localidades de la ruta.	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido inicial. Luego seguir navegación propia con GPS según tracks publicados en códigos QR. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Precaución y equipo de seguridad vial obligatorio. Responsabilidad propia. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 10



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 10

# RUTA

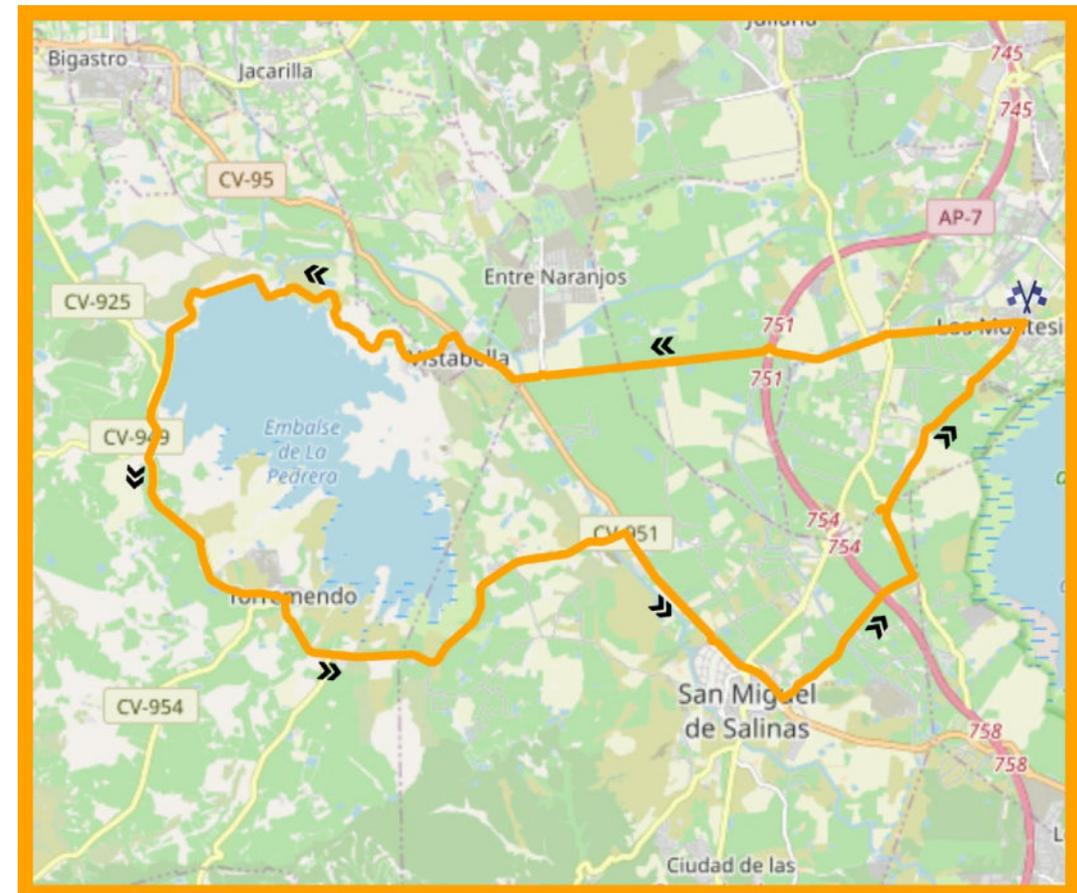
# 11



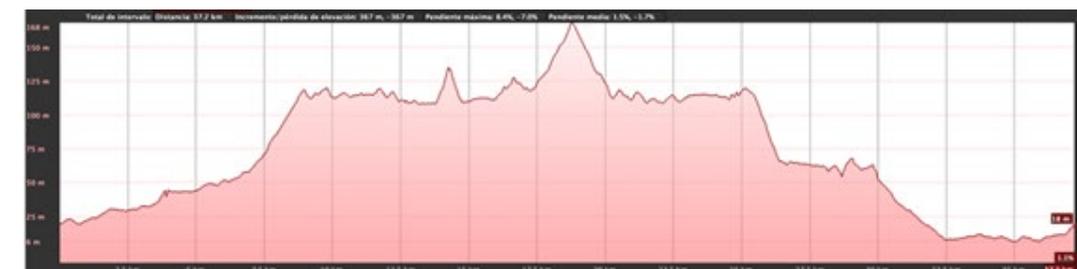
ES Código QR de la ruta nº 11

## FICHA TÉCNICA RUTA Nº 11

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta ruta de 37,5km es una propuesta de ciclismo de carretera ya que se desarrolla íntegramente por carreteras. Su principal interés es que da la vuelta al embalse de la Pedrera además de pasar por valiosos parajes de Los Montesinos.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos, San Miguel de Salinas, Torremendo, Almoradí	
LONGITUD (Km)	37,5 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Ciclismo de carretera o ciclo turismo	
DIFICULTAD SEGÚN IMBA	FÁCIL. Muy fácil por tipo de recorrido / Fácil por longitud y desnivel	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido de carretera	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 2h. 20min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	168m / 6m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+367m / -367m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	8.4% / -7%
	Media de Subida / Bajada	1.5% / -1.7%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta y en localidades de la ruta.	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido inicial. Luego seguir navegación propia con GPS según tracks publicados en códigos QR. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Precaución y equipo de seguridad vial obligatorio. Responsabilidad propia. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 11



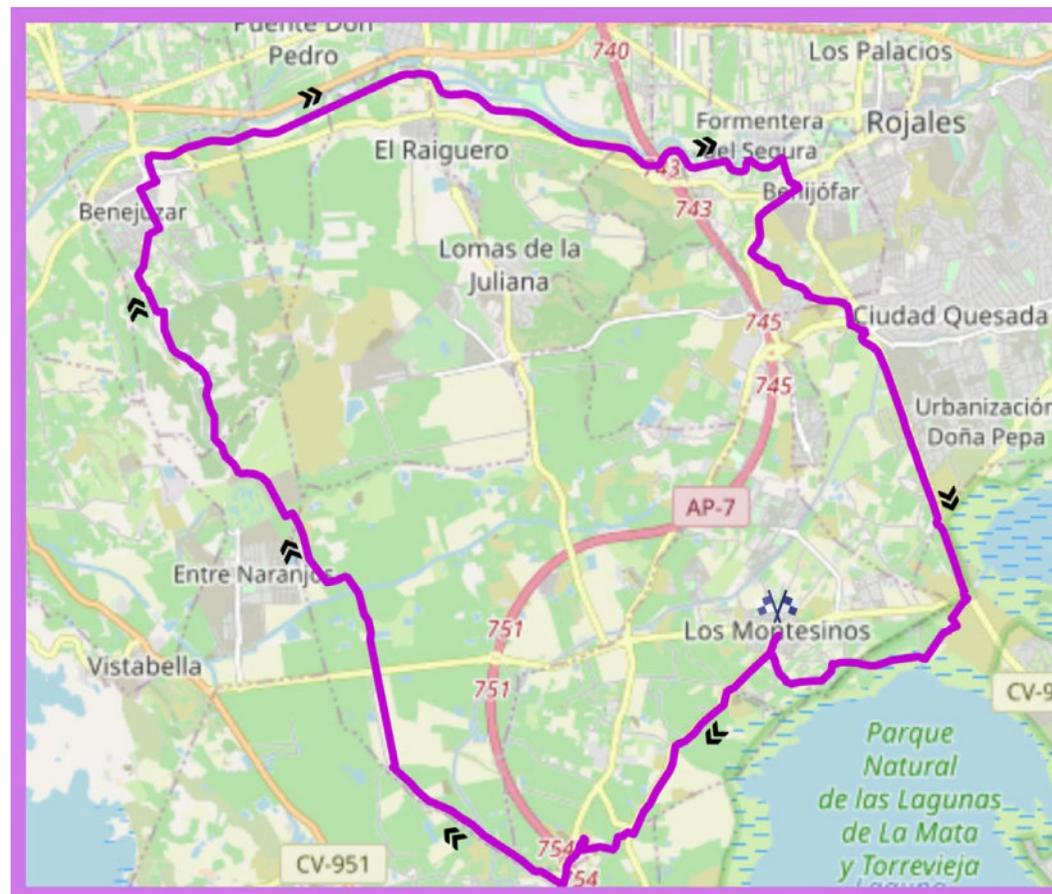
# RUTA 12



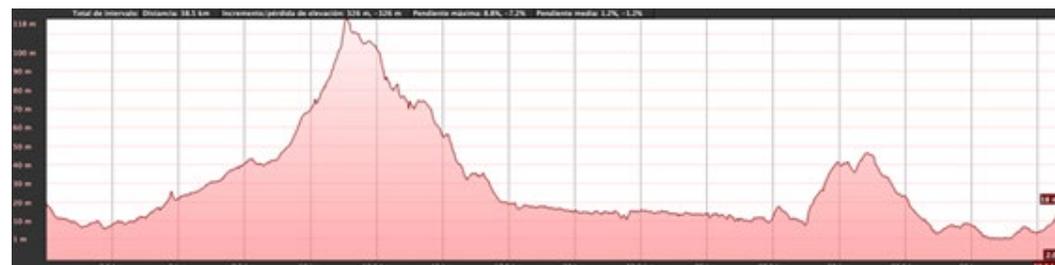
ES Código QR de la ruta nº 12

## FICHA TÉCNICA RUTA Nº 12

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta paisajística y variada ruta de 39km es perfecta para una mañana de ciclo turismo. Tras dejar el núcleo urbano de Montesinos la ruta discurre por campos y naranjales hasta adentrarse a una pista que primero en subida y luego en cómoda bajada nos lleva a Benejúzar. En Esta localidad tomaremos la vía verde del río hasta Benijófar por donde volveremos por carriles bici y el entorno del parque natural de las Lagunas de La Mata y Torrevieja. La mayoría del recorrido son pistas en tierra, el resto son tramos urbanos o carreteras de poco tráfico.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos, Torrevieja, Algorfa, Benejúzar, Benijófar y Rojasles	
LONGITUD (Km)	39 KM	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Ciclo turismo	
DIFICULTAD SEGÚN IMBA	FÁCIL. Muy fácil por tipo de recorrido / Fácil por longitud y desnivel	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto: urbano, carril bici, vía verde y tramos en tierra.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 2h. 20min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	118m / 1m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+326m / -326m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	8.8% / -7.2%
	Media de Subida / Bajada	1.2% / -1.2%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta y en localidades de la ruta.	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido inicial. Luego seguir navegación propia con GPS según tracks publicados en códigos QR. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Precaución y equipo de seguridad vial obligatorio. Responsabilidad propia. Sentido de la marcha: horario.	

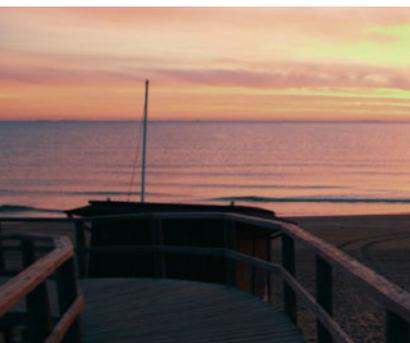


ES Track de la ruta nº 12



ES Perfil altimétrico de la ruta nº 12

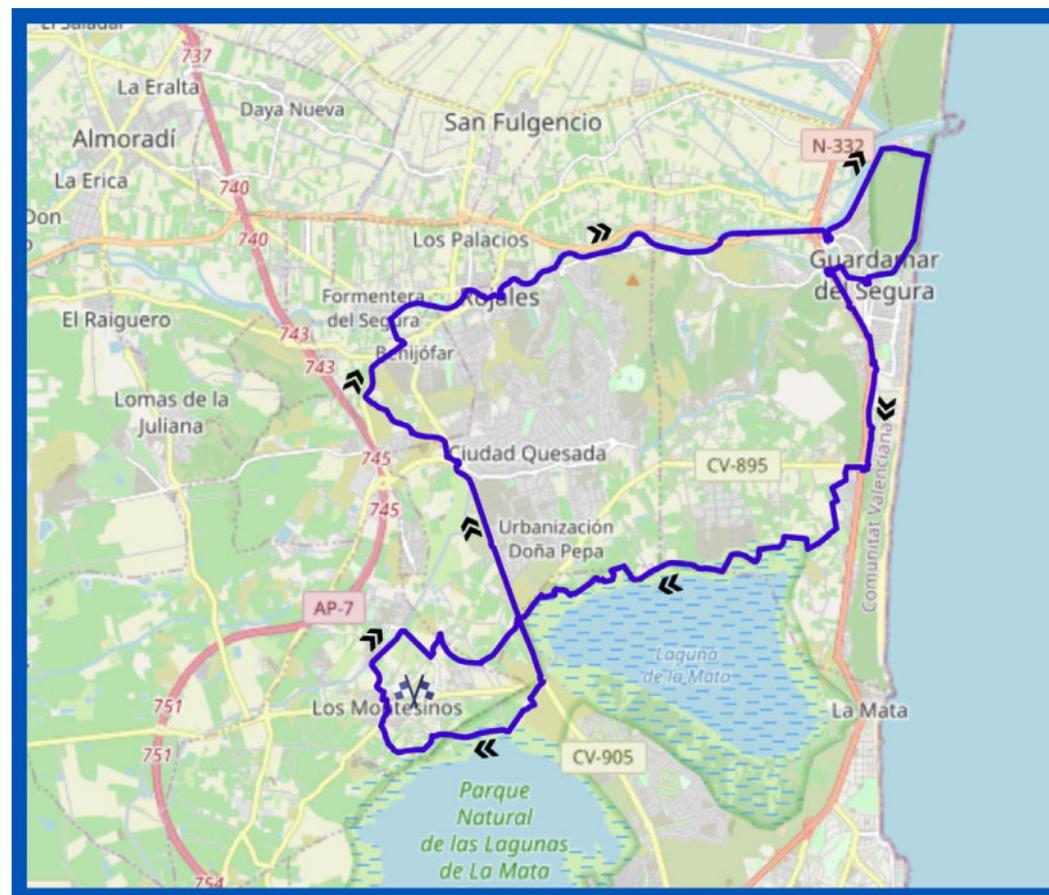
# RUTA 13



ES Código QR de la ruta nº 13

## FICHA TÉCNICA RUTA Nº 13

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA RUTA	Esta paisajística y variada ruta de 42,4km es perfecta para una mañana de ciclo turismo. Más de la mitad de su recorrido (23 km. aproximadamente) discurre por vías verdes, carril bici y por el carril ecológico del río Segura. Tiene además un tramo de elevado valor natural y paisajístico con unos 10 km que discurren por el parque natural de las Lagunas de La Mata y Torrevieja. La ruta pasa por la desembocadura del río Segura, el puerto, las dunas y costa de Guardamar. El resto son tramos urbanos o carreteras de poco tráfico.	
MUNICIPIOS QUE ATRAVIESA	Los Montesinos, Torrevieja, Benijófar, Rojales y Guardamar del Segura	
LONGITUD (Km)	42,4 KM.	
INICIO Y FIN DE RUTA	Plaza del Sagrado Corazón. Los Montesinos	
MEDIO LOCOMOCIÓN	Ciclo turismo	
DIFICULTAD SEGÚN IMBA	FÁCIL. Muy fácil por tipo de recorrido / Difícil por longitud y desnivel	
TIPO DE RECORRIDO	Recorrido mixto: urbano, carril bici, vía verde y tramos en tierra.	
TIEMPO ESTIMADO	Bici: 2h. 30min. (Sin paradas)	
COTAS (m.s.n.m.)	Máx. / Min	47m / 0m
DESNIVEL ACUMULADO	Subida / Bajada	+312m / -312m
PENDIENTE	Máxima de Subida / Bajada	5.1% / -6.4%
	Media de Subida / Bajada	1.1% / -1.1%
AGUA POTABLE	Fuente en punto de inicio y final de ruta y en localidades de la ruta.	
ÉPOCA RECOMENDADA	TODO EL AÑO. Precaución en verano horas de máximo calor y periodos de lluvias torrenciales.	
TRACKS / WAYPOINTS DISPONIBLES	SI	
RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS	Seguir señalización para su recorrido inicial. Luego seguir navegación propia con GPS según tracks publicados en códigos QR. Máximo respeto al patrimonio natural y urbano. Precaución y equipo de seguridad vial obligatorio. Responsabilidad propia. Sentido de la marcha: horario.	



ES Track de la ruta nº 13

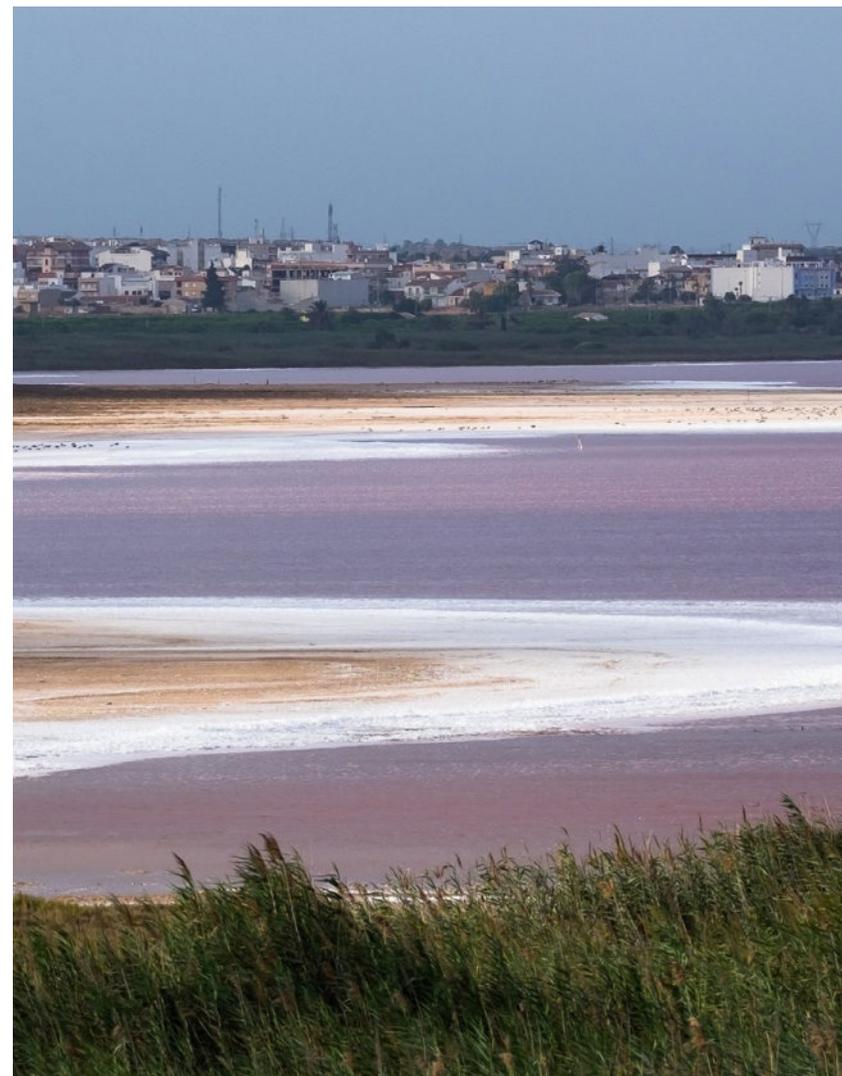


ES Perfil altimétrico de la ruta nº 13

# QUÉ NO PODEMOS PERDERNOS



# LA LAGUNA ROSADA QUE SE VE DESDE EL ESPACIO



La laguna rosada del Parque Natural de Torreveja y La Mata, forma parte del término municipal de Los Montesinos. Se trata de un espacio de 1.400 hectáreas de gran belleza y singularidad puesto que sus aguas tienen un color rosado gracias a unos microorganismos que solo sobreviven en espacios hipersalinos, lo que la hace única en el mundo. Tanto es así, que desde el espacio pueden apreciarse.

Esta laguna se dedica a la producción de sal y compone junto con la contigua laguna de La Mata, las salinas de Torreveja, una explotación salinera con una antigüedad que se remonta a tiempos de los Reyes Católicos.

En 1970 se construyó un salmueroducto para conducir sal procedente del domo salino de Pinoso hasta Torreveja. Estas salmueras se juntan aquí con agua salada de mar preconcentrada que llega desde la contigua laguna de La Mata. A partir de ese momento la sal de Torreveja no es de mar al 100%. Estas salinas forman parte de la importante red de siete salinas que pertenecen a la provincia de Alicante.

Estas lagunas fueron declaradas parque natural en 1988 y en ellas podemos disfrutar de una rica y variada fauna y vegetación adaptadas al duro ambiente salado y de paisajes únicos. En el parque natural en la localidad de La Mata hay un interesante centro de interpretación donde te asesoran sobre qué visitar en el parque.

# LA VÍA VERDE DE MONTESINOS – TORREVIEJA



ES La Vía Verde de Torrevieja, o de ‘Las Salinas’ consiste en un recorrido natural y urbano entre la localidad de Los Montesinos y la playa del Acequión de Torrevieja.

Esta vía verde ocupa parte del antiguo recorrido de tren concebido para el transporte de sal y otros productos agrícolas desde Torrevieja hasta la localidad de San Isidro-Albatera. En este punto, el ramal salinero se conectaba con la línea ferroviaria Alicante-Murcia inaugurada en 1884.

A partir de los años 60 el impulso de las carreteras afectó a la influencia de este ramal salinero. En 1970 la línea se dedicó en exclusividad al transporte de sal manteniendo un tráfico irregular hasta que, a finales de los 80, una de las habituales crecidas del Segura destruyó parte de las vías, lo que significó su cierre oficial a comienzos de 1988.

El Ayuntamiento de Los Montesinos, mediante acuerdo con la Fundación de Ferrocarriles Españoles, incorpora los 1600 metros del tramo de su término municipal a este bello recorrido.

En España, existen más de 2.800 kilómetros de vías aptas para cicloturistas y senderistas y desarrolladas en el marco del Programa Vías Verdes, coordinado por la Fundación de los Ferrocarriles Españoles. Código QR

Características de la vía:

Longitud: 8,3 km.

Usuarios: Peatones, bicicletas y a caballo

Accesibilidad: sí

Tipo de firme: Asfalto y enlosado (urbano). Tierra y firme asfáltico (campestre)

# LA MARQUESA



ES Es en La Marquesa donde nace el primer asentamiento atribuido a Los Montesinos, municipio que nace vinculado a una ermita, elevada a la categoría de parroquia en 1829, y que, después de decidir que quería ser completamente autónomo, obtuvo su segregación del Ayuntamiento de Almoradí en el año 1990. Desde entonces se ha convertido en motor de progreso vinculado a la calidad de vida gracias a su geografía privilegiada y a su clima, su patrimonio cultural e histórico así como sus recursos naturales. Todo ello unido a un potente sector servicios que han contribuido de manera determinante a su crecimiento demográfico.

La cultura islámica ha dejado su influencia en actividades como el regadío pero podemos remontarnos mucho más y llegar a la época romana con dos grandes huellas: la hacienda Lo Montanaro y La Marquesa, antiguas villas romanas localizadas junto a la Vía Augusta.

La Marquesa y su conjunto arquitectónico siempre ha despertado en los vecinos de Los Montesinos interés y admiración, ya que fue uno de los primeros enclaves poblacionales de esta localidad.

El edificio presenta planta rectangular, con cubierta a dos aguas, y torre-campanario, reconocida como Bien de Interés Cultural, rematada en capilla. Posee dos naves, una central finalizada en el altar mayor y otra lateral con capillas dedicadas al Santo Cristo Crucificado y a la Inmaculada Concepción, en cuyo extremo se localiza la sacristía. La torre es de planta cuadrada, con tres campanas alojadas en el tercer cuerpo de la misma. El edificio conserva su hermosura gracias a varias reformas realizadas en el mismo, la penúltima en el s. XIX tras el terremoto de 1929. En el año 2014 el Ayuntamiento de Los Montesinos acometió una reforma que mejoró sustancialmente el edificio.

El templo se halla bajo la advocación de la Virgen del Rosario a la que, a finales de septiembre o en la primera semana de octubre, los vecinos de Los Montesinos rinden homenaje organizando una romería y otras celebraciones religiosas y festivas en recuerdo de su primitiva parroquia.



# BIODIVERSIDAD EN LOS SENDEROS



ES La huerta o zonas agrícolas, los saladares, las playas y la laguna rosada forman una sucesión de ambientes que aportan una rica y variada diversidad de fauna a Los Montesinos.

En cuanto a los animales que podemos encontrar en nuestros itinerarios, más allá del variado catálogo de aves que viven en torno a las lagunas, encontramos aves propias de los matorrales y huertos de esta región y mamíferos como liebres y conejos. Entre los insectos, los más habituales son libélulas, tijeretas, escarabajos, avispas y mariposas. Los anfibios son relativamente escasos pues no toleran bien la salinidad, aunque podemos encontrarlos en las zonas agrícolas. Los reptiles son más abundantes que los anfibios, prefiriendo para vivir las zonas de matorral, pinar o los cultivos



# AVES DEL PARQUE NATURAL LAS LAGUNAS



ES Los humedales son ecosistemas valiosos que albergan una rica biodiversidad. La avifauna es el grupo faunístico de mayor relevancia en este parque natural, ya que está formado por casi un centenar de especies. Junto con El Hondo y Santa Pola, el Parque Natural de las Lagunas de La Mata y Torrevieja constituye un enclave de humedales de importancia crucial para el desarrollo de los ciclos biológicos de numerosas especies que lo utilizan tanto en sus migraciones como en su nidificación e internada. En este parque podemos encontrar una gran diversidad de ambientes como huertos y matorrales, pinares, saladares, las lagunas saladas y sus orillas y zonas más o menos humanizadas. En cada uno de ellos podremos ver con aves propias de cada hábitat.

Las especies de avifauna más significativas que podemos encontrar en el parque natural son cigüeñuelas, tarros blancos, aguiluchos cenizos, avocetas, chorlitejos patinegros, charranes, charrancitos y alcaravanes



# CÓMO PODEMOS RECORRER ESTAS RUTAS

## CAMINANDO

El walking se refiere a lo que comúnmente llamamos una caminata tranquila o a paso ligero, pero sin dificultad reseñable. Las rutas 1, 2, 3, 4, 5 y 6 son especialmente propicias para disfrutar del paisaje caminando.

## MARCHA NÓRDICA

La marcha nórdica consiste en caminar de una manera natural a la vez que empleamos unos bastones para ayudarnos a progresar, lo que ayuda a ejercitar el 90 por ciento de los músculos del cuerpo. Muy adecuada para caminatas y para el público sénior y especialmente recomendable para hacer las rutas 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 y 10, en función de la forma física.



## SENDERISMO

Cuando caminamos por el medio natural en recorridos más largos y con desniveles hablamos del hiking o excursionismo; y del trekking cuando se trata ya de un recorrido de media o alta montaña. Normalmente el senderismo se realiza con material más técnico como mochila con equipo de excursión, brújula, mapas, radio, GPS, alimentos, bebidas, botiquín, etc. Las rutas 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 y 10 son especialmente propicias para practicar senderismo.

## CORRIENDO

El footing consiste en salir a correr y se trata de hacerlo de una manera pausada sin estar pendiente de los tiempos, distancias o entrenamientos. El running es prepararse para correr de manera competitiva. Si corremos por senderos de montaña con terrenos escarpados, se denomina "trail running". El amplio abanico de distancias, desde los 3,5km hasta los 42,4km, y dificultades de nuestras rutas permite a los corredores elegir aquella que mejor se adapta a sus intereses. Las rutas que mejor se adaptan a los corredores son la 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 y 10.

## BICICLETA

Ya sea practicando el ciclismo de carretera, con una bici de montaña (BTT o 'mountain bike') o simplemente practicando el cicloturismo y disfrutando del paisaje. Solo tenemos que elegir la ruta que mejor se adapta a nuestra capacidad e intereses, ya que todas las que proponemos (desde la 1 hasta la 13) pueden recorrerse en bicicleta.

### VF

Calle Algorfa nº1-B  
Polígono Industrial Levante II  
Teléfono 96 672 01 76 - 651 760 838

### CHISMES BAR

Plaza Sagrado Corazón, 4  
Teléfono 680 224 770

### COFFEE TIME

Calle Agustín Martínez, 11  
Teléfono 604 299 845

### DI NAPOLI STEAK HOUSE

Calle Manuel Torres Esainosa, 6  
Teléfono 96 684 35 77

### PIZZERIA LA POSADA

Calle Zaragoza, 12  
Teléfono 96 672 17 96

### BOBBIE JO'S DINER

Calle San Lucas, 6  
Teléfono 865 770 345

### CAFETERÍA CENTRO

Plaza Sagrado Corazón, 6  
Teléfono 603 521 200

### LOS ROMEROS

Avda. del Mar, 63  
Teléfono 684 089 492

### EL CURICA

Avda. de la Marquesa, 20  
Teléfono 626 713 903

### KARAOKE MONTE LA HERRADA

Calle Taray - local 1  
Teléfono 670 534 894

### RIVES

Avda. del Mar, 67  
Teléfono 663 335 818

### CHINO PEKIN

Avda. del Mar, 47  
Teléfono 96 672 02 35

### BUSCAVIDAS

Calle San Tarsicio, 18  
Teléfono 673 709 033

### PICAETA

Calle San Tarsicio, 16 Local 2  
Teléfono 600 263 292

### RINCÓN DE MIGUEL

Calle Vistabella, 15  
con Calle Carrasca, 3  
Teléfono 630 220 221

### LA ESQUINA

Plz. Sagrado Corazón, 4 esq. C/ Alejo Mtnez.  
Teléfono 96 672 03 93

### CASA PILI

Avda. del Mar, 81  
Teléfono 96 672 18 19

### TAPERIA AROMA

Calle Virgen del Carmen, 8  
Teléfono 602 685 276

### CHARLY

Plaza Sagrado Corazón, 4 Local 1  
Teléfono 96 672 05 28

### FRIENDS

Avenida del Mar, 82  
Teléfono 694 494 540

### LA HERRADURA

Avenida del Mar, (junto gasolinera)  
Teléfono 96 672 10 78

### CASA PEPE

Avda. del Mar, 104  
Teléfono 96 672 11 92

### ASADOR DE POLLOS

Calle Magisterio, 4  
Teléfono 96 672 17 12

### HOTEL LA TORRE

Calle Bigastro, 1  
Teléfono 96 672 09 89

### POLLOS PACO

Avda. del Mar, 33  
Teléfono 96 672 09 89

### MOFLY

Avda. del Mar, 9  
Teléfono 687 137 262

### PUNJABI PALACE

Calle Mayor, Local 6  
Teléfono 96 672 03 83

### CIBER

Calle Diagonal, 1  
Teléfono 602 667 310

# DÓNDE COMER

### LA CANTINA TEX-MEX

Avda. del Mar, 23  
Teléfono 698 537 937

### MATSYA

Calle El Viento, 6  
Teléfono 865 755 144

### MARCAPAGINAS

Calle Mayor esq. Calle Faisan  
Teléfono 96 639 43 67

### TINO'S

Calle Unión Europea, Bajo 5  
Teléfono 616 606 483

### EL RINCÓN DE MORALES

Barrio Los Pérez  
Teléfono 619 414 980

### PIZZERIA LA ARTESANA

Calle Alejo Martínez, 13  
Teléfono 699 331 623

### CAFÉ TAMBALACHE

Avda. del Mar, 2  
Teléfono 609 977 618

### GRACIELA

Barrio Los Pérez, 6-7  
Teléfono 96 672 15 99

### CODE

Plaza Sagrado Corazón, 5  
Teléfono 660 000 271

### LAS NINFAS

Calle Montesineros Ausentes, 43  
Teléfono 96 672 12 56

### D' DALIA

Avda. del Mar, 5  
Teléfono 617 798 771

### THE OASIS

Urb. La Herrada - C/ Romero 117 L.6  
Teléfono 611 358 271

# NORMAS DE USOS Y RECOMENDACIONES

ES Todos los usuarios de estas rutas han de extremar las precauciones y aceptar que las recorren bajo su responsabilidad. El Ayuntamiento de Los Montesinos no se hace responsable de las lesiones o accidentes que se pueden producir en el desarrollo de estas rutas.

Las rutas tienen un sentido de la marcha indicado que debe seguirse.

Todas las rutas interiores (1 a 6) están completamente señalizadas para seguirlas con facilidad.

Las rutas exteriores (7-13) están señalizadas hasta el fin de término municipal de Los Montesinos. Para seguir todas las rutas, se facilita el recorrido mediante código QR.

Los usuarios ciclistas deberán llevar sus bicicletas en buen estado y usar los elementos de protección y seguridad obligatorios.

Lleve teléfono móvil y agua.

Respete flora, fauna, cursos de agua y el patrimonio. No se salga ni abra nuevos trazados.

Muchos tramos de las rutas son compartidos con peatones, por favor respételes disminuyendo la velocidad o parando y/o cediendo el paso.

Elija la ruta teniendo en cuenta su preparación física, tipo de terreno, duración de la ruta, meteorología...

En caso de accidente, observar comportamientos inadecuados o daños materiales en las instalaciones o la naturaleza, por favor avise a la Policía Local al teléfono 96 672 15 25 o al 112.



Prohibido hacer fuego



Prohibido fumar



Prohibido molestar a la fauna



Prohibido tirar basura en lugares no indicados para ello



Prohibido tocar las plantas



Prohibido acampar



Puede circular en bicicleta



Lugar panorámico



Merendero



Sentido de la marcha



Recomendado el uso de casco



Extreme la precaución: circulan personas y bicicletas





DIPUTACIÓN  
DE ALICANTE



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE LOS MONTESINOS

**Patronato Provincial de Turismo  
de la Costa Blanca**  
Tel. +34 965230160  
Fax. +34 965230155  
turismo@costablanca.org  
www.costablanca.org



**Oficina de Turismo**  
Ayto. de Los Montesinos. Plaza del Ayuntamiento, 1  
Tel. +34 96 672 10 87  
atencionalpublico@losmontesinos.org  
<http://www.losmontesinos.es/turismo/>

