

Hiking Santa Elena – Todo Terreno (Antioquia)



Overview

Principales atractivos de la caminata ecológica Santa Elena – Todo Terreno:

- La Reserva Natural Montevivo, con su fauna y flora, agua y bosque nativo.
- El Parque Arví con su bosque de niebla altamente frágil y vulnerable.
- Más de 500 especies de plantas vasculares entre árboles y arbustos.
- Hábitat de flores, musgos, hongos, sarros, ranas, aves, mariposas y muchas otras especies que son de vital importancia para la conservación del bosque.
- Una panorámica espectacular del Valle de San Nicolás

Especificaciones:

- **Nivel:** "PÁRAMO" (3 en una escala de 1 a 5) [Ver niveles...](#)
- **Tiempo de recorrido:** 4 horas aproximadamente
- **Kilómetros:** 12 km aproximadamente
- **Clima:** Frío

- **Ecosistema:** Bosque altoandino
- **Altitud:** 2.456 – 2.699 m.s.n.m.
- **Ubicación:** Corregimiento de Santa Elena – Medellín – Antioquia
- **Recorrido:** La caminata inicia en la Reserva Natural Montevivo en Santa Elena donde por senderos haremos un recorrido por los bosques y carreteras veredales hasta terminar de nuevo en el parque de Santa Elena

Realizando la caminata ecológica Santa Elena-Todo Terreno, garantizas:

- Litros y litros de aire puro
- Varios kilómetros a pie para tonificar tus músculos, aliviar el dolor de espalda y fortalecer las articulaciones
- Verde, mucho verde para relajar el espíritu
- Sol para que se forme vitamina D en la piel y se pueda fijar el calcio y el fósforo en tus huesos
- Ejercicio cardiovascular para quemar calorías y así perder peso, fortalecer el corazón y que este no tenga que esforzarse tanto para distribuir la sangre, incrementar la capacidad pulmonar, reducir el riesgo de presión alta, diabetes, ataques al corazón y colesterol alto, mejorar el sueño, reducir el estrés (mejor dicho esta caminata de cuatro horas debería costar \$150.000 que es lo que cobra un especialista por una hora!! jaja!)

Dates

Esta ruta la realizaremos el domingo 25 de febrero de 2018.

Plazo de inscripción: a más tardar el viernes 23 de febrero a las 6:00 pm.

Price

Precio:

\$45.000.00 por expedicionario adulto

\$25.000.00 por expedicionario menor de 12 años

Forma de pago:

1. Si usted consigna en oficinas de Bancolombia de la ciudad de Medellín

\$45.000.00 (o \$25.000.00 para niños menores de 12 años) mediante consignación o transferencia a la cuenta:

What's included

La caminata ecológica Santa Elena- Todo Terreno incluye:

- Transporte expreso en buses de turismo.
- Asesoría y guías especializados acompañantes desde Medellín.
- Seguro de viajes. Para nosotros es muy importante la seguridad, por ello, para cada participante adquirimos un seguro de viajes de Colasistencia – Suramericana que cubre eventos tales como asistencia médica por accidente, traslado medico de emergencia, indemnizaciones, asistencia legal, etc. Para poder adquirir el seguro es necesario contar con su nombre completo y número de cédula. En el momento de inscribirse por favor diligencie el formulario que encontrará haciendo clic aquí: [FORMULARIO](#) si nunca lo ha hecho en salidas anteriores.

What's not included

No incluye:

- Alimentación.
- Permiso de ingreso.
- Hidratación.
- Propinas.
- Gastos no estipulados.

Itinerary

Día 1

Hora y sitio de encuentro:

Hora de encuentro: 7:00 a.m. en la Universidad Nacional de Colombia, Sede Medellín, Núcleo El Volador, ubicado en la calle 59A No 63 – 20, cuya entrada vehicular es por el sector de la Iguaná, abajo de la 65, en la portería.

Si quieres dejar tu vehículo en la Universidad, lo podemos organizar y debes enviarnos el dato de placa, nombre del conductor y número de cédula a más tardar el miércoles anterior a la fecha de la caminata para solicitar los permisos.

PUNTUAL Por favor, por respeto a los caminantes somos muy puntuales con la hora

de la salida

No importa si llegas 10 ó 15 minutos antes!

Vamos al centro y tomamos la vía a Santa Elena, te podemos recoger en la ruta si nos avisas!!

Travel tips

Para la caminata ecológica Santa Elena-Todo Terreno, cada participante debe llevar:

- Almuerzo (se recomienda uno o varios sánduches)
- Líquido (2 litros)
- Dulces / chocolates / maní / bocadillos / energéticos.
- Cachucha
- Bloqueador solar
- Impermeable.
- Ropa abrigada.
- Una muda extra (opcional)
- Botas para caminar que no estén nuevas (*por favor no camine con tenis CONVERSE, ni "pisahuevos", ni con zapaticos de tacón o baletas, porque se va a resbalar y se va a caer y se va a aporriar y va a retrasar a todo el grupo!!*).
- Documentos personales (cédula, carné EPS)

Recomendaciones para la caminata ecológica Santa Elena-Todo Terreno:

- Las basuras que produzcamos durante el viaje, las regresamos a Medellín (no le llevemos basuras a los pueblos)
- Los desechos biodegradables (entiéndase cáscaras de naranja, mandarina, granadilla, banano; corazones de manzana, pepas de aguacate, etc.) también son "biodesagradables" no los dejemos en el camino ni donde se puedan ver, se ven feo, tenemos dos opciones: o los regresamos a Medellín como haremos con los demás desechos o los ponemos donde no se vean
- Dejemos todo lo vegetal y animal que encontremos en el camino en su lugar: el musgo, las orquídeas, los helechos, las semillas, las hojas, los insectos, las ranas, las serpientes, etc.
- Caminemos por los senderos
- Respetemos el silencio de nuestros compañeros de caminata

- Atendamos las recomendaciones de los guías