29/08/2023

ECONOMIST & JURIST

Antonio J. Aranda
Redactor de Economist & Jurist

El Río de la Miel, una ruta para iniciarse en el senderismo

El senderismo es una actividad física que consiste en caminar siguiendo un itinerario establecido por vías naturales. Es un ejercicio que aporta muchos beneficios al organismo como, por ejemplo, el control del peso, la prevención de enfermedades cardiovasculares y la mejora de la salud mental. Las personas que se quieran iniciar en está práctica pueden hacerlo con **una ruta ideal en Cádiz** cuya dificultad es baja y apta para cualquier condición física.

La Ruta del Río de la Miel está ubicada en el Parque Natural gaditano de los Alcornocales y es un recorrido perfecto para poder disfrutar de la naturaleza y elementos culturales de Andalucía. Además, el trayecto discurre junto al cauce de un río que permite disfrutar aún más de la experiencia ya que la belleza del entorno es indescriptible.

La dificultad de la ruta es baja y apta para todos los públicos. Cuenta con **una distancia de 2,4 kilómetros de ida que puede completarse en 50 minutos**. Es ideal para las personas que quieran iniciarse en ...

SUSCRÍBETE > para una conversión completa a PDF |