

## Combinata Betania

Un traseu pentru oricine, o potecă turistică tematică, un circuit de alergare montană și un traseu de MTB (mountaibike).

*Potecă turistică tematică Betania* este un traseu al plimbării în natură, al biodiversității datorită abundenței plantelor și a animalelor sălbatice.



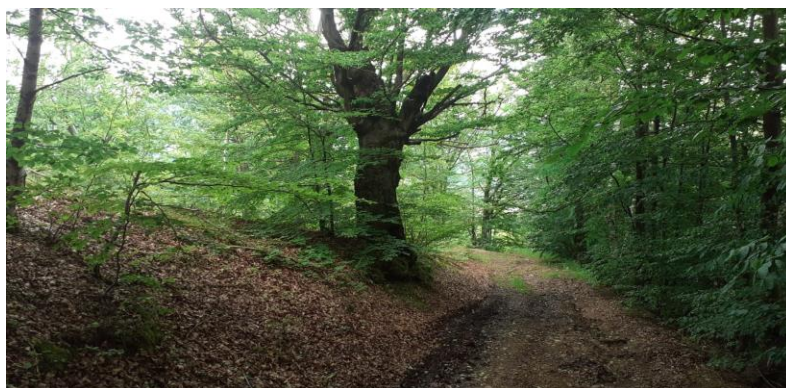
Potecă tematică începe din Parcul de la Biserica "Adormirea Maicii Domnului" din stațiunea turistică Uricani (altitudine 714m), urcă scările spre biserică, după care continuă pe strada Catedralei până la Casa de tip familial „Casa Betania” de unde se merge pe un drum forestier care trece pe lângă bazinele de alimentare cu apă, continuând până în culme.



Ajunși în punctul numit Stâlpul verde (loc de odihnă) după care se îndreaptă spre Poienile Țingăncii. După traversarea poienilor, poteca noastră intersectează un drum forestier, singura cale

de acces auto spre Stânile din Șigleul mic. Vom continua drumeția pe acest drum forestier în coborâre cam 500 de metri, drum cu o înclinare destul de mare, cu porțiuni de pantă cu înclinare care ajunge și la 25 °, după care ajungem pe drumul forestier din Valea Seciu (Aștioara). Coborâm pe drumul forestier Seciu, circa 2 km, până ne întâlnim cu strada Catedralei și după încă 200 m ajungem în punctul de plecare: Parcul de la Biserica "Adormirea Maicii Domnului" din Uricani.

Este o potecă de drumeție ușoară (coeficient de dificultate 2/5, în care 1 – 2 ușor, 3 – 4 mediu, 5 – dificil) ce poate fi parcursă în 3 – 4 ore, în orice perioadă a anului. Pe tot parcursul acestei poteci turistice tematice, drumețul poate găsi ciuperci, bureți și fructe de pădure (colectarea ciupercilor și a bureților o recomandăm doar cunoscătorilor).



***Circuitul MTB Betania*** se desfășoară pe aceleași drumuri forestiere, cu plecare din Parcul de la Biserica "Adormirea Maicii Domnului", Casa Betania, Stâlpul Verde, Poienile Țigăncii, coborârea spre Seciu, Valea Seciului, Strada Catedralei și Parcul de la Biserica "Adormirea Maicii Domnului".



Practicarea MTB în paralel cu drumeția pe poteca tematică sau cu alergarea montană este posibilă datorită lățimii mari a vechiului drum forestier (3 m), a vizibilității bune și pe lungă distanță, iar participanții se pot feri pentru a nu se deranja.



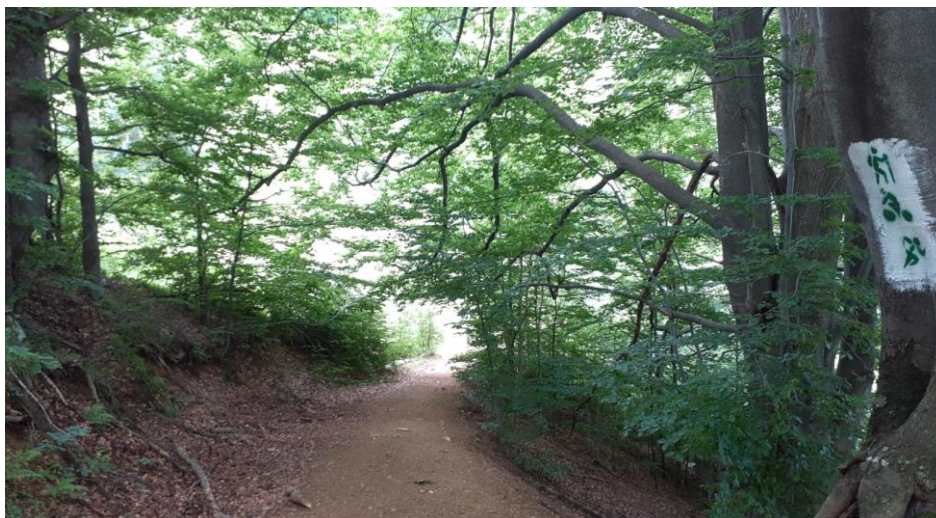
Este un circuit MTB cu grad de dificultate mediu spre dificil (coeficient de dificultate 4/5, în care 1 – 2 ușor, 3 – 4 mediu, 5 – dificil) ce poate fi parcurs într-o oră sau în funcție de pregătire sportivă a bikerului. Gradul ridicat (4/5) a fost dat în porțiunea de coborâre din Poienile Țigăncii spre Valea Seciu.

Traseul poate fi parcurs din orice direcție, dar recomandăm varianta Casa Betania deoarece urcarea spre Poienile Țigăncii din Seciu este foarte dificilă, datorită gradului mare de înclinare: peste 20%.

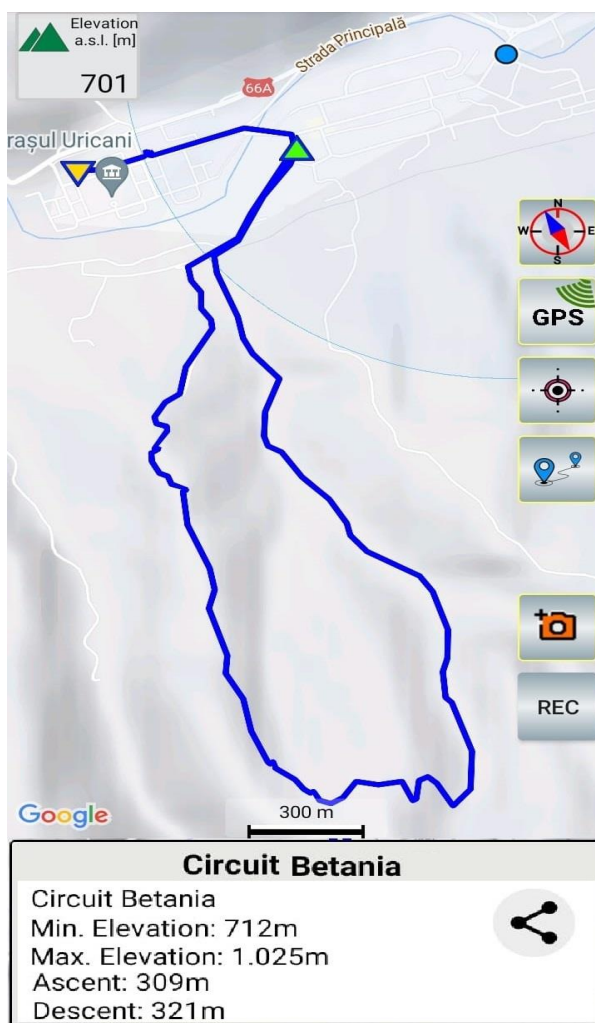
***Traseu de alergare montană Betania***, după cum am spus mai sus se derulează pe același traseu, în paralel cu Poteca turistică tematică și Circuitul MTB.



Este un traseu de alergare montană scurt cu un grad mediu de dificultate (coeficient de dificultate 3/5, în care 1 – 2 ușor, 3 – 4 mediu, 5 – dificil) ce poate fi parcursă în 1 – 2 ore, în orice perioadă a anului.



Este un traseu recomandat pentru antrenament și pentru menținerea condiției fizice.



Combinata Betania poate fi parcursă din orice direcție, neschimbându-i-se gradul de dificultate sau timpul de parcurgere.

Acoperire GSM 100%.