

*Guía de actividad*

# **ESPELEOLOGÍA**

## **"CUEVAS EXCENTRICA Y FUENSANTA"**

### **(IGUALEJA)**

Naturaleza, seguridad y respeto al entorno

**17 OCTUBRE 2026**

Inscríbete en [www.juventud.malaga.eu](http://www.juventud.malaga.eu)

# Guía de actividad

## Espeleología "Cuevas Excentrica y Fuensanta - Igualeja"



La **espeleología** es la actividad de adentrarse en cuevas para conocerlas desde dentro, de manera segura y organizada.

No se trata solo de "meterse bajo tierra", sino de seguir un recorrido guiado por galerías, salas y pasillos naturales que el agua y el tiempo han ido formando durante miles de años.

Quien practica espeleología camina, se agacha, a veces trepa pequeños resaltes o pasa por zonas más estrechas, siempre con casco, luz frontal y el apoyo de guías especializados.

A medida que avanza, va descubriendo estalactitas, estalagmitas, columnas, formaciones curiosas y, en algunas cuevas, incluso restos arqueológicos o huellas de antiguas ocupaciones humanas.

Es una mezcla entre aventura y descubrimiento: por un lado, vives una experiencia diferente en un entorno oscuro, silencioso y húmedo; por otro, aprendes cómo se forman las cuevas, por qué son tan frágiles y por qué es tan importante no romper, no ensuciar y no dejar huella.

## 1.- Presentación de la actividad

### ¿En qué consiste?

Nuestra actividad consistirá en visitar dos cuevas de una belleza sin igual, situadas en Igualeja, en pleno Valle del Genal.

Son perfectas para iniciarse en el mundo subterráneo, tocando todas las técnicas que necesitaremos para progresar. La dificultad física y técnica es baja.

Antes de comenzar la actividad, el instructor dará al grupo las instrucciones necesarias para la realización de la actividad de forma segura. Se repartirá el material necesario y se explicará su función dentro de la actividad

### Resumen Ficha técnica – Espeleología "Cuevas Excentrica y Fuensanta"

- Ubicación: Igualeja (Málaga).
- Tipo de actividad: Espeleología de iniciación-intermedia.
- Recorrido subterráneo: aprox. 1-1,5 km de galerías.
- Duración total aproximada: 3 horas (incluye aproximación, explicación, actividad y salida).
- Desnivel y dificultad:
  - Sin grandes pozos técnicos en el recorrido habitual de iniciación.
  - Zonas de fácil progresión alternadas con pasos algo más estrechos o rampas

## 2.- Dónde estamos: Igualeja

La actividad se desarrolla en el término municipal de Igualeja, en pleno **Valle del Genal**, un entorno de media montaña muy vinculado al agua, al relieve kárstico y a los paisajes forestales del interior de Málaga. Las cuevas Excéntrica y Fuensanta **se localizan en el Cerro de la Fuensanta**, en una zona de gran interés natural, ideal para una primera aproximación al mundo subterráneo. Se presentan como dos cuevas de gran belleza y **adecuadas para iniciación**.

### Geología y Paisaje

El paisaje de este entorno está marcado por la presencia de **materiales calizos y modelado kárstico**, responsable de la aparición de cuevas, grietas, formaciones subterráneas y relieves abruptos. En el Valle del Genal se citan como elementos de interés geológico **el karst de los Riscos de Cartajima**, presente también en Júzcar, y los **mármoles del contacto de la Unidad de las Nieves en Igualeja**, lo que da una idea de la riqueza geológica de la zona. En el interior de la Cueva Excéntrica destacan además **abundantes formaciones como estalactitas, estalagmitas, banderolas, gours y, de manera especial, las excéntricas**, que le dan nombre.

### Flora y fauna del entorno

El Valle del Genal presenta un **paisaje vegetal muy característico**, donde son frecuentes los bosques de castaños y los alcornocales, además de encinares y otras formaciones mediterráneas. Estos bosques son uno de los rasgos más reconocibles del entorno, especialmente en otoño. En cuanto a la fauna, el río Genal y sus cursos asociados mantienen hábitats de gran valor para especies ligadas al agua, como **anguilas, bogas, barbos y cachuelos**, además de invertebrados de aguas limpias y mamíferos como la nutria, que actúa como indicador de buena calidad ambiental.

### 3.- Material y requisitos básicos

#### Material técnico (aportado por ALÚA):

- Casco homologado para actividades de cueva.
- Frontal con pilas/baterías de repuesto.
- Mono o buzo de espeleología (según organización).
- Arnés y elementos de seguridad si el recorrido lo requiere.

#### Qué debe traer cada participante:

- Mochila pequeña para la comida y bebida del almuerzo/picnic personal
- Calzado de trekking o montaña con buen agarre.
- Ropa cómoda y resistente preferiblemente pantalón largo y camiseta de manga larga.
- Ropa y calzado de cambio por si nos mojamos.
- Botella de agua
- Según la climatología, llevar ropa de abrigo, chubasquero, paraguas, gorra o protección solar.

#### Requisitos personales:

Es muy importante no tener ninguna lesión reciente ni ningún problema con las actividades en altura (vértigo, claudicación física, toma de medicamentos, alcohol, etc.), siendo necesario tener un nivel suficiente de fuerza en los brazos.

- Capacidad física básica: moverse con soltura, agacharse, trepar pequeños resaltes.
- No padecer claustrofobia intensa ni problemas graves de movilidad.
- No tener patologías que desaconsejen esfuerzo moderado (consultar en caso de duda).
- Aconsejable no estar embarazada

**Es necesario seguir en todo momento las indicaciones del equipo de ALÚA.**



#### Importante:

Al entrar a la cueva estás entrando también en una "reserva" de naturaleza y de historia. **Lo que hagas dentro, importa.**

## 4.- Normas básicas de seguridad

### 1.- Escucha siempre al guía

- Él/ella marca el ritmo, los descansos y decide si se continúa o se regresa.
- Cualquier comportamiento inseguro puede suponer la retirada de la actividad.

### 2.- Casco y frontal siempre colocados

- El casco debe ir abrochado durante toda la estancia en la cueva.
- No retires el frontal ni juegues con la iluminación.

### 3.- Progresar con calma

- Nada de correr ni empujar.
- En pasos estrechos, iremos de uno en uno, siguiendo la orden del guía.

### 4.- Distancia de seguridad

- Mantén una distancia razonable con la persona de delante para evitar golpes o resbalones encadenados.
- Evita caminar justo debajo de resaltes donde alguien pueda tirar piedras sin querer.

### 5.- No tocar formaciones

- No se tocan estalactitas, estalagmitas, columnas ni paredes delicadas.
- El simple contacto de la mano puede dañarlas de forma irreversible.

### 6.- Uso del material

- Si se usan cuerdas o pasamanos, sigue el método que explique el guía.
- No te "cuelgues" por diversión de elementos de seguridad.

### 7.- Nada de fumar, beber alcohol o consumir sustancias

- Antes y durante la actividad está totalmente prohibido.

### 8.- Comunica cualquier problema

- Si tienes frío, miedo, mareo, golpe o malestar, avisa al guía.
- En cueva es mejor prevenir que improvisar.

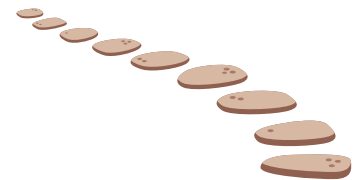


Escucha, respeta y disfruta:

Tu valentía está en atreverte; tu inteligencia, en seguir las normas de seguridad

## 5.- Desarrollo de la actividad. Programación

- 08:00 h. Recepción y control de participantes en C/ Explanada de la Estación, parada del Autobús de línea nº 20 (justo enfrente de Parada de Bus Turístico frente a la Estación María Zambrano)
- 08:15 h. Salida del autobús.
- 09:00 h. Parada para desayuno (a traer por el participante, o por su cuenta y cargo en área de restauración).
- 10:00 h. Llegada a Igualeja. Exposición del material y de las instrucciones teórico-prácticas y de seguridad necesarias para la realización de la actividad de forma correcta. Distribución de grupos y realización de las prácticas.
- 13:30 h. Parada para el almuerzo/picnic que cada participante deberá traer.
- 16:00h Finalización de actividad y bajada hasta la zona de esparcimiento y cambio de ropa.
- 16:45 h. 2ª parte de la actividad: Se hará una parada en el pueblo para dar un paseo y tomar algo en grupo.
- 18:30 h. Valoración general de la actividad. Salida hacia Málaga.
- 19:30 a 20:00 h. Llegada al punto de encuentro. Despedida.



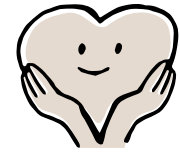
**(Los horarios podrán variar en función de la organización y desarrollo de la actividad).**



### Objetivos de la actividad

- Vivir una experiencia de aventura diferente, en el medio subterráneo.
- Conocer las cuevas, sus orígenes geológicos y su valor natural y arqueológico.
- Aprender y aplicar normas básicas de seguridad en espeleología.
- Fomentar el respeto y la protección de un entorno frágil y único

## 6.- Valores ecológicos y comportamiento responsable



### 1. Cueva = ecosistema frágil

Las cuevas son espacios naturales muy delicados. Sus formaciones, como estalactitas, estalagmitas y otras estructuras minerales, tardan miles de años en desarrollarse. Un simple golpe, roce o rotura puede causar un daño irreversible a escala humana.

### 2. No dejar rastro

No se debe dejar basura, restos de comida, envases ni ningún otro objeto ni en el interior de la cueva ni en su entorno exterior. Todo lo que entra, sale. La conservación del medio subterráneo depende también de estos pequeños gestos.

### 3. Silencio y respeto

Es importante evitar gritos, ruidos innecesarios o comportamientos que alteren la calma del lugar. El medio subterráneo es un espacio de escucha, observación y atención, y el exceso de ruido resulta molesto tanto para el grupo como para la fauna que pueda habitar en la cavidad.

### 4. No alteres la cueva

No se puede escribir en las paredes, rayar superficies, arrancar formaciones, mover piedras ni modificar el entorno para hacer fotografías o explorar por cuenta propia. La cueva debe mantenerse exactamente igual a como se encuentra.

### 5. Respeto al entorno exterior

El acceso a las cuevas debe hacerse siguiendo siempre los caminos marcados o las indicaciones del personal guía. No se deben abrir atajos, ni pisar zonas sensibles del entorno, ni entrar en propiedades privadas sin autorización. Si hay portillas o vallados, deben dejarse tal y como estaban.

### 6. Conservación del patrimonio natural y geológico

Las Cuevas Excéntrica y Fuensanta forman parte de un entorno de gran valor natural en el Valle del Genal, por lo que cualquier elemento geológico, biológico o paisajístico debe ser respetado. Observar sin alterar es una parte fundamental de la actividad.

### 7. Sigue siempre las indicaciones del guía

En una actividad de espeleología, la seguridad y la conservación van de la mano. Por eso, es fundamental atender en todo momento a las instrucciones del personal técnico, tanto para progresar de forma segura como para minimizar el impacto sobre la cavidad.



Importante:

La mejor huella que podemos dejar es la que no se ve: **recuerdos, aprendizajes y ganas de volver**

## 7.- ¿Qué incluye la actividad?

- Transporte ida y vuelta.
- Servicio de técnicos y guías.
- Material y equipo personal.
- Botiquín de primeros auxilios y Plan de Contingencias que contempla un Servicio de Urgencias
- Vehículo de apoyo. Seguro de Responsabilidad Civil y de Accidentes.
- Reportaje de fotos y/o video para posterior acceso y descarga de los participantes.
- Camiseta
- Se facilitará a cada participante una botella de agua, una pieza de fruta y una barrita energética

## 8.- Observaciones importantes

- Obligatorio presentar **DNI al comienzo de la actividad**.
- Se recomienda llegar al lugar de salida del autobús al menos con 10 min. de antelación a la hora de salida.
- En caso de condiciones meteorológicas adversas, la actividad podrá anularse, lo que conlleva el aplazamiento de la ejecución de la misma (si es posible para todas las partes).
- Las horas de llegada a las diversas escalas de la actividad son aproximadas y dependerán de la marcha de la misma y del estado del tráfico.

**Gracias por formar parte de esta experiencia con ALÚA  
y el Área de Juventud del Ayuntamiento de Málaga.**

Ojalá esta experiencia te haya servido para conocer un mundo subterráneo diferente, aprender a moverte con seguridad y llevarte un compromiso más fuerte con el cuidado de la naturaleza, también bajo tierra

## Participación e Inscripción.

<b>Lugar realización</b>	Igualeja, Málaga
<b>Fechas</b>	De realización: Sábado 17 octubre / De inscripción: del 5 al 15 de Octubre 2026
<b>Plazas</b>	20 plazas
<b>Precio</b>	Actividad Gratuita
<b>Seguros y póliza</b>	Caser Seguros/ Póliza: 01244923
<b>Proveedor</b>	<b>ALUA INNOVA S.L.</b> (AT/SE/0006): CRTA NAC 331, KM 945.5 - 14910 BENAMEJI-CORDOBA. Tlfno./MÓVIL: 955110776 / 636733903 Email: ana@alua.es o reservas@alua.es Web: <a href="http://www.alua.es">www.alua.es</a>
<b>Requisitos de Participación</b>	Estar registrado en la Base de Datos de Juventud. Edad de <b>18 a 35</b> años. El Programa " <b>Jóvenes y Naturaleza 2025-26</b> " está regulado mediante una Normativa de Participación elaborada por el Área de Juventud y a disposición de los interesados en la <a href="#">página web del área</a> .
<b>Procesos de Inscripción</b>	Solicitud de Plaza ( <a href="#">online</a> o <a href="#">presencial</a> ), guardar el justificante que se genera.
<b>Renuncia y penalizaciones</b>	Se podrá renunciar a la actividad: <ul style="list-style-type: none"><li>• Dando de baja directamente la inscripción en la <a href="#">Aplicación de Inscripciones del Área de Juventud</a></li><li>• Comunicándolo hasta el último día del plazo de inscripción antes de las 23:59 h., enviando un email a la dirección <a href="mailto:actividadedesjuveniles@malaga.eu">actividadedesjuveniles@malaga.eu</a> indicando <b>Nombre y Apellidos, DNI, N° de inscripción, Actividad y Fecha de realización de la misma</b>.</li></ul> <p><b>En caso de no asistir a la actividad sin haber anulado previamente la inscripción, el participante será sancionado con la NO PARTICIPACIÓN en el resto de actividades del Programa Jóvenes y Naturaleza durante el año 2026.</b></p> <p><b>La inasistencia deberá ser justificada documentalmente por motivos de salud u otras causas de fuerza mayor.</b></p>
<b>Observaciones</b>	-Obligatorio presentar <b>DNI al comienzo de la actividad</b> . -Se recomienda llegar al <b>lugar de salida del autobús al menos con 10 min. de antelación a la hora de salida</b> . -Es <b>muy importante no tener ninguna lesión reciente</b> ni ningún problema con las actividades en altura (vértigo, claudicación física, toma de medicamentos, alcohol, etc.), siendo necesario tener un nivel suficiente de fuerza en los brazos. <b><u>Aconsejable no estar embarazada.</u></b> -En caso de condiciones meteorológicas adversas, la actividad podrá anularse, lo que conlleva el aplazamiento de la ejecución de la misma (si es posible para todas las partes). -Las horas de llegada a las diversas escalas de la actividad son aproximadas y dependerán de la marcha de la misma y del estado del tráfico.