



## Actividades Deportiva / Terrestre Montaña

### ► Barranquismo

Este deporte que cada vez atrae más adeptos, encuentra un escenario impresionante en esta zona.

El barranquismo o canyoning, es un deporte de aventura que se practica en los cañones o barrancos de un río, pudiendo presentar un recorrido muy variado: se encuentran tramos con poco caudal o incluso secos, puntos con pozas y badinas profundas y otros tramos con cascadas, encontrando también terrenos con vegetación o desérticos.

### ► Tirolesa

Una tirolesa, tirolina, dosel, canopy o canopi (en algunas partes de Latinoamérica, cable) consiste de una polea suspendida por cables montados en un declive o inclinación. Se diseñan para que sean impulsados por gravedad y deslizarse desde la parte superior hasta el fondo mediante un cable, usualmente cables de acero inoxidable.

#### Ver videos:

<http://www.youtube.com/watch?v=Q0vyPC7QU0A>  
<http://www.youtube.com/watch?v=S85ci1h3YYY>

### ► Escalada

La escalada, en montañismo, es una actividad que consiste en realizar ascensos sobre paredes de fuerte pendiente valiéndose de la fuerza física y mental propia.

#### Ver video:

<http://www.youtube.com/watch?v=ozoj6t7QTYg>

### ► Rapel

El rapel o rapel (del francés rappel) es un sistema de descenso por superficies verticales. Se utiliza en lugares donde el descenso de otra forma es complicado o inseguro:

#### Ver video:

<http://www.youtube.com/watch?v=uDuz9fsMo34>  
<http://www.youtube.com/watch?v=bjLuAxTtbB0>

## Actividades Deportiva / Acuáticas

### ► Rafting

El descenso de ríos o balsismo es una actividad deportiva y recreativa que consiste en recorrer el cauce de ríos en la dirección de la corriente (río abajo), por lo general sobre algún tipo de embarcación o balsa.

#### Ver videos:

[http://www.youtube.com/watch?v=LSVhvLms\\_38](http://www.youtube.com/watch?v=LSVhvLms_38)  
<http://www.youtube.com/watch?v=l0g02cQOfeg>

### ► KayaK

Se trata de una variedad de piragua en su origen de un sólo tripulante, usada para pescar y cazar. En la actualidad, en sus variantes modernas, su uso es fundamentalmente deportivo.

#### Ver videos:

<http://www.youtube.com/watch?v=D98mvO92pv4>  
[http://www.youtube.com/watch?v=UmdjQgbdt\\_8](http://www.youtube.com/watch?v=UmdjQgbdt_8)



## Actividades Deportiva / Acuáticas

### ► Doki

Se trata de una actividad que se realiza en canoas inflables con capacidad para dos personas, utilizando las mismas características del rafting en cuanto a un previo conocimiento del río. Se realiza con el acompañamiento de un instructor.

**Ver video:**

<http://www.youtube.com/watch?v=ntvScJ8p-pA>

### ► Tirolesa

Una tirolesa, tirolina, dosel, canopy o canopi (en algunas partes de Latinoamérica, cable) consiste de una polea suspendida por cables montados en un declive o inclinación. Se diseñan para que sean impulsados por gravedad y deslizarse desde la parte superior hasta el fondo mediante un cable, usualmente cables de acero inoxidable.

**Ver videos:**

<http://www.youtube.com/watch?v=Q0vyPC7QU0A>

<http://www.youtube.com/watch?v=S85ci1h3YYY>

### ► Catamarán

San Rafael cuenta con dos lagos importantes en los que pueden realizarse paseos en Catamarán => Lago Valle Grande y Lago Los Reyunos.

**Ver video:**

<http://www.youtube.com/watch?v=b0r3KlyGSE>

### ► Pesca

Se puede realizar la captura con anzuelo de la fauna ictícola de los ríos, lagos y lagunas, en las diferentes modalidades. Esta actividad está sujeta a la legislación vigente en la región. Los Reyunos, El Nihuil, el Valle Grande, son algunos de los sitios aptos para la práctica de esta actividad.

### ► Buceo

El buceo no es solo patrimonio de los mares del sur, San Rafael cuenta con empresas que realizan esta actividad durante todo el año.

**Ver video:**

<http://www.youtube.com/watch?v=MiuY57dAvKk>

### ► WindSurf

El surf a vela, windsurf o tabla a vela es una modalidad del deporte a vela que consiste en desplazarse en el agua sobre una tabla algo similar a una de surf, provista de una vela.

### ► Sky Acuático

El esquí acuático es parte importante de las actividades náuticas que se desarrollan en las aguas de los embalses, Valle Grande, Los Reyunos, El Nihuil son las opciones para quienes se atreven.



### ► Parapente

El parapente (contracción de paracaídas de pendiente) es un deporte nacido, a fines del siglo XX, por la inventiva de montañeros que querían bajar volando mediante un paracaídas desde las cimas que habían ascendido.

**Ver video:**

<http://www.youtube.com/watch?v=MzZ2DkIHq2E>

Actividades Deportiva / Terrestres sobre ruedas y a pie

### ► Mountain Bike

El especial paisaje y geografía de San Rafael, hace un lugar inmejorable para la práctica de este popular deporte. Dada la variedad de caminos, este deporte puede hacerse de manera amateur y también profesional.

**Ver videos:**

<http://www.youtube.com/watch?v=jTq3ZUDMkTk#t=81>

<http://www.youtube.com/watch?v=HVWY7RQWnda>

### ► Cuatriciclos

El especial paisaje y geografía de San Rafael, hace un lugar inmejorable para la práctica de este popular deporte. Dada la variedad de caminos, este deporte puede hacerse de manera amateur y también profesional.

### ► 4x4

Dentro de un circuito turístico donde se utiliza un transporte especial, adaptado a las características del terreno. Estos vehículos 4 x 4 cuentan con espacio en las inmediaciones de El Nihuil. Además empresas de turismo aventura realizan excursiones en lo que se denomina Four Track.

**Ver videos:**

<http://www.youtube.com/watch?v=5UPTzpVc8GE>

<http://www.youtube.com/watch?v=5Na8vo0eCTE>

### ► Cabalgatas

Para quienes practican la equitación y para los que no la conocen, se puede realizar esta actividad en un marco de majestuosos paisajes, en contacto directo con la naturaleza. Enredados senderos para los primeros y fáciles caminos para los que se inician, harán una gran aventura.

**Ver videos:**

<http://www.youtube.com/watch?v=RfewoUIAots>

[http://www.youtube.com/watch?v=Pg9ogkB\\_plc](http://www.youtube.com/watch?v=Pg9ogkB_plc)

### ► Trekking

El excursionismo, especialidad del montañismo, es una actividad física que consiste en realizar rutas o travesías por parajes normalmente aislados, sin senderos, con un fin recreativo.

**Ver video:**

<http://www.youtube.com/watch?v=VhoUyqPn32I>

### ► Arqueoturismo

El arqueoturismo o turismo arqueológico es una modalidad bajo la que se presentan propuestas y productos culturales y turísticos en los que la arqueología es el ingrediente principal. Es una forma alternativa de turismo cultural, arqueológica e incentiva la conservación de los yacimientos y lugares históricos. El Cañón del Atuel con su marco natural de montañas multicolores y admirables formas es un gran sitio arqueológico.