

¡APRENDE MÁS DE LAS CASI 51.7 MILLAS
DEL VIRGINIA CAPITAL TRAIL SIENDO
UN EMBAJADOR JUNIOR DEL SENDERO!

EMBAJADOR JUNIOR DEL SENDERO

¡JUEGOS, PREMIOS, Y DIVERSIÓN!



GRACIAS A LOS PATROCINADORES DEL PROGRAMA



**Dominion
Energy®**

Actions Speak Louder

Williamsburg
**COMMUNITY
FOUNDATION**



capital trees



**VIRGINIA OUTDOORS
FOUNDATION**

¡MUCHAS GRACIAS A NUESTROS SOCIOS DEL
PROGRAMA, DOMINION ENERGY, EL WILLIAMSBURG
COMMUNITY FOUNDATION, Y AL CAPITAL TREES
POR DESARROLLAR LA SECCION DE I.D DE PLATAS!

Libro Guía para el Embajador Junior del Sendero (Ideal para edades 8+)

Esta guía le pertenece a:

¡Bienvenidos al Virginia Capital Trail!

Como usar tu guía de Embajador Junior del Sendero:

- Completa la actividad "Comportamiento en el sendero" para comprender las reglas del sendero y cómo mantenerte a salvo.
- Completa al menos 5 de las actividades de esta guía. ¡Algunas se pueden hacer en casa, pero para la mayoría tendrás que visitar los senderos del Virginia Capital Trail!
- Una vez que termines, pídele a tus padres/tutores que nos envíen un correo electrónico a info@virginiacapitaltrail.org para que podamos enviarte un certificado de finalización y algunos obsequios de VCTF.
- Pide la camiseta oficial "Junior Trail Ambassador" en virginiacapitaltrail.org/trail-shop



¡EL CAPITAL TRAIL ES PARA TODOS! ¡PUEDES IR EN BICI, PATINETA, CORRER, CAMINAR, HACER SENDERISMO, MONOCICLO O BAILAR A LO LARGO DE TODO EL SENDERO!



Comportamiento en el sendero: Ordena las letras entre paréntesis para completar cada regla. ¡Lee estas reglas con un adulto y habla sobre lo que significa cada una y cómo pueden mantenerte a salvo en el Capital Trail! (¡Puedes encontrar las respuestas en www.virginiacapitaltrail.org una vez que hayas terminado!)

- Se _____ y esta alerta (soutuorepes)
- Mantente a tu derecha, rebasa por la izquierda, y da avisos _____ (bldiaues)
- Limita las _____, no obstruyas tu audicion (ccdiaiotressn)
- _____ todas las señales del sendero y calles (deobcee)
- Usa una velocidad segura, reduce la velocidad en áreas _____ (gesnadascontio)
- Si vas sobre ruedas, dale el paso a los _____ (topesena)
- Hazte a un lado del _____ cuando te detengas (roendes)
- Mantén a los perros con _____ corta y limpia los desechos de tu mascota(aeorcr)
- _____ una fila cuando rebases o te pasen (netnam)
- No a los vehículos _____ no autorizados (rootzamiods)
- Solo las bicicletas eléctricas de tipo 1 y 2 con motor asistido que no _____ las 20 MPH están permitidas en el sendero (perensu)

¡UN RETO EXTRA!

¡Ordena las palabras para ver declaración de objetivos

de la fundación del Virginia Capital Trail

LE IAIIRNVG ACPATIL RTILA ANOFUIDOTN ETIXSE APAR PEOTRGER, ROVERMPO, Y RJOMERA
LE NIGIAVIR PILATCA RAITL, Y PRAA VRSIER OMOC NU RCESRUO, FJADOROR ED AL
CDUNAOMID, Y LE CTONECOR A SOTRO SESROEND NE TOAD AL MUMANNIDACOD.

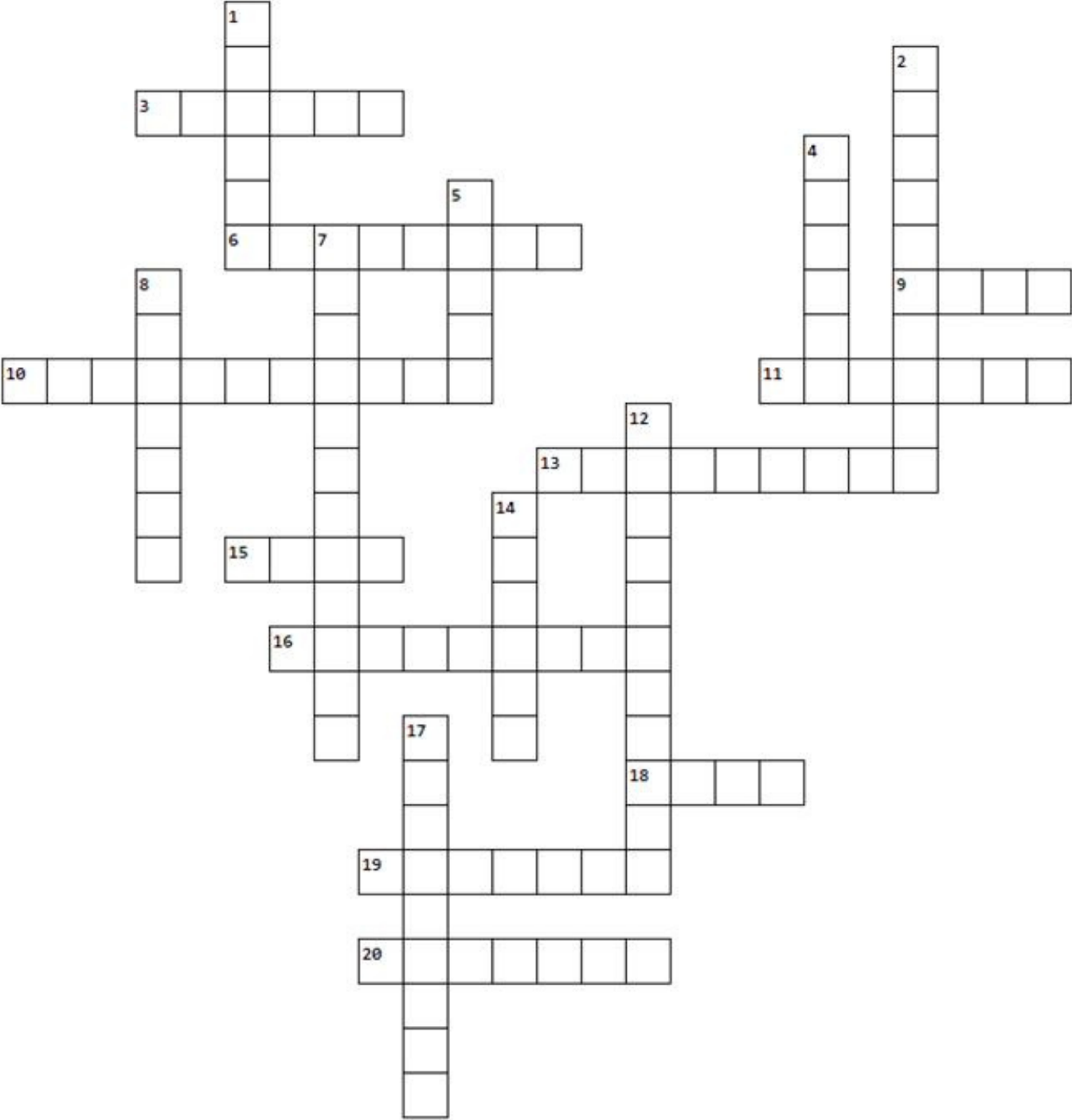


Horizontal

3.
El sendero cruza el arroyo ___ Island (¡piensa en Acción de Gracias!)
6.
La capital actual de Virginia, donde termina el sendero: ___
9.
¡Siempre asegúrate de llevar algo de esto al sendero para que no tengas sed! ___
10.
El condado que contiene la mayor cantidad de millas del Capital Trail: ___
11.
¡Algunas personas ___ sobre ruedas en el sendero!
13.
La primera capital de Virginia, esta cerca de la milla cero: ___
15.
Las siglas en Inglés del Departamento de Transporte de Virginia: ___
16.
Máquina de 2 ruedas que se ve a menudo en el sendero: ___
18.
La ___ 5 es la carretera paralela al Capital Trail
19.
El sendero cruza muchos ___ de madera.
20.
El sendero cruza el arroyo ___ (¡En inglés, es el nombre de un pez!)

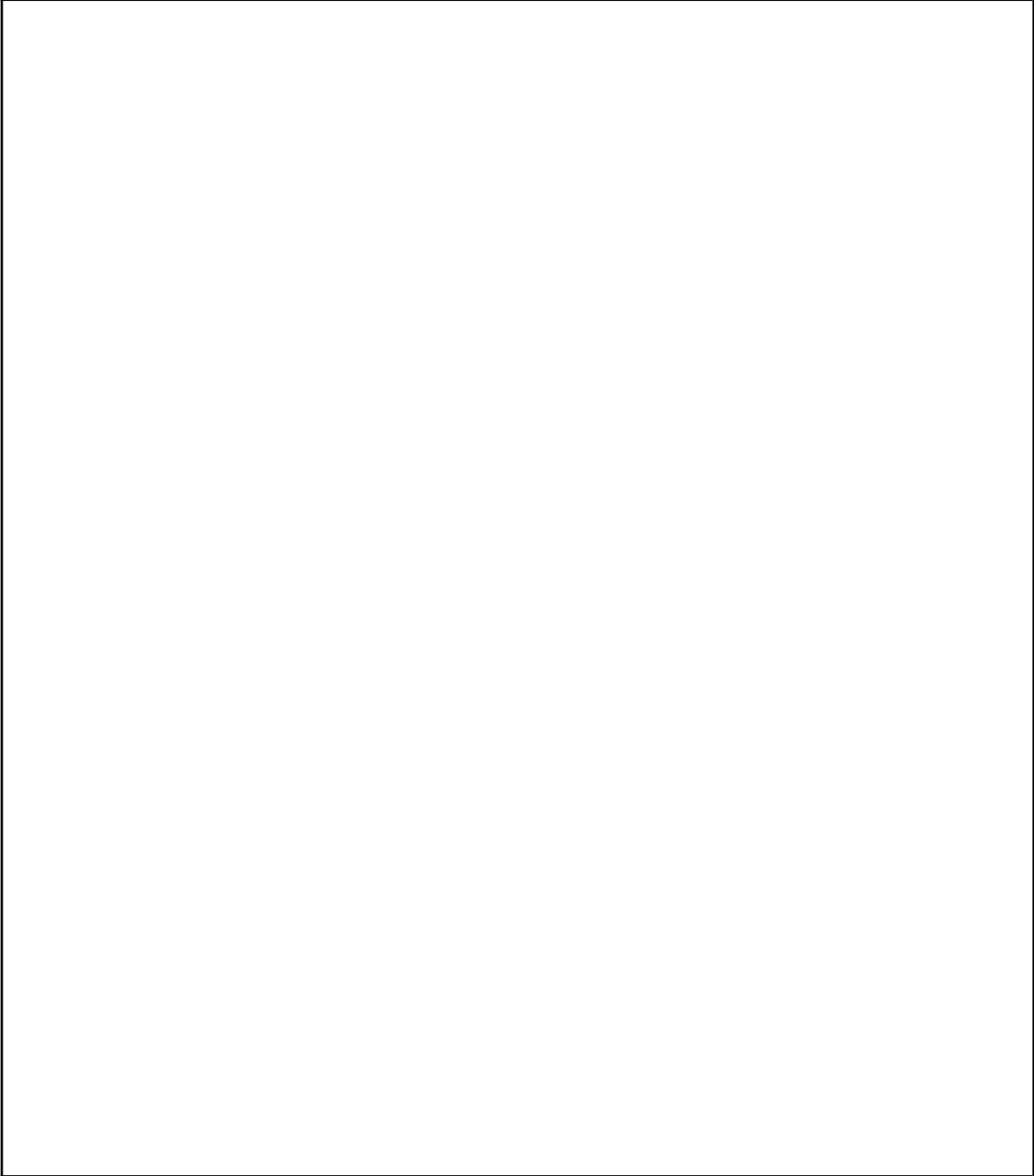
Vertical

1.
Lo que haces en una maratón: ___
2.
El Virginia Capital Trail ___ hizo este libro (¡Está en el nombre!)
4.
Desechos tirados en el suelo, recogidos por voluntarios de Adopt-a-Trail: ___
5.
El ___ Park es el parque más grande del condado de Henrico (¡y tiene un sendero conector!)
7.
El río ___ es el cuerpo de agua más grande que cruza el Capital Trail
8.
Se anda por este lado del sendero: ___
12.
Los ___ del sendero son voluntarios que informan sobre el sendero
14.
El Capital Trail tiene 51.7 ___ de largo
17.
Se pasa a la gente por este lado del sendero: ___





¡Dibuja el Capital Trail!





Sopa de Letras del Capital Trail

X V H R I V T V P A T I N A R
 I P D H H W I P I Z O W Z V B
 H K F E E R Q D X I C I B W I
 K L N H G N N V J Z A Q D R M
 W C K I U O R O K E W C H J K
 N H N N M I S I X S A A K B V
 C I X H K U F H C U R P E F C
 A A C H I C K A H O M I N Y O
 A I M T S O B L D H J T J B R
 R I L I E H X A A T L A N J R
 V U E B N V J T F R P L Y W E
 M M O R G A L C G U G N Y P R
 C A Q K B C R Q K O N W D Z A
 A V G M A X N Ó I C A D N U F
 T S E N D E R O O N W R K G N

embajador

bici

capital

Chickahominy

courthouse

fundación

Henrico

multiuso

Richmond

correr

patinar

sendero

Virginia

caminar



¡Búsqueda en Línea!

Para encontrar las respuestas a estas preguntas, busca

en www.virginiacapitaltrail.org

¿Cual evento del Capital Trail esta cercano?

¿Cuántas personas trabajan para el Virginia Capital Trail Foundation?

Haz Clic en "Mapa del Camino" (Trail Map) en la esquina derecha de la pantalla. ¿Qué es algo que ves cerca de cada uno de estos marcadores de milla?

7:-----

27:-----

40:-----

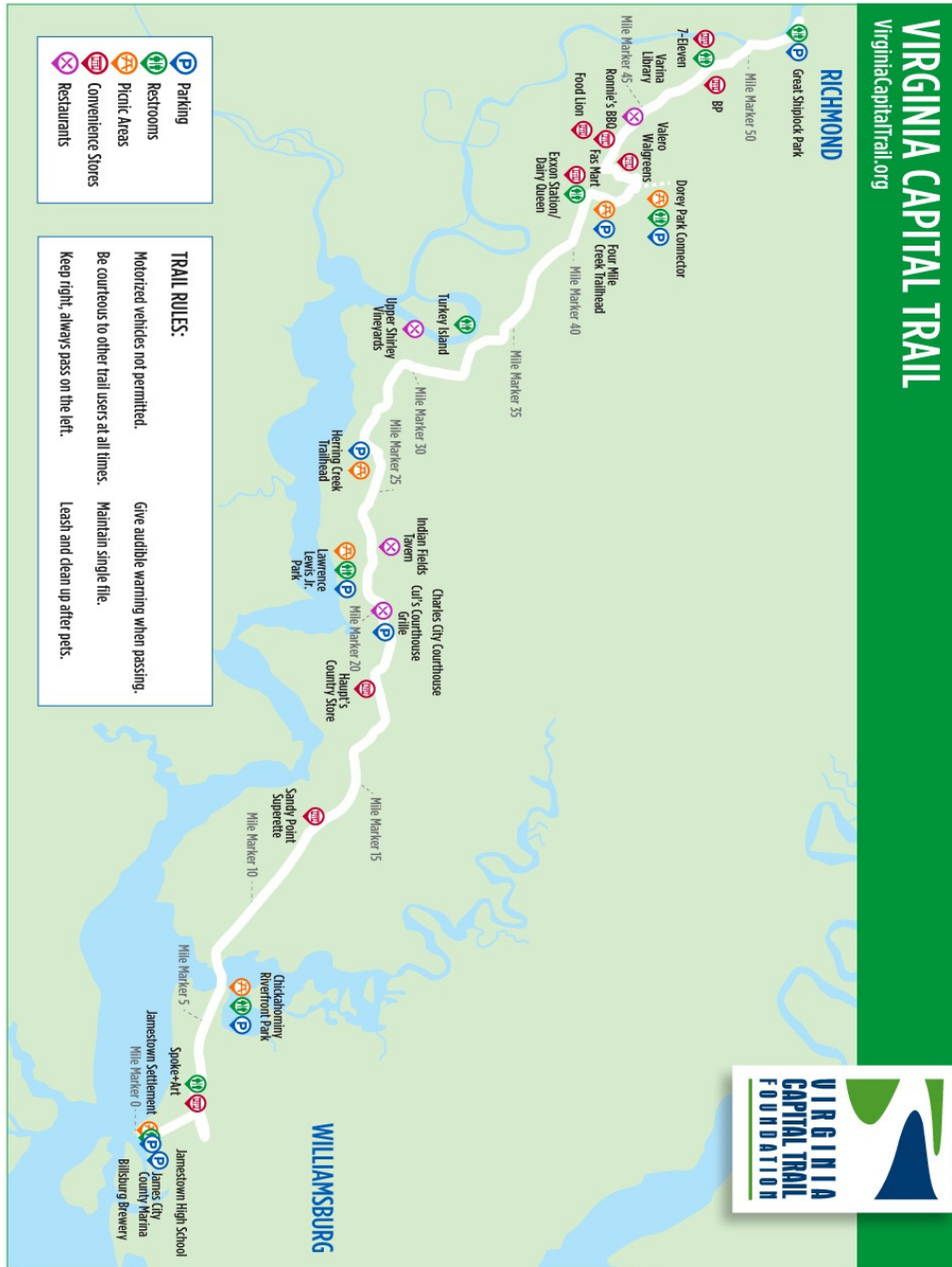
51:-----

¿Cómo esta el clima en el sendero ahora mismo?


¿Cuál fue el recuento ayer en el sendero (Trail Count)?

¡Mapa del Sendero!

En el siguiente mapa, muestra un viaje que hayas realizado en el Capital Trail y encierra en un círculo un lugar que te gustaría visitar la próxima vez.



Bingo del Cap Trail

ANDA EN BICI DURANTE AL MENOS 30 MINUTOS	DENTETE A VISITAR O COMER EN UN RESTAURANTE	ESCUCHA MÚSICA EN VIVO	LEE TRES MARCADORES HISTÓRICOS	DESCANSA EN UNA BANCA Y DISFRUTA LA VISTA
PASA POR UN MARCADOR DE MILLA QUE TERMINE EN 2 O 7	TOMATE UNA FOTO CON "THE BIG BIKE" U OTRA OBRA DE ARTE	RECOGER UN PEDAZO DE BASURA	SONRÍE Y SALUDA A 5 DIFERENTES USUARIOS DEL SENDERO	IDENTIFICA 3 TIPOS DIFERENTES DE AVES O ANIMALES
TOMATE UNA FOTO CON UN AMIGO	ENCUENTRA DOS GEOCACHÉS	<i>Visita un área de descanso popular</i>	DISFRUTAR DE UN ALMUERZO DE PICNIC	ENCUENTRA EL ROTULO DEL EAST COAST GREENWAY
IDENTIFICA AL MENOS 3 ÁRBOLES O FLORES	PATINA, CAMINA O CORRE DURANTE 20 MINUTOS	(Usando un folleto del estante) ELIGE UN LUGAR QUE QUIERAS VISITAR	EXPLORA UNA SECCIÓN QUE NUNCA HAS VISITADO	CRUZA UN PUENTE DE MADERA
 USA UNA HERRAMIENTA DEL FIX-IT STATION	VISITA UN PARQUE	ANDA EN BICI, CAMINA, CORRE BAJO LA LLUVIA	ENCUENTRA EL ROTULO DE LA U.S RUTA 76 DE BICICLETAS	VISITA DOS *TRAILHEADS (UNA ENTRADA AL SENDERO)

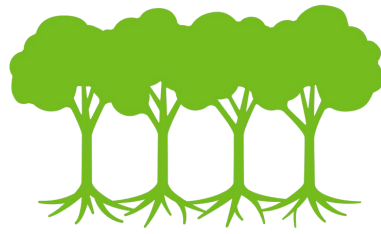
***LOS TRAILHEADS SON LUGARES DONDE PUEDES ESTACIONAR TU VEHÍCULO Y ENTRAR AL SENDERO DEL VIRGINIA CAPITAL TRAIL. SUELEN TENER BAÑO Y UN LUGAR PARA LLENAR TU BOTELLA DE AGUA.**



GREAT SHIPLOCK PARK
DOREY PARK
FOUR MILE CREEK
HERRING CREEK
CHARLES CITY COURTHOUSE
CHICKAHOMINY RIVERFRONT PARK
JAMESTOWN SETTLEMENT



A lo largo del Sendero



capital trees

Embajador Jr. del Sendero

I.D. de Plantas & Registro



GLOSARIO

Especies Nativas: Cualquier especie históricamente encontrada que ha existido en una región específica (Ciudad, Estado, Continente, etc.)

Especies introducidas/no nativas: Una especie que históricamente no se encuentra en una región específica pero que no representa un riesgo para el ecosistema natural.

Especies invasoras: Una especie que no se encuentra naturalmente en un área y puede aventajar a las especies nativas, a menudo hasta la extinción.

Arbusto: Planta leñosa que es más pequeña que un árbol y tiene varios tallos principales.

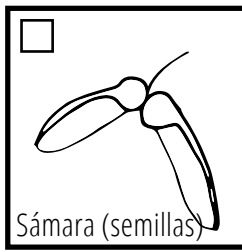
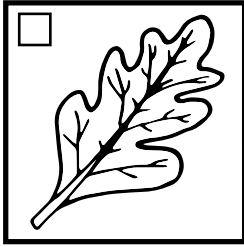
Perenne: Perdurable o existente durante mucho tiempo; continuamente recurrente.

Caducifolio: Sus hojas caen anualmente.

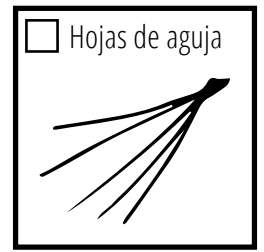
Perennifolio: Conserva las hojas verdes durante todo el año.



Hojas en forma de roble



Sámara (semillas)



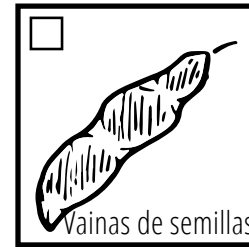
Hojas de aguja



Nido de ave

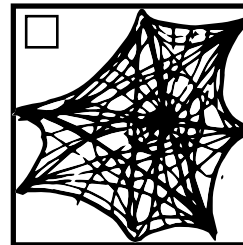


Hojas en forma de arce

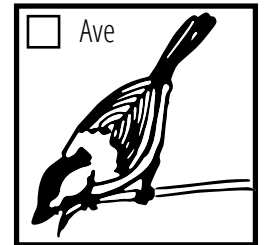


Vainas de semillas

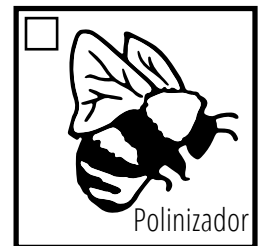
Corteza camuflaje



Telarañas

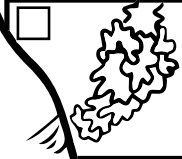


Ave



Polinizador

Líquenes



Hongos

¡Elige una planta de las siguientes páginas y completa esta ficha!
(¡Imprime esta página de nuevo si quieres documentar más!)

1)¿Qué rasgos te son notables? _____

2)¿Qué colores, texturas o características especiales son las que resaltan para ti? _____

3)¿Parece gustarles a la vida silvestre/los insectos? _____

4)¿En qué época del año observaste esta especie?

5)¿Has visto otras plantas que se parecen a ella, o comparten características? _____

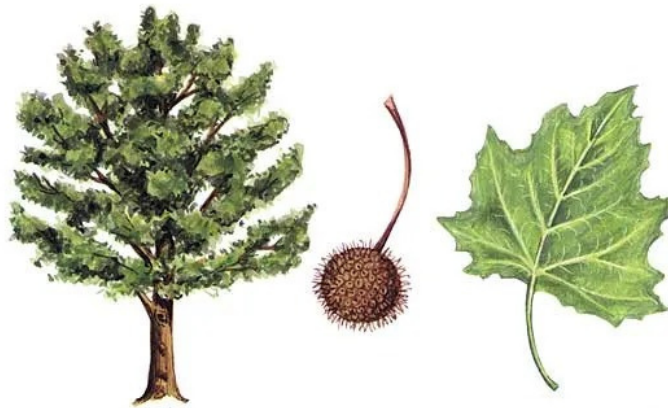


Sicomoro Americano (American sycamore)

(*Platanus occidentalis*)

ARBOL

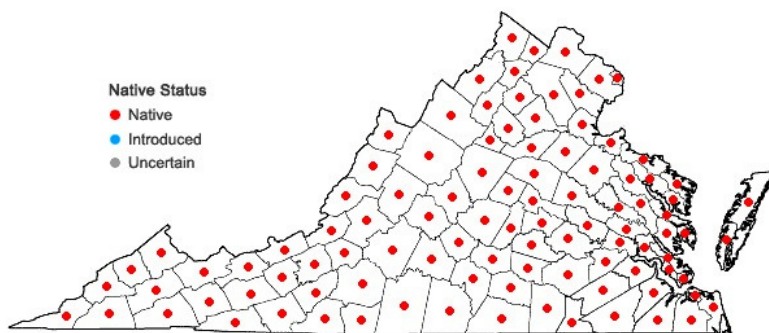
Especie Nativa



© 2004 Encyclopædia Britannica, Inc.

Rasgos: Caducifolio, 75 - 100 pies de altura, hojas grandes en forma de arce, la corteza joven parece un diseño de camuflaje, vainas de semillas en forma de un pompón redondo, ideal para la sombra.

Nativo de: Norte América; Virginia



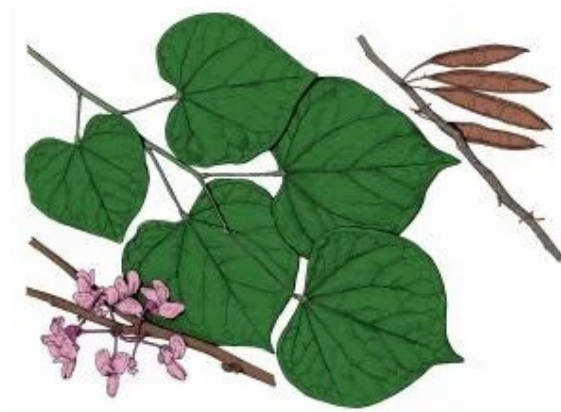
¿Me has visto?

Fig.2 -Digital Atlas of the Virginia Flora

Ciclamor Oriental (Eastern Redbud)

(*Cercis canadensis*)

ARBOL Especie Nativa



Rasgos: Caducifolio, 15 - 30 pies de altura, hojas en forma de corazones, flores de color rosa brillante en la primavera antes de que aparezcan las hojas, vaina de semilla en forma de frijol.

Nativo de: Norte América; Virginia

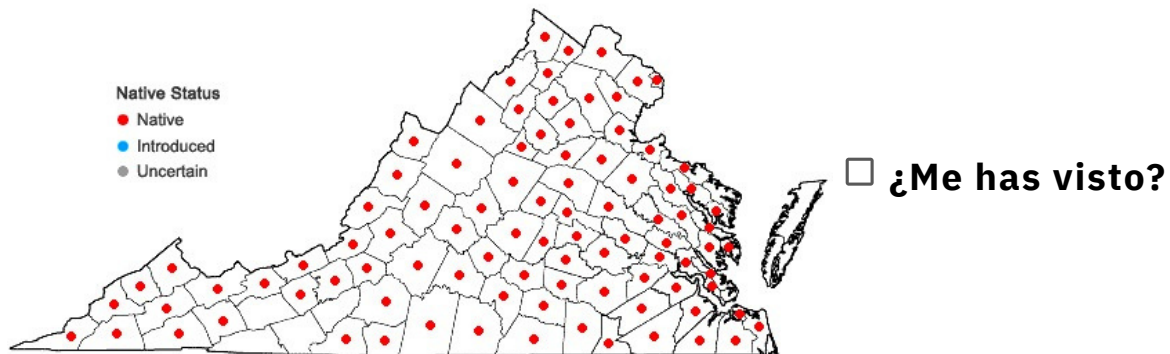


Fig.2 -Digital Atlas of the Virginia Flora

Árbol del cielo (Tree of Heaven)

(*Ailanthus altissima*)

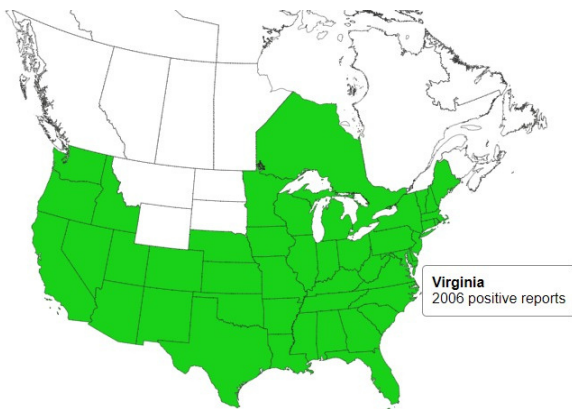
ARBOL

Especies invasoras



Rasgos: Caducifolio, 80 pies de alto, hojas en forma de corazón, la corteza madura se parece a la piel del melón, la hoja parece muchas hojas en un solo tallo, vainas de semillas en forma de sámara.

Nativo de: Asia; China



- ¿Me has visto?
- ¿Has visto una especie nativa que se parece a mi ?

Fig.2 -EDDmapS (reported cases in U.S.)

USDA
PennState office of Extension
Missouri Department of Conservation

Azalea Salvaje (Wild Azalea)

(*Rhododendron canescens*)

ARBUSTO
Especie Nativa



Rasgos: Caducifolio, de 6 a 12 pies de alto y ancho, hojas pequeñas de forma ovalada, flores llamativas brillantes que pueden variar en colores, las flores aparecen en primavera.

Nativo de: Norte América; Virginia

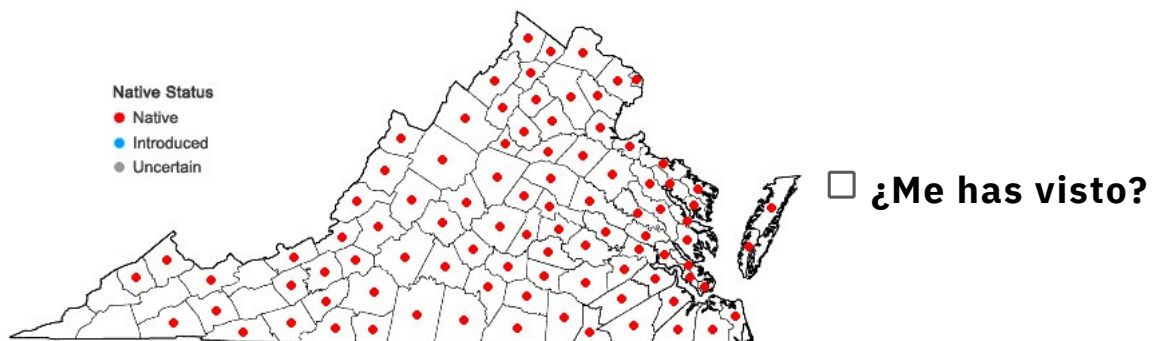


Fig.2 -Digital Atlas of the Virginia Flora

Digital Atlas of the Virginia Flora Lady
Bird Johnson Wildflower Center
Rawpixel (photo)

Hortensia Hoja de Roble (Oakleaf Hydrangea)

(Hydrangea quercifolia)

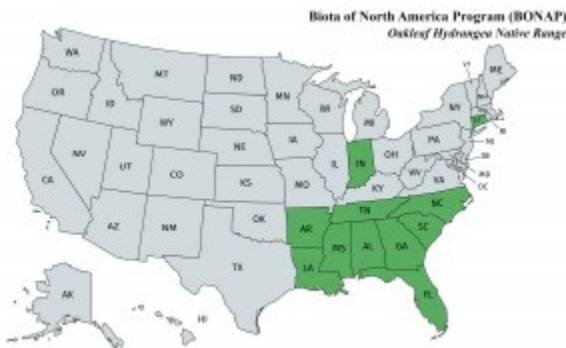
ARBUSTO

Especie no nativa



Rasgos: Caducifolio pero muchas hojas permanecen durante el invierno, 3 - 12 pies de alto y ancho, hojas en forma de roble, flores blancas brillantes.

Nativo de: Norte América; Norte Carolina & Sur



¿Me has visto?

Fig.2 -Biota of North America

North Carolina State Extension
Lady Bird Johnson Wildflower Center
Rawpixel (photo)

Hiedra Venenosa (Poison Ivy)

(*Toxicodendron radicans*)

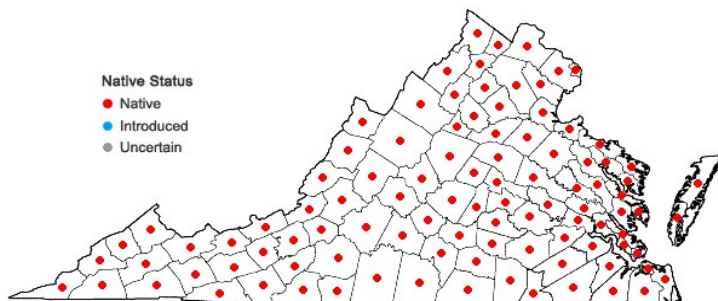
Hiedra/Yedra

Especie Nativa



Rasgos: Tallo caducifolio y peludo que puede adherirse a los árboles y treparlos, hojas de forma asimétrica que crecen en conjuntos de tres, pequeñas flores verdes fragantes, bayas caídas de color azul oscuro.

Nativa de: Norte América; Virginia



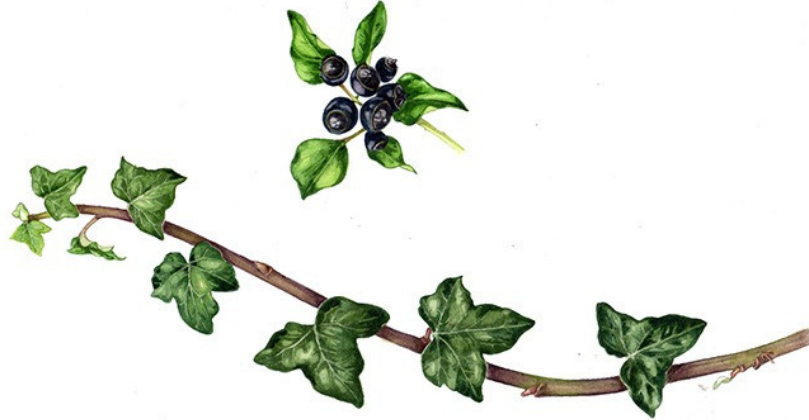
¿Me has visto?

Fig.2 -Biota of North America

Hiedra Común (English Ivy)

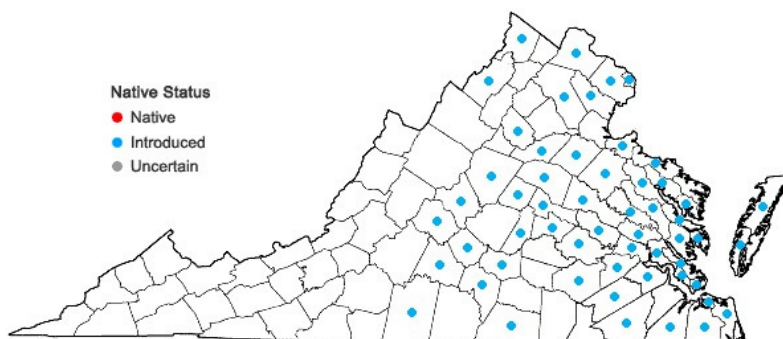
(*Hedera helix*)

Enredadera Especies Invasoras



Rasgos: Enredadera sinuosa de hoja perenne con tallo marrón veloso, hoja de 5 lóbulos con bordes redondeados, puede crecer en los árboles y bloquear las copas de los árboles y estrangularlos.

Nativa de: Europa



- ¿Me has visto?
- ¿Has visto una especie nativa que se parece a mi ?

Fig.2 -Digital Atlas of the Virginia Flora

Iris de Virginia (Virginia Iris/Southern Blue Flag)

(*Iris virginica*)

Hierba Perenne

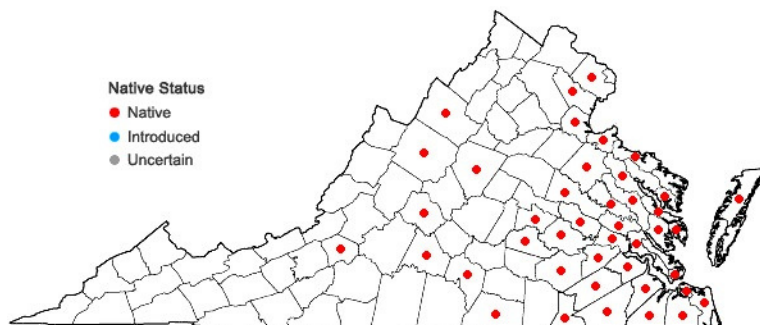
Especie Nativa



Rasgos: Hojas caducas, largas en forma de lanza, flores grandes y llamativas a menudo en azul, vaina de semilla en forma de cápsula, prefiere suelos húmedos y arenosos.

Especies similares - iris amarillo (no nativa).

Nativa de: Norte América; Virginia



¿Me has visto?

Fig.2 -Digital Atlas of the Virginia Flora

North Carolina State Extension
Lady Bird Johnson Wildflower Center
Native Plants for Virginia's Capital Region

Flox del Bosque (Woodland Phlox)

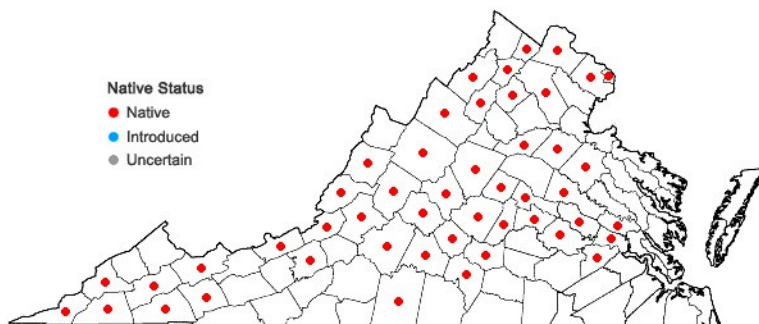
(*Phlox divaricata*)

Hierba Perenne
Especie Nativa



Características: Las hojas son perennes, las flores fragantes azules o rosadas aparecen en primavera, pueden crecer de 5 a 18 pulgadas, tiene un hábito de raíz progresivo, prefiere un hábitat forestal.

Nativa de: Norte América; Virginia



¿Me has visto?

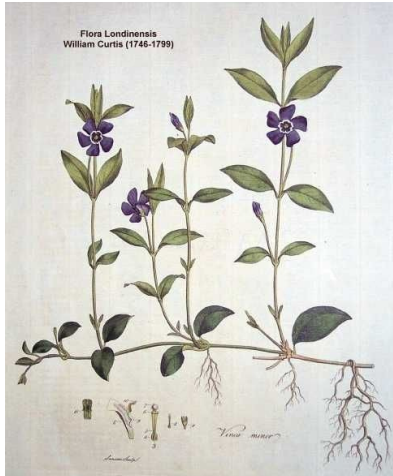
Fig.2 -Digital Atlas of the Virginia Flora

North Carolina State Extension
Lady Bird Johnson Wildflower Center
Native Plants for Virginia's Capital Region

Bígaro Común (Common periwinkle)

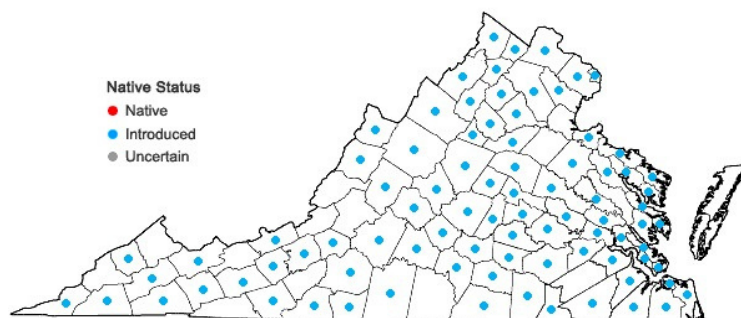
(*Vinca minor*)

Hierba Perenne Especies Invasoras



Rasgos: Perenne, tolera el calor intenso y la sombra completa, llamativas flores de color púrpura, forma una densa cubierta vegetal que puede ahogar a otras especies, le gusta la tierra rica en materia orgánica.

Nativa de: Europa Central y del Sur

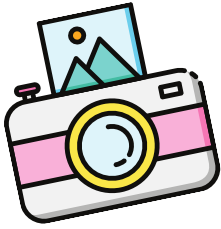


- ¿Me has visto?
- ¿Has visto una especie nativa que se parece a mi ?

Fig.2 -Digital Atlas of the Virginia Flora

Virginia Department of Conservation and Recreation
North Carolina State Extension
Missouri Department of Conservation

COMPARTE TU AVENTURA EN EL CAPITAL TRAIL



**TOMA UNA FOTO DE UNA (O MÁS) DE TUS AVENTURAS EN LOS
SENDEROS DEL CAPITAL TRAIL. LUEGO ETIQUÉTANOS
#CAPTRAILADVENTURE O ENVÍANOS UN CORREO
ELECTRÓNICO A INFO@VIRGINIACAPITALTRAIL.ORG**



VIRGINIA OUTDOORS
FOUNDATION

LA TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL DEL PROGRAMA EMBAJADORES JUNIOR DEL SENDERO (JUNIOR TRAIL AMBASSADOR) FUE POSIBLE GRACIAS A UNA SUBVENCIÓN DE LA FUNDACIÓN VIRGINIA OUTDOORS FOUNDATION.

WWW.VIRGINIACAPITALTRAIL.ORG