



## Bicicleta de montaña 22 - Junio

# Fuenfría – Pinar de Valsain

### INTRODUCCIÓN

Los Montes de Valsain se hallan en la vertiente norte de la Sierra de Guadarrama que se encuentran, históricamente ligados a la Corona y a la Comunidad de Ciudad y Tierra de Segovia, constituyen unos de los espacios naturales más hermosos de España, donde crecen los mejores ejemplares de pino silvestre.

Se componen de dos montes diferenciados: el Pinar, donde la presencia del pino silvestre es hegemónico (más de cuatro millones de ejemplares) y las Matas, donde el pino convive con el preponderante roble melojo. Ambos montes están lógicamente catalogados como de utilidad pública.

En la actualidad son propiedad del Organismo Autónomo Parques Nacionales, quien los gestiona a través del Centro Montes y Aserradero de Valsain.

Mediante una adecuada planificación se ha hecho compatible una explotación forestal sostenible con otros aprovechamientos y usos tradicionales, consiguiendo la conservación y mejora del hábitat de las diferentes especies de flora y fauna. A efectos de la gestión forestal, la superficie del monte se divide en diferentes zonas y cuarteles, a los que se les da una línea de actuación preferente. Así, existen cuarteles dedicados a la producción de madera, a la protección del suelo, al recreo, al pastoreo o a distintas combinaciones de estos usos.

### DESCRIPCIÓN

*Opción A (Cercedilla-Fuenfría-Fuente de la Reina-GR10-1-Camino Viejo del Paular-Valsain-Camino Fuente de la Reina-Fuenfría-Cercedilla)*

**Distancia:** 57 Km. Aprox.

**Duración:** 5 horas con paradas

**Desnivel de subida / bajada:** 1300m / 1300m

**Dificultad:** Alta (Físicamente)

**Terreno:** Pistas de tierra y senderos. Carretera en algún tramo.

Opción B (Dehesas Cercedilla-Fuenfría-Carril del Gallo-Camino Viejo del Paular-Valsaín-Camino Fuente de la Reina-Fuenfría-Dehesas Cercedilla)

**Distancia:** 55 Km.

**Duración:** 5 horas con paradas

**Desnivel de subida / bajada:** 1388m / 1388m

**Dificultad:** Alta (Física y técnicamente por la bajada por el Carril del gallo)

**Terreno:** Pistas de tierra y senderos. Carretera en algún tramo.

**Tanto la opción A como la B empezarán en el mismo punto. La diferencia entre las dos opciones será que en la opción B baja por el carril del Gallo que es por senderos más estrechos y en ocasiones con piedras con lo que se requiere un nivel más técnico. En cualquier caso se puede bajar de la bici para pasar estos puntos con más dificultad**

Saliendo de Cercedilla, recorreremos el camino Puricelli hasta la pista que sube al puerto de la Fuenfría, pasando por la Ducha de los Alemanes y el mirador de los poetas. Después de este punto, el tramo hasta el puerto tiene vistas increíbles de todo el valle de la Faenarúa y los picos de la sierra.

Llegamos al Puerto de la Fuenfría, paso de montaña que atraviesa la Sierra de Guadarrama, uniendo las provincias españolas de Segovia y Madrid. Este puerto de montaña tiene una altitud de 1.796 metros, y se sitúa entre Siete Picos y la sierra de La Mujer Muerta. El paso fue creado por los antiguos romanos para comunicar ambas vertientes de la sierra, para lo cual construyeron una calzada romana que va desde Las Dehesas de Cercedilla, en el Valle de La Fuenfría (al sur), hasta el puerto y Segovia



El camino que debemos coger es el que sale en frente (a la derecha tomaríamos la opción B de esta ruta , hasta que llegemos al desvío señalizada en un árbol situado casi en medio del camino, a la derecha camino Schmidt en dirección al puerto de Navacerrada, a la izquierda Carril del Gallo) pronto comienza a ser algo empinado y pedregoso.

Llegamos a la Fuente de la Reina y giramos a la derecha por el GR10-1 que da a parar a la carretera M-601 donde en este caso subiremos 500m dirección Puerto de Navacerrada hasta una curva donde hay un paso con barrera (1400m)



Aquí comienza el camino del Paular en el que tendremos un continuo sube y baja hasta llegar a un punto de bajada constante hasta llegar a Valsaín.



Tras atravesar Valsaín nos encontramos con otra barrera que nos llevara a la Cruz de la Gallega



A partir de aquí nos encontramos con las rampas mas duras de todo el recorrido. Seguiremos por camino de la Fuente de la Reina hasta llegar a la fuente del mismo nombre a la altura de 1640m.



Desde aquí el camino es coincidente con el de bajada y llegamos al Puerto de la Fuenfría. Ya solo nos queda descender hasta el punto de inicio en el parking de las Dehesas.

## MATERIAL

Bici de montaña (revisada y puesta a punto), casco, guantes, ropa y calzado adecuados para la actividad, comida y agua. Aconsejable llevar mapa de la zona con brújula o GPS.

## TRANSPORTE

Tren Cercanías a Cercedilla o transporte privado

### IDA:

- Salida : Atocha 8:00 h ; Chamartín 8:13 h ; Llegada Cercedilla 9:21 h
- Precio billete ida desde Madrid - Atocha a Cercedilla : 4 €
- Hora y punto de encuentro: A las **9:45 h** en Parking Dehesas Cercedilla

## PRECIO

Federados con BTT: 2,50 €.

No federados o federados sin BTT 5,50 € (incluye seguro 3 €/día).

**Esta cantidad se abonará directamente al coordinador el mismo día de la salida.**

## INSCRIPCIONES

- Directamente en la web: [www.montanapegaso.com](http://www.montanapegaso.com)
- Coordinador. Jose Antonio Fagundez  
jafaga@gmail.com  
Móvil: 649082493 (a partir de las 18:30h. y antes de las 22:30h)

## MÁS INFORMACIÓN

Para los preinscritos: a través del correo electrónico para cualquier modificación o aviso.