



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO SIERRA DE URBION 4 - 5 DE MARZO DE 2017

INFORMACIÓN GENERAL. Geografía. Flora y fauna

El Parque Natural de los Picos de Urbión y Laguna Negra está formado por unas majestuosas cumbres de grandes alturas y escarpadas laderas que alcanzan cotas superiores a los 2.000 metros. El pasado glaciar que se dio cita en estos Picos ha dejado tras de sí su impronta en un sistema de lagunas de frías aguas, la más conocida la llamada Laguna Negra. Éste espacio está delimitado en la orilla sur por la antigua morrena terminal del glaciar que originó el lugar. Debido a los pinos ubicados en las orillas del lago, las aguas son de color oscuro, un tono que le ha dado al humedal su actual nombre. La Laguna y su entorno ofrecen un paisaje de espectacular belleza.

Entre la vegetación del Parque Natural, la masa boscosa de pinos silvestres y hayas son las que ocupan en buena medida el enclave, mientras que en las zonas más húmedas alternan fresnos y chopos. Entre la fauna se encuentran los cérvidos y jabalíes junto con la nutria como mamíferos más representativos. De entre las aves, las rapaces surcan estas laderas en gran número, cernícalos, ratoneros y milanos, son algunos ejemplos; la perdiz pardilla, palomas y arrendajos se dejan ver también entre la vegetación.

El elemento paisajístico más notable de la Sierra de Urbión son los pinares de *Pinus sylvestris*. El límite altitudinal del bosque lo constituyen pinos majestuosos, retorcidos, viejos que conforman un paraje abierto en el que los pinos se instalan en una matriz de brezales con arándanos y enebros rastreros. En las zonas más elevadas, tapizando cuencas glaciares, lagunas y crestas venteadas encontramos un completo y bien conservado elenco de hábitats de alta montaña de notable interés biológico.

Su bello paisaje invita a recorrer cada sendero y a ascender hasta la Muela de Urbión, con casi 2.300 metros de altura, que se convierte en un privilegiado mirador sobre una de las masas forestales más extensas e importantes de España.

PROGRAMA

Los tracks los pongo a tu disposición en la web del club, pero no me puedo hacer responsable de ellos. Ten en cuenta que pueden tener errores y que un buen mapa y una buena preparación son mucho más importantes. Las condiciones meteorológicas de cada ruta son únicas, y por tanto son meramente orientativos.

Viernes 3 de marzo de 2017

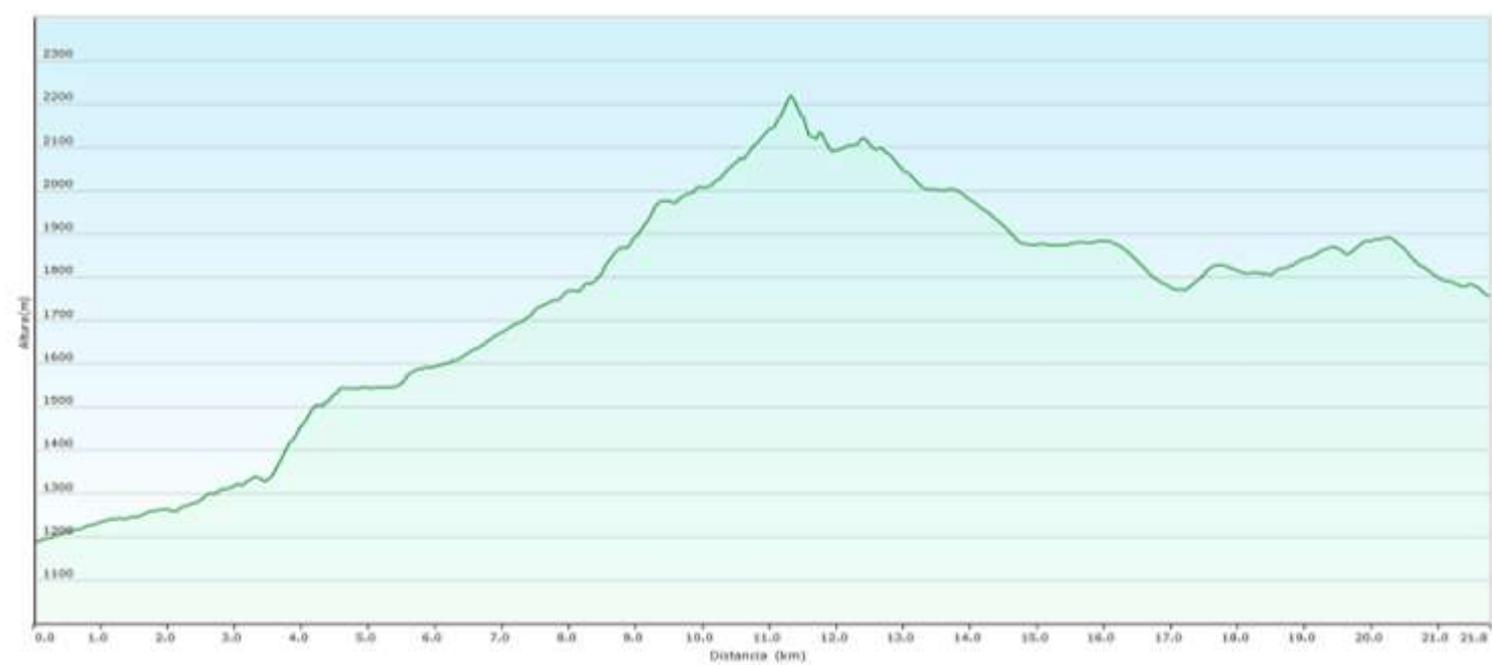
Salida en autobús a las 17:30 desde Canillejas (calle Alcalá 634) con parada intermedia en Diversia (Alcobendas) a las 17:45.

Llegada prevista al albergue Cañada Real, pueblo de Abejar, alrededor de las 20:45.
La cena está incluida.

Sábado 4: Opción A. PICO URBIÓN, CORDAL DE SANTA INÉS (Travesía)

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Duruelo de la Sierra	1.190 m				
Castroviejo	1.545 m	4,5 km	+370m/-25m	1h 25'	1h 25'
Refugio del Búnker	1.770 m	7,9 km	+230m/-5m	1h 10'	2h 35'
Pico Urbión	2.229 m	11,3 km	+460m/-10m	1h 35'	4h 10'
Alto 3 Mojoneras	1.887 m	15,7 km	+60m/-400m	1h 25'	5h 35'
Puerto de Santa Inés	1.755 m	22 km	+200m/-350m	2h 05'	7h 40'



DESCRIPCION DE LA RUTA.

Saldremos de la carretera CL-117 en Duruelo de la Sierra, a 1.190m de altura, a unos 30'-40' del albergue, atravesaremos el pueblo hacia el norte, pasando junto a la iglesia de San Miguel Arcángel con sus tumbas antropomorfas excavadas en la roca y a la salida del pueblo seguiremos con rumbo norte por el camino de Las Huertas, cada vez más metidos el pinar, durante unos 2 km donde acaba la pista a la altura de una majada, enlazando allí con una senda arrastradero por la que continuaremos subiendo suavemente hasta cruzar el arroyo de la Chorla, donde tomaremos el arrastradero de la derecha que, con pendiente más fuerte, va haciéndose más ancho a media que asciende rodeando las rocas que protegen el paraje de Castroviejo (1.540m) que queda unos 100m a la izquierda de la pista a la que nos lleva el sendero, este lugar, conocido como la Ciudad Encantada de Soria por sus rocas de arenisca erosionadas por el agua y el viento, y en el que hay un mirador desde el que podemos contemplar el Pico Frentes de Soria, varios pueblos de los alrededores, como Duruelo, Regumiel, Canicosa de la Sierra y Vilviestre del Pinar, así como la gran masa de pino silvestre omnipresente por estas tierras.

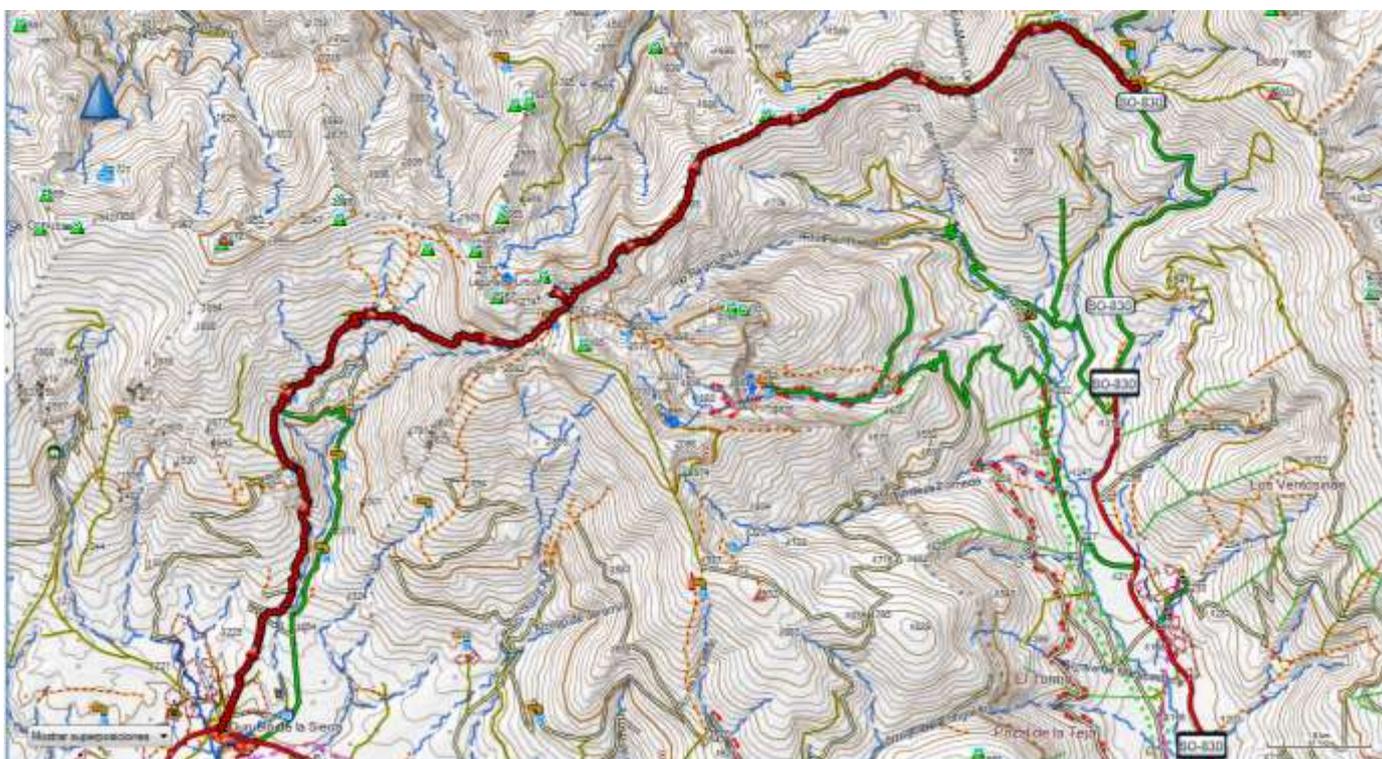
Giraremos hacia la derecha por la pista para llegar a la Fuente del Berro (1.590 m) y su refugio y tras algo más de 2 km al refugio del Bunker (1.770 m), donde encontraremos un poste indicador que nos señala la dirección del nacimiento del Duero, tomaremos la vereda que parte a media ladera hacia la derecha y que, al poco, cruza el arroyo de Peñas Blancas.

Después de aproximadamente 1km, en unos prados donde hay restos de muros de piedras, abandonaremos la vereda desviándonos hacia la izquierda y, unos metros más arriba, enlazaremos con la senda que se dirige hacia las fuentes del Duero; deberemos seguirla entre el brezal que se extiende por el, a estas alturas, ralo pinar que nos ha venido acompañando.

Una vez desaparecido el pinar, cuando el sendero se va desdibujando, seguiremos subiendo paralelos al Duero hasta sus fuentes (2.080m)

Desde aquí llegaremos en pocos minutos al portillo Arenoso (2.145m) y encararemos hacia la izquierda, con rumbo N, la subida por el roquedo que asciende hasta la Muela del Urbión (2.229m)

Desandaremos el camino para volver al portillo Arenoso y tomar el sendero que, con rumbo NE, nos llevará por el Cordal de Santa Inés, que separa los valles del Urbión y el Revinuesa, a través de sus cumbres, el pico del Hoyo Oscuro (2.129m), el alto de las Tres Mojoneras (1.887m) en el que se unen los términos municipales de Duruelo de la Sierra, Las Viniegras y Vinuesa, el Santa Inés (1.887m) y el alto de las Tres Cruces (1.899m), al camino de descenso al puerto de Santa Inés, con su estación de esquí que, en esta época seguramente estará a pleno rendimiento.



DURUELO DE LA SIERRA - PICO URBIÓN - PUERTO DE SANTA INÉS

INFORMACION TECNICA Y SEGURIDAD.

Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 7h 40' (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 7:42 Puesta del sol: 19:05 → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 					
Distancia Desniveles	 22 Km.	 +1.320 m	 - 790 m			
Tipo recorrido	 Travesía					
Dificultad	Física	4	Alta	Técnica	2	Baja
M	3	<ul style="list-style-type: none"> • Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Posible paso por neveros. • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0° C. • Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • La diferencia entre la duración del día (en la época considerada) y el horario del recorrido es menor de 3 horas. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes (niebla, viento, calor extremo, etc...) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación. 				
I	3	<ul style="list-style-type: none"> • Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, líneas marcadas por accidentes geográficos (ríos, fondos de los valles, cornisas, crestas...) o marcas de paso de otras personas, la elección del itinerario. 				
D	3	<ul style="list-style-type: none"> • Marcha por sendas con gradas o escalones irregulares de distinto tamaño, altura, rugosidad e inclinación. Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. 				
E	4	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida: +1.320 m • Desnivel acumulado de bajada: - 790 m • Longitud: 22 km. • Tiempo de marcha sin paradas (MIDE): 7h40. 				
Perfil del Participante	Buena forma física y haber realizado recorridos similares al descrito.					
Material Obligatorio	Botas montaña/ Gafas de sol y ventisca / Crampones y Piolet. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula)					
Material Recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. / Agua (2l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal / Manta térmica / Raquetas.					
Teléfonos Emergencias	Emergencias: 112 Guardia civil: 062		Emisora Club: 144.175 Hz Tlf. Coordinador: 626 147 990		Guardia civil montaña: E.R.E.I.M. de Tarazona (Zaragoza) 976-199120	
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel - Piolet. La Laguna Negra, Picos de Urbión (1:25.000) • La Tienda Verde. Sierras de Urbión, Neila y Cebollera (1: 50.000) 					

Sábado 4: Opción B. PICO URBIÓN - LAGUNA NEGRA (Travesía)

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Duruelo de la Sierra	1.190 m				
Castroviejo	1.545 m	4,5 km	+370m/-25m	1h 25'	1h 25'
Refugio del Búnker	1.770 m	7,9 km	+230m/-5m	1h 10'	2h 35'
Pico Urbión	2.229 m	11,3 km	+460m/-10m	1h 35'	4h 10'
Collado de Majada Rubia	1.850 m	15 km	+40m/-440m	1h 25'	5h 35'
Aparc. Paso de la Serrá	1.600 m	17,5 km	+0m/-250m	0h 45'	6h 20'



DESCRIPCION DE LA RUTA.

La primera parte del recorrido es común al de la opción A, es decir que comenzaremos la ruta saliendo de la carretera CL-117 en Duruelo de la Sierra, a 1.190m de altura, a unos 30'-40' del albergue, atravesaremos el pueblo hacia el norte, pasando junto a la iglesia de San Miguel Arcángel con sus tumbas antropomorfas excavadas en la roca y a la salida del pueblo seguiremos con rumbo norte por el camino de Las Huertas, cada vez más metidos el pinar, durante unos 2 km donde acaba la pista a la altura de una majada, enlazando allí con una senda arrastradero por la que continuaremos subiendo suavemente hasta cruzar el arroyo de la Chorla, donde tomaremos el arrastradero de la derecha que, con pendiente más fuerte, va haciéndose más ancho a media que asciende rodeando las rocas que protegen el paraje de Castroviejo (1.540m) que queda unos 100m a la izquierda de la pista a la que nos lleva el sendero, este lugar, conocido como la Ciudad Encantada de Soria por sus rocas de arenisca erosionadas por el agua y el viento, y en el que hay un mirador desde el que podemos contemplar el Pico Frontes de Soria, varios pueblos de los alrededores, como Duruelo, Regumiel, Canicosa de la Sierra y Vilviestre del Pinar, así como la gran masa de pino silvestre omnipresente por estas tierras.

Giremos hacia la derecha por la pista para llegar a la Fuente del Berro (1.590m) y su refugio y tras algo más de 2km al refugio del Bunker (1.770m), donde encontraremos un poste indicador que nos señala la dirección del nacimiento del Duero, tomaremos la vereda que parte a media ladera hacia la derecha y que, al poco, cruza el arroyo de Peñas Blancas.

Después de aproximadamente 1km, en unos prados donde hay restos de muros de piedras, abandonaremos la vereda desviándonos hacia la izquierda y, unos metros más arriba, enlazaremos con la senda que se dirige hacia las fuentes del Duero; deberemos seguirla entre el brezal que se extiende por el, a estas alturas, ralo pinar que nos ha venido acompañando.

Una vez desaparecido el pinar, cuando el sendero se va desdibujando, seguiremos subiendo paralelos al Duero hasta sus fuentes (2.080m)

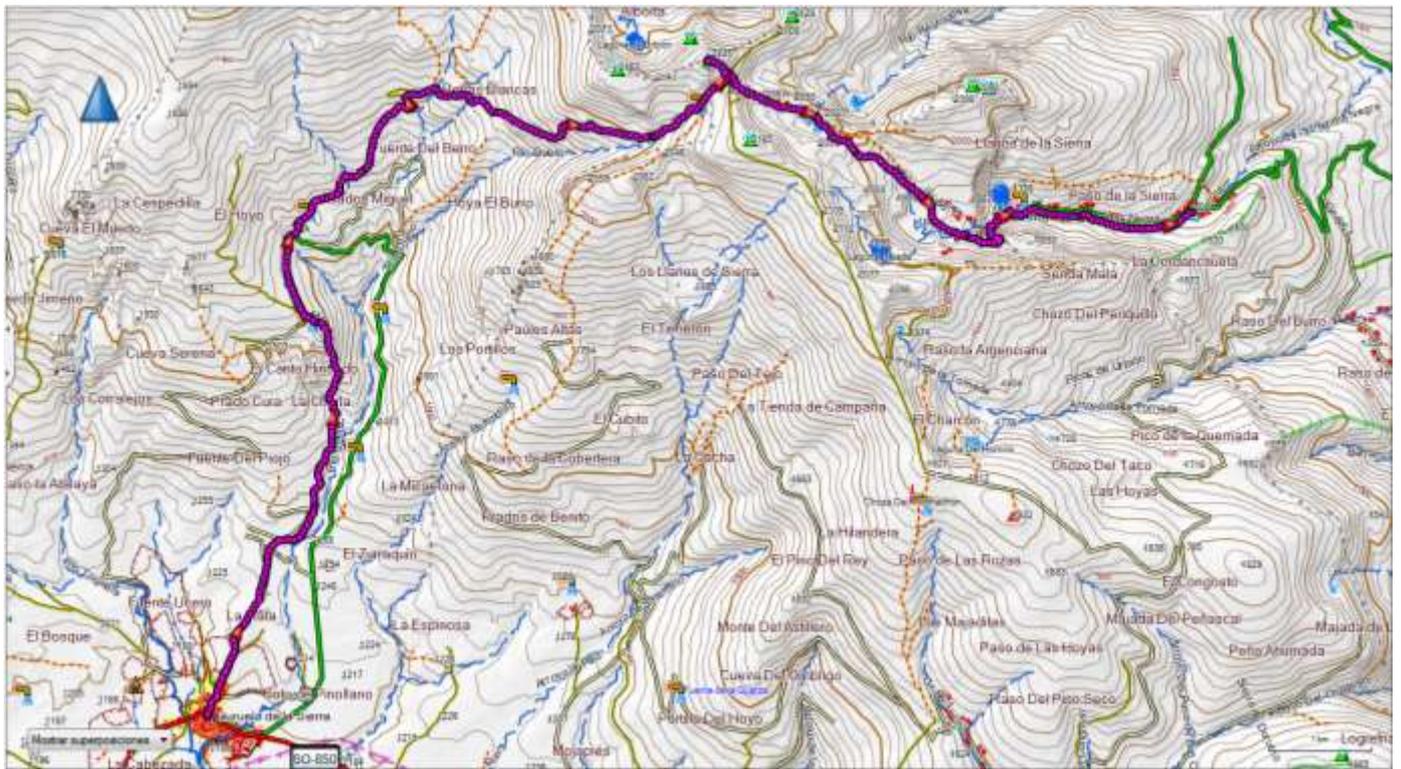
Desde aquí llegaremos en pocos minutos al portillo Arenoso (2.145m) y encararemos hacia la izquierda, con rumbo N, la subida por el roquedo que asciende hasta la Muela del Urbión (2.229m)

Desandaremos el camino para volver al portillo Arenoso y aquí nos separaremos del itinerario de la opción A para continuar a la derecha con rumbo sur hacia el cordal del Mojón Alto durante un corto trecho (unos 350m) hasta llegar a un pequeño cordal que se desgaja del principal descendiendo a nuestra izquierda en dirección E.

En este punto entraremos en el cordal y contando con que, en esta época del año, la nieve cubrirá completamente el terreno, deberemos extremar la precaución durante los primeros metros, por la fuerte pendiente y la inclinación que encontramos a ambos lados del cordal. Una vez bajados los primeros 20m, la pendiente se suaviza y, con tendencia hacia la derecha nos iremos acercando a la vaguada donde se encuentra la laguna Larga (2.010m), su desagüe es el nacimiento del río Revinuesa, por cuyo valle andaremos mañana, enfrente se encuentra el Risco Zorraquín (2.105m) que también está previsto que visitemos mañana.

Bordearemos la laguna, que en esta época lo más probable es que esté completamente helada, y realizaremos un corto faldeo (unos 250m) por una ladera poco inclinada que bordea las paredes del circo glaciar que cierra el valle del Revinuesa. Aunque la ladera no es muy inclinada, más o menos al sobrepasar la laguna hay un paso que, con nieve, puede ser algo expuesto, de modo que, de nuevo extremaremos la precaución en ese punto.

Poco antes de llegar al collado oeste del Zorraquín nos desviaremos a la derecha para descender por una suave vaguada, durante un par de kilómetros, al collado de la Majada Rubia (1.850m) donde encararemos la empinada bajada por la senda del portillo, hasta las inmediaciones de la laguna Negra (1.740m) y desde ella tomaremos la pista asfaltada que nos llevará, tras kilómetro y medio de bajada, al aparcamiento inferior (1.595m) en la zona del Paso de la Serrá, donde, seguramente, nos estará esperando el autobús.



DURUELO DE LA SIERRA - PICO URBIÓN - LAGUNA NEGRA - APARCAMIENTO DEL PASO DE LA SERRÁ

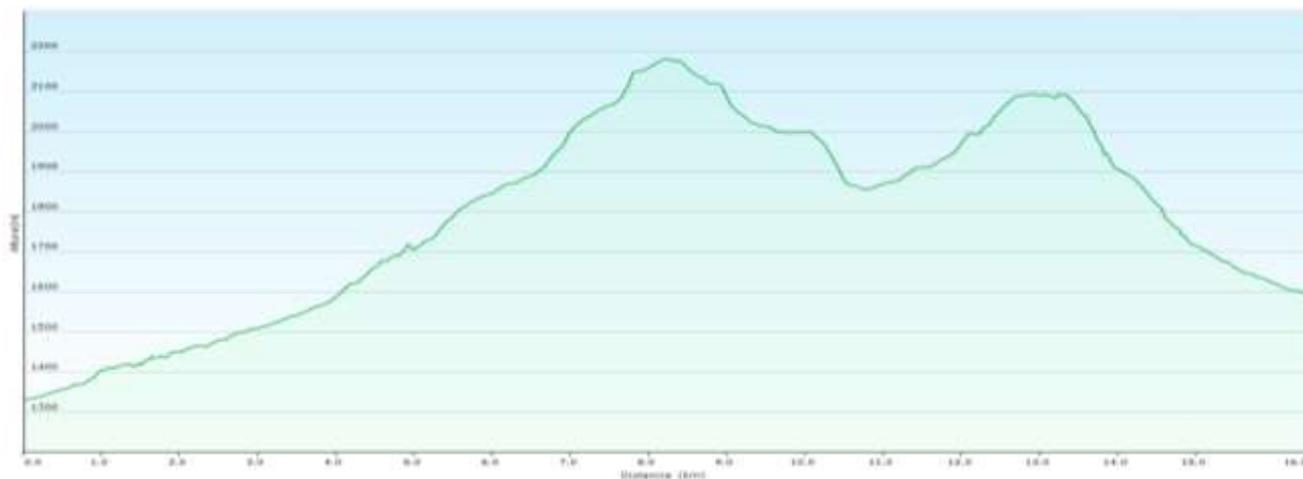
INFORMACION TECNICA Y SEGURIDAD.

Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 6h 20' (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 7:42 Puesta del sol: 19:05 → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 					
Distancia Desniveles	 17,5 Km.	 +1.100 m	 - 730 m			
Tipo recorrido	 Travesía					
Dificultad	Física	4	Media	Técnica	2	Baja
M	3	<ul style="list-style-type: none"> • Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Posible paso por neveros. • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0° C. • Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes (niebla, viento, calor extremo, etc...) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación. 				
I	3	<ul style="list-style-type: none"> • Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, líneas marcadas por accidentes geográficos (ríos, fondos de los valles, cornisas, crestas...) o marcas de paso de otras personas, la elección del itinerario. 				
D	3	<ul style="list-style-type: none"> • Marcha por sendas con gradas o escalones irregulares de distinto tamaño, altura, rugosidad e inclinación. Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. 				
E	4	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida: +1.100 m • Desnivel acumulado de bajada: - 730 m • Longitud: 17,5 km. • Tiempo de marcha sin paradas (MIDE) 6,20 horas. 				
Perfil del Participante	Forma física aceptable y haber realizado recorridos similares al descrito.					
Material Obligatorio	Botas montaña/ Gafas de sol y ventisca / Crampones y Piolet. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula)					
Material Recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. / Agua (2l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal / Manta térmica / Raquetas.					
Teléfonos Emergencias	Emergencias: 112 Guardia civil: 062		Emisora Club: 144.175 Hz Tlf. Coordinador: 626 147 990		Guardia civil montaña: E.R.E.I.M. de Tarazona (Zaragoza) 976-199120	
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel - Piolet. La Laguna Negra, Picos de Urbión (1:25.000) • La Tienda Verde. Sierras de Urbión, Neila y Cebollera (1: 50.000) 					

Domingo 5: Opción A. VALLE DEL REVINUESA, LAGUNA HELADA Y RISCO ZORRAQUÍN (Travesía)

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Santa Inés	1.325 m				
Valle Revinuesa (fin de pista)	1.550 m	3,5 km	+225m	1h	1h
Laguna Larga	2.010 m	7,0 km	+475m/-15m	1h 40'	2h 40'
Collado Este del Zorraquín	2.000 m	12,1 km	+320m/-330m	2h	4h 40'
Aparc. Paso de la Serrá	1.600 m	16,5 km	+115m/-515m	1h 40'	6h 20'



DESCRIPCION DE LA RUTA.

Comenzaremos la ruta partiendo de unos 1.325m de altura en el caserío de Santa Inés, donde se encuentra la ermita del mismo nombre, a unos 35'-45' del albergue.

La primera parte de la ruta la realizaremos siguiendo el curso del río Revinuesa, ascendiendo hasta el circo glaciar que cierra el valle.

Metidos en el pinar, como no podía ser de otra forma por estas tierras, los primeros 400-450m se realizan en dirección NO por pista asfaltada hasta una bifurcación en la que seguiremos de frente por pista forestal durante, aproximadamente, otro kilómetro y medio hasta llegar a la primera pista que encontremos a la izquierda, por donde giraremos en dirección O y subiremos poco a poco durante unos 2km hasta los 1.550m de altura, donde la pista se convierte en un sendero algo más empinado y que sigue prácticamente paralelo al río, teniendo el Zorraquín al sur y las laderas del Hoyo Oscuro al norte. Tras unos 3km por esta senda llegaremos al circo glaciar (1.870m) desde donde, girando ligeramente a la derecha, seguiremos subiendo con el Pico o Muela del Urbión enfrente hasta que, a unos 500m, en los 1.920m de altura giraremos a dirección S para subir los 100m de desnivel que nos separan de la laguna Larga, en otro 400m de subida. En esta laguna nace el río Revinuesa, que nos ha venido acompañando todo el camino.

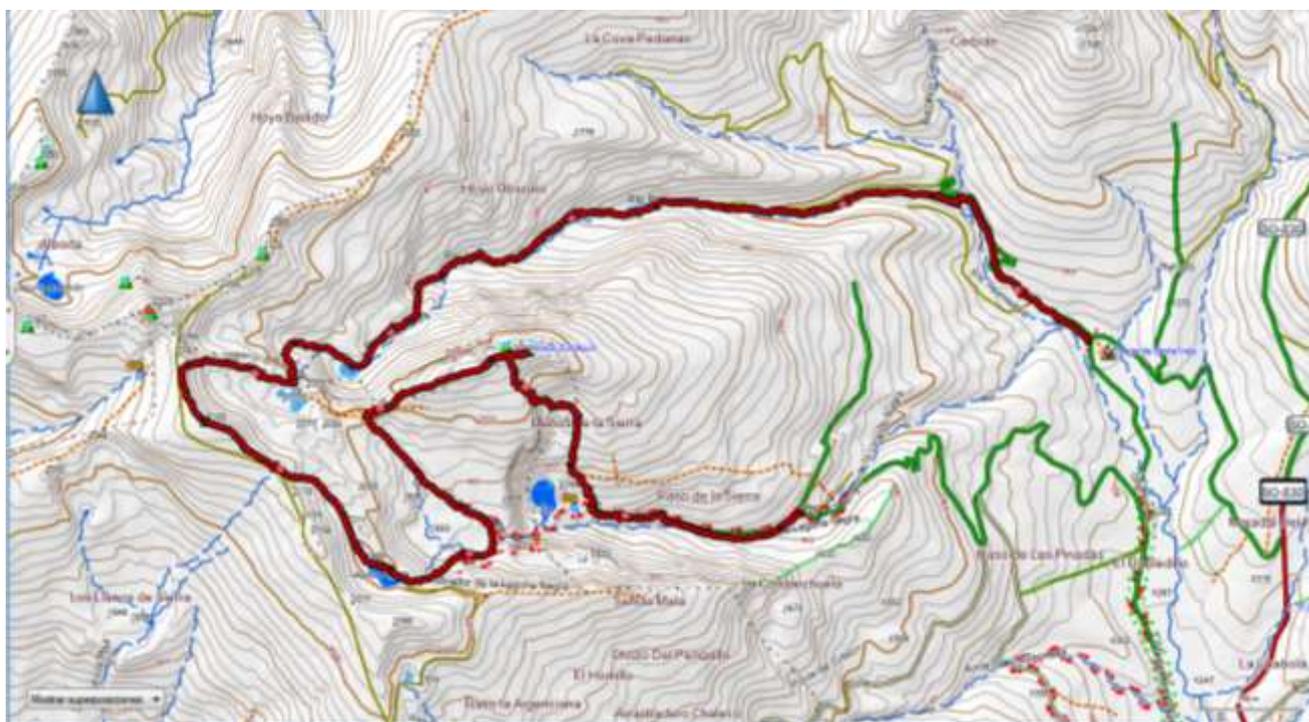
Aquí tomamos a la derecha la senda que, tras unos 800m, sube al portillo Arenoso (2.150m) donde, a la izquierda, tomaremos el cordal del Mojón Alto durante aproximadamente 1km para, unos 500-600m después de pasar el hito del Alto de los Llanos de la Sierra (2.185m), en un collado a 2.120m, tomar ligeramente a la izquierda un sendero hitado, bastante empinado, para bajar por la vertiente Este de la cuerda hasta llegar a una vaguada y bajar más suavemente, durante otro kilómetro, hasta la laguna Helada (2.000m). La bordearemos hasta su desagüe y bajaremos por sus contrafuertes en dirección ENE por una empinada senda marcada con hitos hasta que, después de unos 850m, a

1860m de altura, cuando casi divisamos la laguna Negra, volvemos a cambiar de dirección, esta vez hacia N y poco después hacia NO para tomar una vaguada suave, que se empina algo al final y, tras casi un kilómetro y medio de subida, llegar a un collado (2.000m) que se asoma al circo del río Revinuesa.

En este collado giraremos hacia la derecha rumbo ENE para encarar la subida al Risco Zorraquín, o Zorraquín (2.105), al que llegaremos tras algo más de 1km de subida. Desde el roquedo cimero, y si el tiempo atmosférico no lo impide, tendremos muy buenas vistas de la Muela del Urbión, del Hoyo Oscuro y del valle del Revinuesa.

Después de descender del roquedo, buscaremos los hitos que indican un sendero no muy marcado que, en dirección S, nos llevará a pasar bajo las paredes orientales del Zorraquín, continuación de las que forman el circo de la laguna Negra, y en seguida entraremos en un tramo más tranquilo en el que pasaremos a través de un precioso pinar de pino silvestre con algunos ejemplares impresionantes; según vayamos descendiendo se irá mezclando con numerosas hayas.

Tras cerca de 2km de descenso llegaremos al aparcamiento superior (1.720m), el más cercano a la laguna Negra, desde donde sólo nos quedará bajar por la carretera, durante un kilómetro y medio, al aparcamiento inferior (1.595m) en la zona del Paso de la Serrá, donde nos estará esperando el autobús.



SANTA INÉS - VALLE REVINUESA - LAGUNA HELADA - ZORRAQUÍN - LAGUNA NEGRA - APARCAMIENTO DEL PASO DE LA SERRÁ

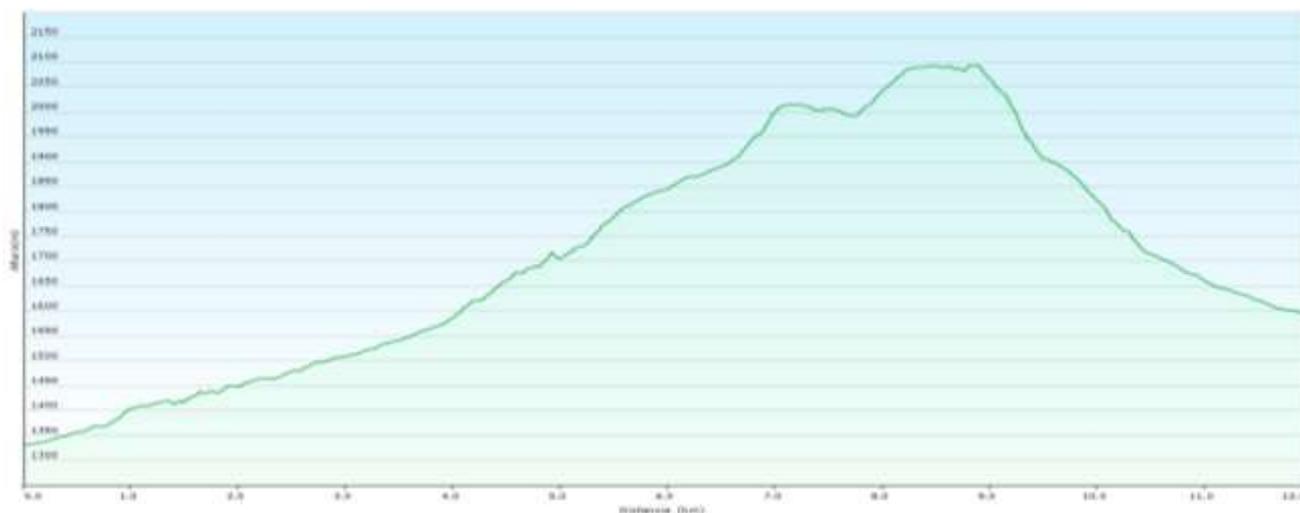
INFORMACION TECNICA Y SEGURIDAD.

Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 6h 20' (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 7:40 Puesta del sol: 19:06 → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 					
Distancia Desniveles	 16,5 Km.	 +1.135 m	 - 860 m			
Tipo recorrido	 Travesía					
Dificultad	Física	4	Alta	Técnica	3	Media
M	3	<ul style="list-style-type: none"> • Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Existencia de pasos en que sea necesario el uso de las manos. • Posible paso por neveros. • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0° C. • Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes (niebla, viento, calor extremo, etc...) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación. 				
I	3	<ul style="list-style-type: none"> • En parte de la ruta existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. • En parte de la ruta la elección del itinerario depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 				
D	4	<ul style="list-style-type: none"> • Tramos con pasos que requieren el uso de las manos hasta el I Sup. 				
E	4	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida: +1.135 m • Desnivel acumulado de bajada: - 860 m • Longitud: 16,5 km. • Tiempo de marcha sin paradas (MIDE): 6h20 				
Perfil del Participante	Buena forma física y haber realizado recorridos similares al descrito.					
Material Obligatorio	Botas montaña/ Gafas de sol y ventisca / Crampones y Piolet. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula)					
Material Recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. / Agua (2l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal / Manta térmica / Raquetas.					
Teléfonos Emergencias	Emergencias: 112 Guardia civil: 062		Emisora Club: 144.175 Hz Tlf. Coordinador: 626 147 990		Guardia civil montaña: E.R.E.I.M. de Tarazona (Zaragoza) 976-199120	
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel - Piolet. La Laguna Negra, Picos de Urbión (1:25.000) • La Tienda Verde. Sierras de Urbión, Neila y Cebollera (1: 50.000) 					

Domingo 5: Opción B. VALLE DEL REVINUESA Y RISCO ZORRAQUÍN (Travesía)

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Santa Inés	1.325 m				
Valle Revinuesa (fin de pista)	1.550 m	3,5 km	+225m/-15m	1h	1h
Laguna Larga	2.010 m	7,0 km	+475m/-15m	1h 40'	2h 40'
Aparc. Paso de la Serrá	1.600 m	12 km	+125m/-530m	1h 50'	4h 30'



DESCRIPCION DE LA RUTA.

Al igual que la opción A, comenzaremos la ruta partiendo de unos 1.325m de altura en el caserío de Santa Inés, donde se encuentra la ermita del mismo nombre, a unos 35'-45' del albergue.

La primera parte de la ruta la realizaremos siguiendo el curso del río Revinuesa, ascendiendo hasta el circo glaciar que cierra el valle.

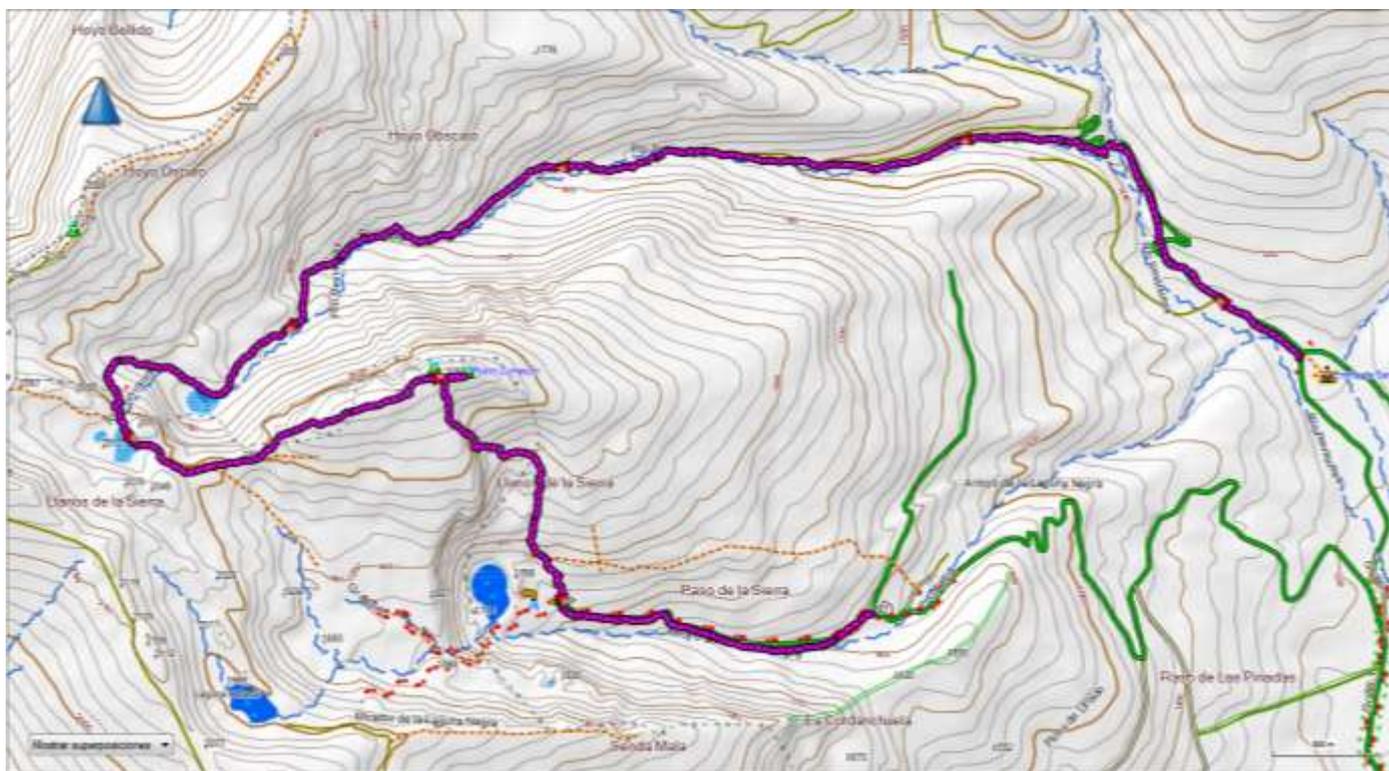
Metidos en el pinar, como no podía ser de otra forma por estas tierras, los primeros 400-450m se realizan en dirección NO por pista asfaltada hasta una bifurcación en la que seguiremos de frente por pista forestal durante, aproximadamente, otro kilómetro y medio hasta llegar a la primera pista que encontremos a la izquierda, por donde giraremos en dirección O y subiremos poco a poco durante unos 2km hasta los 1.550m de altura, donde la pista se convierte en un sendero algo más empinado y que sigue prácticamente paralelo al río, teniendo el Zorraquín al sur y las laderas del Hoyo Oscuro al norte. Tras unos 3km por esta senda llegaremos al circo glaciar (1.870m) desde donde, girando ligeramente a la derecha, seguiremos subiendo con el Pico o Muela del Urbión enfrente hasta que, a unos 500m, en los 1.920m de altura giraremos a dirección S para subir los 100m de desnivel que nos separan de la laguna Larga, en otro 400m de subida. En esta laguna nace el río Revinuesa, que nos ha venido acompañando todo el camino.

Bordearemos la laguna Larga por la izquierda y la sobrepasaremos hasta llegar a un collado a 2.000m y encarar la subida al Risco Zorraquín, o Zorraquín (2.105), al que llegaremos tras algo más de 1km de subida. Desde el roquedo cimero, y si el tiempo atmosférico no lo impide, tendremos muy buenas vistas de la Muela del Urbión, del Hoyo Oscuro y del valle del Revinuesa.

Después de descender del roquedo, buscaremos los hitos que indican un sendero no muy marcado que, en dirección S, nos llevará a pasar bajo las paredes orientales del Zorraquín, continuación de las que forman el circo de la laguna Negra, y en seguida entraremos en un tramo más tranquilo en

el que pasaremos a través de un precioso pinar de pino silvestre con algunos ejemplares impresionantes; según vayamos descendiendo se irá mezclando con numerosas hayas.

Tras cerca de 2km de descenso llegaremos al aparcamiento superior (1.720m), el más cercano a la laguna Negra, desde donde sólo nos quedará bajar por la carretera, durante un kilómetro y medio, al aparcamiento inferior (1.595m) en la zona del Paso de la Serrá, donde nos estará esperando el autobús.



SANTA INÉS - VALLE REVINUESA - LAGUNA LARGA - ZORRAQUÍN - LAGUNA NEGRA - APARCAMIENTO DEL PASO DE LA SERRÁ

INFORMACION TECNICA Y SEGURIDAD.

Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 4h 30' (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 7:40 Puesta del sol: 19:06 → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 					
Distancia Desniveles	 12 Km.	 +825 m	 - 560 m			
Tipo recorrido	 Travesía					
Dificultad	Física	3	Media	Técnica	3	Media
M	3	<ul style="list-style-type: none"> • Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Existencia de pasos en que sea necesario el uso de las manos. • Posible paso por neveros. • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0° C. • Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes (niebla, viento, calor extremo, etc...) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación. 				
I	3	<ul style="list-style-type: none"> • En parte de la ruta existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. • En parte de la ruta la elección del itinerario depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 				
D	4	<ul style="list-style-type: none"> • Tramos con pasos que requieren el uso de las manos hasta el I Sup. 				
E	3	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida: +825 m • Desnivel acumulado de bajada: - 560 m • Longitud: 12 km. • Tiempo de marcha sin paradas (MIDE) 4,30 horas. 				
Perfil del Participante	Buena forma física y haber realizado recorridos similares al descrito.					
Material Obligatorio	Botas montaña/ Gafas de sol y ventisca / Crampones y Piolet. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula)					
Material Recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. / Agua (2l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal / Manta térmica / Raquetas.					
Teléfonos Emergencias	Emergencias: 112 Guardia civil: 062		Emisora Club: 144.175 Hz Tlf. Coordinador: 626 147 990		Guardia civil montaña: E.R.E.I.M. de Tarazona (Zaragoza) 976-199120	
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel - Piolet. La Laguna Negra, Picos de Urbión (1:25.000) • La Tienda Verde. Sierras de Urbión, Neila y Cebollera (1: 50.000) 					

MAS INFORMACION

<http://www.patrimonionatural.org/espacios-naturales/parque-natural/parque-natural-laguna-negra-y-circos-glaciares-de-urbion>

<http://www.sorianitelaimaginas.com/patrimonio/parque-natural-de-sierra-de-urbion-y-laguna-negra>

NORMAS DE SEGURIDAD. ADVERTENCIAS

- **Dado que el espacio natural que visitaremos el domingo está protegido y es necesario un permiso para poder realizar la ruta. Se requiere especial atención a no abandonar el sendero señalizado, porque puede suponer una amenaza para la flora y fauna, y riesgo de penalización para el senderista.**
- **El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**
- Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios programados estará sujeta a la decisión de los organizadores (coordinador y/o responsables de seguridad) que informarán a los participantes, antes o durante la actividad, si esta se podrá realizar o no bajo el amparo del Club.
- No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador lo indique.
- **Ningún participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los responsables de la actividad, su decisión de apartarse del programa y asumirá todas las consecuencias de su decisión.
- Todos los grupos deben contar, al menos, con mapa, brújula, altímetro (o GPS) y emisora.
- El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, protección solar,) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse.
- Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida.
- Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.
- Los participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
- Si durante la marcha algún participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los organizadores (Coordinador) o, de no ser posible, a cualquier integrante de la marcha, ya que es la única forma de poder ayudarlo antes de que se pueda producir un accidente.
- Todo participante en la marcha, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar a los organizadores cualquier incidente que observe y que, a su entender, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades, en el auxilio de cualquier integrante del grupo.
- Todo participante deberá ir provisto del material designado como obligatorio para el desarrollo de la actividad, en adecuado estado para su uso y poseyendo los conocimientos necesarios para su correcta utilización.

- **El notorio incumplimiento de estas premisas por parte de alguna participante reserva a los organizadores el derecho a denegar la participación en ella.**

LOGÍSTICA. Alojamiento. Transporte. Precio

ALOJAMIENTO

Entrada: viernes 3 de marzo de 2017. Salida: domingo 4 de marzo de 2017 (después de desayunar Albergue Cañada Real , Web: <http://www.alberguedeabejar.com/>
Habitaciones de 6 personas. El precio incluye sábanas y toallas.

El precio incluye media pensión viernes y sábado.

El Albergue Cañada Real se encuentra situado en Abejar, al noroeste de la provincia de Soria. Abejar, La Puerta de Pinares, a orillas del embalse de la Cuerda del Pozo, abre paso a los pinares de Urbión y a la cuenca inicial del Duero. El Albergue se encuentra en un edificio rehabilitado en piedra y madera que mantiene el encanto de lo tradicional y lo rústico. Tiene capacidad para 60 plazas y 10 habitaciones con baños completos



TRANSPORTE

En autobús.

Salida el viernes a las 17h30 de **Canillejas**:

<http://www.montanapegaso.com/club/punto-de-salida/28-el-club/puntos-de-salida/228-salidas-las-canillejas>

Parada a las 17h45 en **Diversia**:

<http://www.montanapegaso.com/club/28-puntos-de-salida/229-salidas-diversia>

PRECIO

Federados con licencia B o superior: **85 €**

Resto: **91 €**

El precio incluye los gastos de gestión (2€) y dos días de seguro para los no federados (3€/día)

Ver: [Protocolo de Participación en Actividades](#)

Viernes 3 de marzo	Sábado 4 de marzo	Domingo 5 de marzo
Viaje de ida en bus	Desayuno	Desayuno
Cena	Cena	Viaje de vuelta en bus
Pernocta	Pernocta	

INSCRIPCIONES

Directamente en la web del club www.montanapegaso.com a partir del 6 de febrero de 2017.

Pago: Precio total correspondiente (federado B o resto), mediante tarjeta a través de la web del club.

DE NO HACER EFECTIVA ESTA CANTIDAD EN EL PLAZO DE 2 DÍAS DESDE EL APUNTE, SE CONSIDERARÁ ANULADA LA PREINSCRIPCIÓN.

Cualquier circunstancia excepcional deberá ser autorizada por el responsable de actividades del Club.

ANULACIONES

Las condiciones quedarán sujetas al apartado 7º del [Protocolo de Participación en Actividades](#).

COORDINADOR

Ver el cartel.

COMO LLEGAR

