



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

"Montaña Palentina: Pico Murcia y Tres Provincias"

24 y 25 de febrero del 2017

CONSIDERACIONES IMPORTANTES

EL PARTICIPANTE EN LA ACTIVIDAD, AL REALIZAR LA INSCRIPCIÓN,
DECLARA:

**POSEER LA CAPACIDAD FÍSICA, TÉCNICA Y DEPORTIVA ADECUADA
PARA LA REALIZACIÓN DE LA MISMA.**

**PERSONARSE A LA MISMA PROVISTO DEL MATERIAL DESIGNADO
COMO OBLIGATORIO PARA SU DESARROLLO, EN ADECUADO ESTADO
PARA SU USO Y POSEYENDO LOS CONOCIMIENTOS NECESARIOS
PARA SU CORRECTA UTILIZACIÓN.**

EL NOTORIO INCUMPLIMIENTO DE ESTAS PREMISAS AL INICIO DE LA
ACTIVIDAD POR PARTE DE ALGÚN PARTICIPANTE RESERVA AL
COORDINADOR EL DERECHO A REHUSAR DE SU PARTICIPACIÓN EN ELLA.

DATOS DE INTERÉS

Montaña Palentina

En el norte de la provincia de Palencia, aproximadamente a 100 km de la capital, se encuentran diversas comarcas y valles conocidos bajo el amplio nombre de “la Montaña Palentina”. Limita con las provincias de León al oeste, Cantabria al norte y Burgos al este. Dentro de la cordillera Cantábrica ocupa una posición centrada, situándose al sur y relativamente cerca de los Picos de Europa. Los macizos que forman los grupos montañosos de la Montaña Palentina son: Fuentes Carrionas, La Peña, La Pernía, La Braña y La Lora.

La montaña palentina de gran valor natural, paisajístico, faunístico y botánico, esta preservado en su mayor parte bajo tres figuras de protección: Parque Natural de Fuentes Carrionas y Fuente Cobre-Montaña Palentina, Espacio Natural de Covalaguna y Espacio Natural de Las Tuerces.

Fuentes Carrionas es la comarca palentina de alta montaña por excelencia, en ella se ubican las cumbres más altas y escarpadas de la cordillera Cantábrica, además posee más de 60 cumbres que superan los 2.000 metros de altura. Las dos cumbres más conocidas, Espigüete (2.450 m) y Curavacas (2.524 m). Y otras cumbres como Tres Provincias (2.495,9 m), Pico Murcia (2.341 m) o el Pico de las Lomas (2.444 m)

Geomorfología

La Montaña Palentina presenta numerosas fallas y gran diversidad de litologías que conforman un paisaje de sorprendentes contrastes. Es un excelente conjunto geomorfológico conformado por la aparición en la superficie de brillantes rocas calizas grises junto a otro tipo de rocas como esquistos, conglomerados o pizarras. En el Cuaternario la actividad de los glaciares fue muy intensa, con numerosos circos, umbrales, valles en artesa y sistemas morrénicos que han modelado gran parte del paisaje de la montaña palentina.

Esta unificada geográficamente por su carácter accidentado, pero tradicionalmente las comunicaciones no han sido fáciles entre los distintos sectores por esta misma razón. El nombre de “Montaña Palentina” hace referencia a su pertenencia a una unidad administrativa, la provincia de Palencia, aunque la gran distancia a la capital y la diferencia con el resto de las comarcas de esta provincia la convierten en una unidad singular.

Al situarse en el borde meridional de la cordillera Cantábrica, es un espacio de transición entre dos unidades geomorfológicas: las montañas atlánticas y las llanuras de la cuenca sedimentaria del Duero.

Hidrología

Las aguas recogidas por estas montañas dan origen al nacimiento de los dos ríos cuyos valles discurren paralelos hacia el sur de la provincia: El Pisuerga, al este, y el Carrión, al oeste, que dejan reposar sus aguas en los embalses de Requejada, de Aguilar y el de Ruesga, y en los de Camporredondo y Compuerto, respectivamente, formando entre ellos la ruta turística de la Ruta de los Pantanos.

Flora y Fauna

Los hayedos y robledales albares pueblan numerosas laderas de las montañas del norte palentino, así como alamedas de álamo temblón, abedulares, encinares, sabinas albares y tejos. Destacan el pinar autóctono de Velilla al haber resistido intacto desde su origen y los tejos del valle de Tosande con una importante población de ejemplares centenarios. Es posible que la montaña palentina albergue la masa de sabinas más septentrional de Europa. Avellanedas, espino albar, endrinos, piornos, acebos y brezos son especies arbustivas de gran presencia en la montaña palentina.

La especial situación geográfica de la Montaña Palentina, a caballo entre el clima atlántico y mediterráneo, convierte esta zona en un espacio de enorme diversidad faunística. Habitan especies típicas del clima atlántico como son los picos mediano y negro, el urogallo, el gorrión alpino, el treparriscos, la liebre de piornal, la víbora de Seoane. Junto a estas habitan también otras especies de dominio mediterráneo como la culebra bastarda, el lagarto ocelado o el avión roquero. El gran protagonista de estas montañas es una especie emblemática y en peligro de extinción: el oso pardo.

Medio Humano

El territorio que denominamos Montaña Palentina está integrado por 19 términos municipales. La población total asentada en la comarca es de 25.178 habitantes según el padrón del año 2006, población que representa el 15,18% de la población provincial.

Mientras que la minería del carbón comienza a ser la actividad principal de la comarca, el sector agrario tradicional, y de forma especial la ganadería, continúa su desarrollo. Por otra parte, el aumento de la actividad económica de la comarca produce un conjunto de efectos incluidos en otros sectores, como los servicios y la construcción.

PROGRAMA

Viernes 23 de febrero:

Llegaremos en coches particulares hasta “Casa Tía Goya” en Camporredondo de Alba, donde pasaremos la noche.

Sábado 24 de febrero: Pico Murcia (2.341m)*

- Desayuno (incluido en el precio)
- Saldremos en coches hacia Cardaño de Arriba para iniciar la ruta
- Cardaño de Arriba (1.420 m) – Pico Murcia (2.341 m) – Peñas Malas (2.279m) – Coto Redondo de Hontanillas (2.108) – Cardaño de Arriba (1.420 m)

(Posibilidad de acortar la ruta)

- Vuelta a Camporredondo para cenar en Casa Tía Goya o en un restaurante de la zona (no incluido en el precio)

Domingo 25 de febrero: Tres Provincias (2495,9 m)*

- Desayuno (incluido en el precio)
- Saldremos en coches hacia Cardaño de Arriba para iniciar la ruta
- Cardaño de Arriba (1.420 m) – Pico Tres Provincias (2.495,9 m) — Cardaño de Arriba (1.420 m).
- Vuelta a Madrid

*** Las rutas podrán variar de día al sábado o el domingo en función de climatología, nivel de participantes o distinta planificación.**

MATERIAL

Para esta actividad, además del equipo básico de esquí de travesía (esquí, pieles, cuchillas y bastones) se requiere el uso de equipo para progresión invernal (crampones y piolet) y material básico de seguridad (pala, sonda y ARVA).

Se debe llevar equipo invernal ya que es posible que haya bajas temperaturas. El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, crampones, piolet,...), dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse puede elevar el riesgo de la actividad considerablemente tanto para la persona carente de él, como para los demás participantes. Por seguridad, ante posibles imprevistos es aconsejable llevar frontal.

ALOJAMIENTO

Casa Tía Goya

La Casa Tía Goya consta de Hostal, Cafetería y Mesón. Situado en Camporredondo de Alba (Parque Natural de Fuentes Carrionas), dentro de la Ruta de los Pantanos.

Servicios: Dispone de 6 habitaciones, 2 dobles, 2 de matrimonio y 2 triples, todas con baño. Salón social con chimenea, Tv Color, Mesa de Juegos, salón de desayunos y cocina para alquiler como Casa completa, desde 7 a 14 plazas. Además de Residencial, dispone de un Mesón de montaña con una gran variedad de platos caseros y raciones (el codillo asado, las chuletillas, chuleta o chuletón, la trucha de Velilla del río Carrión y la lubina o la dorada, chipirones plancha, cangrejos de río, embutidos de caza...) Para los desayunos dispone de Cafetería.

Término municipal: Camporredondo de Alba

Propiedad/ gestión: Privada

Dirección postal: Las Heras, 7, 34886 Palencia (Camporredondo de Alba)

Teléfono/fax: 979.866.032

Email y web: tiagoya@hotmail.com <http://casatiagoya.com>

Temporada: Abierto todo el año

Nº Plazas: 7-14

PRECIO

- Federados con licencia B o superior: 46 €.
- Resto: 52 € (incluye seguro 6 €/día).

El total a abonar al club incluye: gastos de gestión, dos días de seguro (no federados) y los siguientes servicios:

Viernes 8	Sábado 9	Domingo 10
	Desayuno	Desayuno
Alojamiento Casa Tía Goya	Alojamiento Casa Tía Goya	

La cena del sábado no está incluida en el precio, pudiendo cenar en el mismo alojamiento Casa Tía Goya por 13 euros adicionales o en cualquier otro restaurante típico de la zona (dependerá de horarios de apertura y planificación de las actividades)

TRANSPORTE

En vehículo particular. El coordinador de la salida recogerá información sobre disponibilidad de vehículos y facilitará dicha información a los inscritos que quieran compartir los vehículos para que ellos mismos se pongan en contacto.

Las normas de utilización de vehículos particulares son las establecidas en el apartado 6 de las *"Normas de participación en las actividades del Grupo de Montaña Pegaso"* (http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf).

INSCRIPCIONES

En la web www.montanapegaso.com a partir del 6 de febrero a las 00:00h

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.

Coordinador: Helena Carbajosa y Cristina Mínguez (correo electrónico: helena.carbajosa@gmail.com y crisolita@telefonica.net)

El hecho de realizar la reserva conllevará implícito que el participante declara tener la capacidad física, deportiva y técnica adecuada para la realización de la actividad.

ANULACIONES

Las condiciones de anulación quedarán sujetas al Apartado 7 las "Normas de participación en las actividades del Grupo de Montaña Pegaso"

(http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf).

Descripción de Itinerarios

Sábado 24 de febrero: Pico Murcia (2341 m)

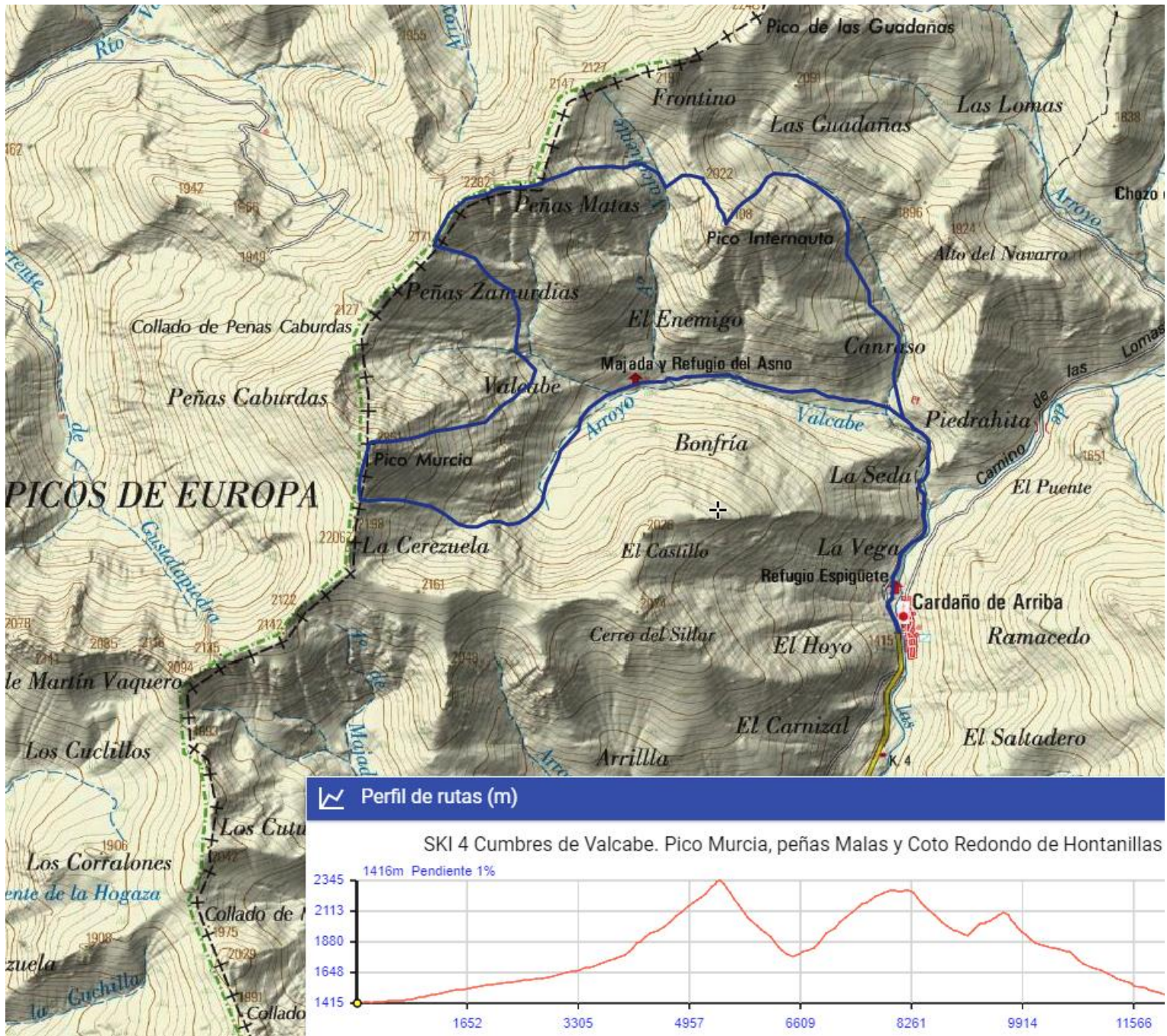
El Pico Murcia (2.341 m) es una de las mayores elevaciones de la Montaña Palentina, en las estribaciones de la cordillera Cantábrica (macizo de Fuentes Carrionas). Está situado junto al Espigüete, en la localidad de Cardaño de Arriba en el término municipal de Velilla del Río Carrión.

Dificultad (escala Blachère):	EB S3
Distancia:	13,22 Km
Desnivel:	+1.616 m, -1.616 m
Tiempo estimado:	De 7:00 a 10:00 horas

La ruta más habitual para su ascensión parte de la localidad palentina de Cardaño de Arriba. Desde aquí, la distancia recorrida es de 6 km, y se salva un desnivel de 1.144 m.

Para nuestra ruta, un poco más completa, la planificación del itinerario incluye las cumbres de Valcabe (Pico Murcia, peñas Malas y Coto Redondo de Hontanillas). Pero dependiendo del día, de las condiciones de la nieve y de los participantes, se acortará la ruta o se realizara completa.

Por cualquiera de las rutas, desde su cima se pueden apreciar vistas del Espigüete, el circo glaciar de Cardaño, las montañas de Riaño y los Picos de Europa. En el alto se encuentran un vértice geodésico y un buzón.



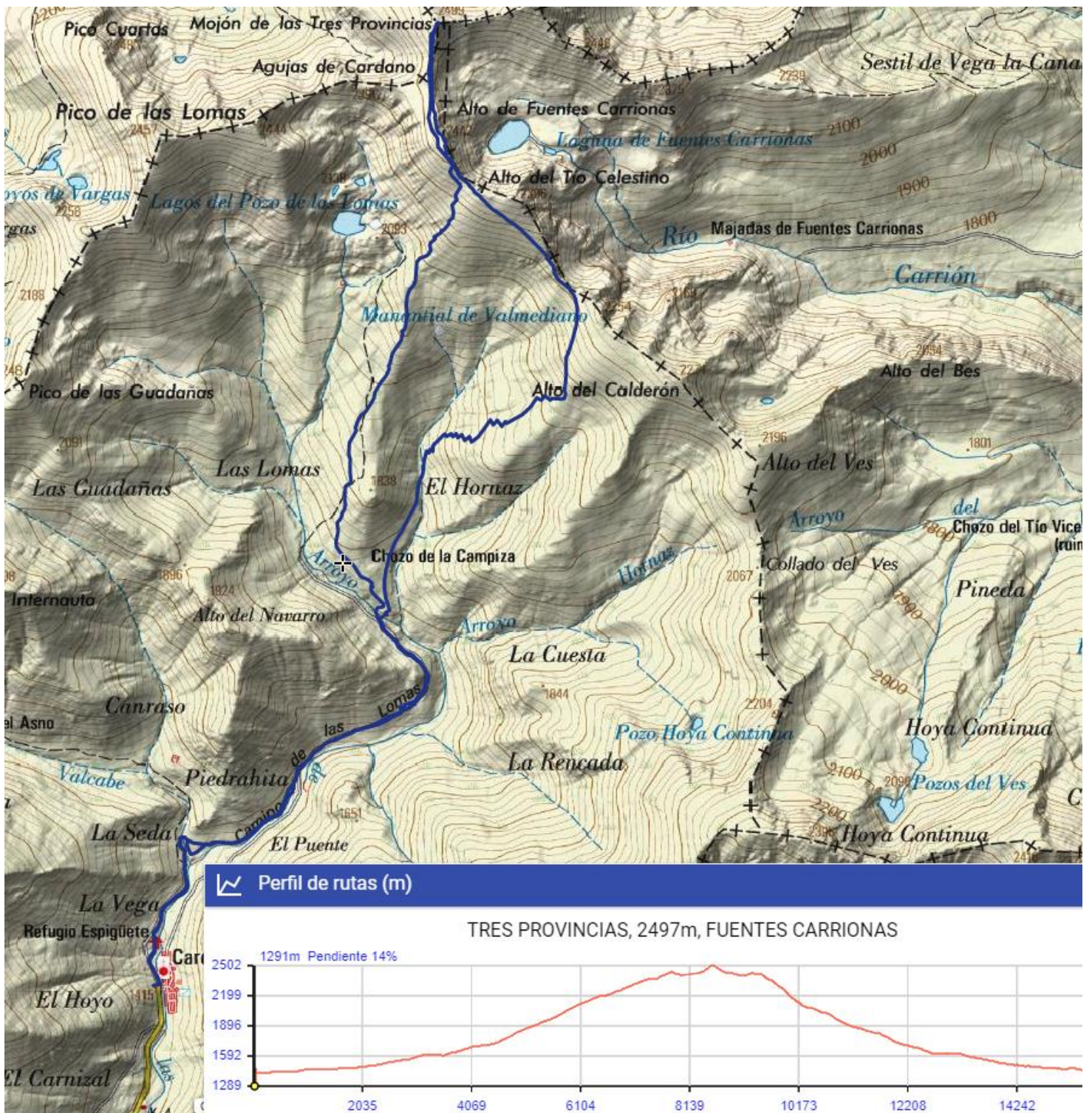
Domingo 25 de febrero: Pico Tres Provincias

Pico Tres Provincias (2.495,9 m) es otra de las mayores cimas del eje de la cornisa Cantábrica, superada por los cercanos Peña Prieta (2.536 m), Monte Infierno (2.530 m) y el más alejado pero visible Curavacas (2.525 m)

Dificultad (escala Blachère):	EB S3
Distancia:	16,27 Km
Desnivel:	+1 260 m, -1.260 m
Tiempo estimado:	De 6:00 a 8:00 horas

Su cima se encuentra a (2.495,9 m) y en ella hay un buzón. La más corta y habitual ruta de ascensión al Tres Provincias, comienza en el pueblo de Cardaño de Arriba (Palencia) atravesando el lago de las Lomas y las Agujas de Cardaño.

Son de reseñar las vistas panorámicas sobre los Picos de Europa y gran parte de la cordillera Cantábrica. Hacia el este se encuentra, en tierras palentinas, la hermosa laguna de Fuentes Carrionas y el imponente Curavacas, y los valles del río Cardaño y del río Carrión. Hacia el oeste, ya en tierras leonesas, una enorme y variada extensión de montañas muestra los más altos montes de los valles de los ríos Cares, Esla, Porma, Curueño, Torío, Bernesga y Luna. Se observan los cercanos Picos de Europa, el pico Yordas, Peñas Pintas y el macizo del Mampodre. En días de buena visibilidad se llega a observar Peña Ubiña ubicada más allá del puerto de Pajares a unos 80 km, sobre la línea del horizonte.



RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS:

- **No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador de la salida.**
- Para esta actividad, además del equipo básico de esquí de travesía (esquí, pieles, cuchillas y bastones) se requiere el uso de equipo para progresión invernal (crampones y piolet) y material básico de seguridad (pala, sonda y ARVA).
- Se debe llevar equipo invernal ya que es posible que se den bajas temperaturas. El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, crampones, piolet,...), dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse puede elevar el riesgo de la actividad considerablemente tanto para la persona carente de él, como para los demás participantes. Por seguridad, ante posibles imprevistos es aconsejable llevar frontal.
- Se recomienda llevar emisoras en la banda de 446MHz (la más habitual para uso doméstico).
- Consultar previsión meteorológica el día anterior a la salida.
- Ningún participante debe separarse de los grupos. Si, voluntariamente, así lo hiciera debe comunicar esta decisión al coordinador de la actividad.
- En cada grupo se debe contar al menos con mapa, brújula o GPS y emisora.
- 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.
- **El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**