



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

Título de la actividad: SIERRA GORDA, CENTENERA

25 de noviembre de 2023



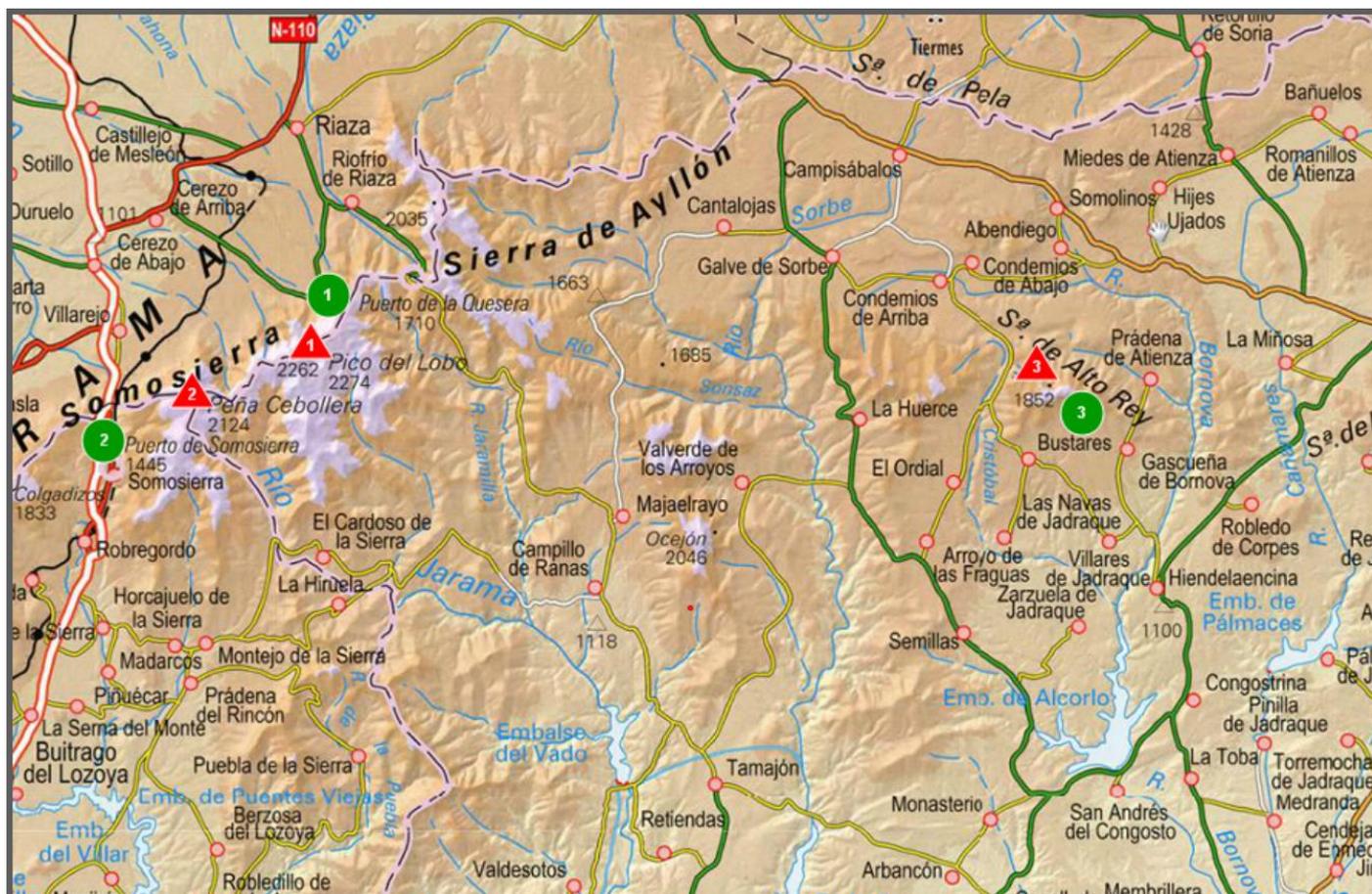
¡IMPORTANTE: Dada la época del año, es OBLIGATORIO llevar frontal con pilas cargadas y de repuesto!

CONTEXTO GEOGRÁFICO

El Pico Centenera y la Cuerda de la Peñita se encuentra en el sur de la **sierra de Ayllón** o **macizo de Ayllón** que es una cadena montañosa de la península ibérica, perteneciente al Sistema Central, del que constituye una de sus estribaciones más orientales. Está situada entre las provincias españolas de Guadalajara, Segovia y Madrid. La sierra consta de un espacio natural protegido dentro de la red Natura 2000 como Lugar de Importancia Comunitaria y Zona de Especial Protección para las Aves, localizado en el noroeste de la provincia de Guadalajara en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha. El espacio natural de Ayllón ocupa el macizo paleozoico de la sierra de Ayllón, en la provincia de Guadalajara, incluyendo el núcleo principal, cuya cumbre más elevada es el Pico del Lobo (2269 m), y las Sierras de la Concha (1865 m), Pico Ocejón (2048 m) y Alto Rey (1852 m).

La sierra de Ayllón es el extremo oriental del Sistema Central, donde resulta dominante el piso bioclimático Supramediterráneo, con notables representaciones del piso oromediterráneo y zonas puntuales del criomediterráneo. El macizo se elevó durante la orogenia alpina, teniendo un relieve muy quebrado, con abruptas pendientes y una complicada y densa red hidrográfica. Linda al oeste con las sierras de Somosierra y del Rincón, al este con las de Pela y Alto Rey, al norte con la meseta Norte y al sur con la Campiña de Guadalajara.

De sus montañas nacen los ríos Jarama y Sorbe, así como otros menores como el Jaramilla, Berbellido, Sonsaz o del Ermito. En sus valles crecen los hayedos más meridionales de Europa — Tejera Negra, La Pedrosa y Montejo—, sin faltar en su flora el chaparro, roble y el pino silvestre. Entre su fauna se encuentran lobos, buitres y pequeños mamíferos. La parte de la sierra en la provincia de Guadalajara se encuentra dentro del parque natural de la Sierra Norte de Guadalajara y en buena parte de su territorio se extiende la Reserva de Caza de Sonsaz.



MORFOLOGÍA

La Sierra de Ayllón es el extremo oriental del Sistema Central. Está formada en su mayoría por macizos silíceos dominados las pizarras, cuarcitas y gneises. A la **importante biodiversidad** de la zona hay que añadirle su **gran valor paisajístico**, ya que incluye paisajes de montaña únicos en Castilla-La Mancha por sus características excepcionales y elevada naturalidad.

GEOLOGÍA

Los materiales que afloran son fundamentalmente pizarras y cuarcitas del ordovícico y silúrico, con afloramientos, en algunas zonas El Cardoso, Hiendelaencina, etc, de gneis precámbricos; La evolución geológica de la sierra viene marcada por dos grandes plegamientos: por un lado, la orogenia herciniana, hacia el Silúrico, cuando se forman cordilleras en toda la Europa occidental mediante enormes masas magmáticas que dan lugar a rocas graníticas, gneises y pizarras, principalmente, y la erosión del agua marina que por entonces ocupaba gran parte de la península ibérica; por otro lado, la orogenia alpina desde el período Terciario que volvió a elevar las cordilleras del sistema Central y cuando se establece la red hidrográfica actual formando los valles y las siluetas de las montañas.



CLIMA

El clima de montaña está marcado por dos factores fundamentales: por un lado, la latitud, marcando el carácter mediterráneo con veranos calurosos y escasos en precipitaciones; por otro lado, la orientación del macizo provoca la intercepción de las borrascas de origen atlántico trayendo consigo una mayor pluviosidad en las laderas septentrionales que en las meridionales.

Este segundo factor, unido a que las laderas norte reciben menor cantidad de luz solar y, por tanto, mantienen menor temperatura, da lugar a que se acumule mayor cantidad de nieve en invierno en éstas que en las meridionales.

Las mayores precipitaciones se producen en invierno, normalmente en forma de nieve, coincidiendo con el verano una larga época de sequía. Anualmente se llega a recoger entre unos 800 y 1000 mm de media.

Los meses más fríos corresponden con los centrales del invierno, diciembre y enero, y en aquellas épocas en las que se acercan olas de frío de Europa Central que provocan intensas nevadas hasta alturas relativamente bajas. La temperatura media mínima alcanzada en invierno se sitúa en torno a los 2 o 3 °C en los valles; la temperatura media máxima es alcanzada en los meses de julio y agosto en torno a los 15 °C. La amplitud térmica en épocas otoñales y primaverales puede llegar a ser muy amplia, con días agradables y noches extremadamente frías en algunos casos, agudizándose en el fondo de los valles. El número de días con helada varía entre los 50 y 150 según se encuentre en la ladera meridional o septentrional.

FLORA

La vegetación más extendida en esta sierra es el matorral, debido a los efectos de la ocupación humana (pastoreo y corta de leña). En función de las condiciones ecológicas, domina el paisaje los brezales en las zonas más húmedas y elevadas y los jarales en las zonas más secas y basales. Muchos son los tipos de vegetación que se pueden encontrar, si bien los bosques no son muy extensos por la incesante mano del

hombre que durante siglos ha ido obteniendo leña y carbón vegetal y ha ido abriendo pastos para la ganadería, en su mayoría trashumante

Se pueden encontrar distintas vegetaciones establecidos en tres pisos bioclimáticos: uno mesomediterráneo por debajo de los 1000 m y que domina la encina; otro supramediterráneo entre los 1000 y los 2000 m donde predominan los robles y, en según qué zonas, las hayas, y otro oromediterráneo por encima de los 2000 cubierto por piornos, brezos, jaras, estepas y enebros, principalmente.

FAUNA

La caza ha sido incesante en la sierra de Ayllón desde tiempos ancestrales, lo que ha provocado la desaparición en la zona de varias especies como el oso, que estuvo presente seguramente hasta el siglo XVIII, o el lobo, presente hasta los años sesenta del siglo XX y que en los años 2000 parece que vuelve a tener presencia en el macizo. Hoy la Reserva Nacional de Caza de Sonsaz, que extiende sus 68.106 ha. por gran parte de la sierra, y los hayedos de Tejera Negra y de Montejo, son perfecto refugio de la fauna salvaje de la zona. Según la situación en el macizo se pueden encontrar distintas especies animales:

- En las zonas de ribera los anfibios e insectos abundan por doquier y con ellos pequeñas aves como el mirlo acuático, el ruiseñor y el martín pescador. Si el caudal del río es constante se pueden observar nutrias.
- Entre encinas y sabinas destaca el conejo, presa de diversas rapaces. También se encuentran en estas zonas otras aves como la abubilla, la paloma torcaz, la perdiz y el rabilargo.
- En media montaña entre robles y pinos habitan abundantes aves tales como el pinzón, el carbonero, el herrerillo, el reyezuelo trepador, el picapinos y el arrendajo. También para mamíferos como el corzo, el jabalí y el zorro, que se adaptan igualmente a otras zonas de la sierra. La media montaña también es propicia para los animales nocturnos como el gato montés, el tejón y la garduña; y aves como el cárabo, el autillo y el búho real.
- En las partes altas la chova, el cuervo, la collalba, el acentor y el roquero, así como el buitre leonado y el águila real en las zonas más rocosas.

Entre los insectos cabe destacar la gran diversidad que de los mismos existe en el macizo de Ayllón. Numerosas especies de lepidópteros, coleópteros, himenópteros y dípteros se pueden observar en toda la sierra, algunos de ellos autóctonos y exclusivos de la zona.

OTROS VALORES ETNOGÁFICOS, HISTÓRICOS O CULTURALES

Las montañas de la sierra de Ayllón están pobladas desde tiempos ancestrales. Arévacos por el este, vacceos por el norte y carpetanos por el sur, a los que siguieron celtas y celtíberos poblaron los valles de la sierra atraídos por la caza y las posibilidades ganaderas así como por el aislamiento que proporcionaban sus montañas permitiéndoles una mejor supervivencia ante los pueblos vecinos.

Desde los siglos III o II a. C. permanecieron en la zona los romanos. La crisis del Imperio en el siglo III provoca que la población de la zona se concentre en las grandes villas latifundistas localizadas en las zonas de Riaza, Atienza y Cogolludo en régimen de autarquía. Sin embargo, los pobladores del macizo de Ayllón, debido al aislamiento de la zona, prácticamente continuaron con su vida invariable. El asentamiento de

los visigodos en el siglo VI en la península ibérica, que continúan con las estructuras feudales del Bajo Imperio romano, no afectaría a la forma de vida ni al asentamiento poblacional en la sierra de Ayllón, permaneciendo así hasta la llegada de los musulmanes a la península ibérica en el siglo VIII.

Durante los primeros siglos de dominio musulmán se mantuvieron las prácticas pastoriles y ganaderas de la zona hasta el siglo XI, fecha de la llegada de la conquista cristiana al Sistema Central, convirtiéndose así la sierra de Ayllón en frontera entre el reino cristiano de Castilla al norte y el musulmán Taifa de Toledo al sur. Este hecho conlleva una creciente inestabilidad en todo el Sistema Central lo que provoca la despoblación de la zona y la emigración de la población a las mesetas del norte y del sur de las montañas de Ayllón.

Con la conquista en el año 1085 por parte de Alfonso VI de lo que a partir de entonces se llamaría la Extremadura Castellana y el consecuente traslado de la frontera de lucha a las riberas del río Tajo, se volverían a repoblar desde entonces y hasta finales del siglo XIII con castellanos, leoneses y gallegos los valles del macizo de Ayllón con gente nuevamente ganadera. Muchas de las antiguas tinadas fueron reconvirtiéndose en pequeñas aldeas con población permanente que mantuvieron las formas de vida de antes de la despoblación. La repoblación monástica fue concedida por Alfonso VIII en 1164 y corrió a cargo de los caballeros Templarios de la casas de Albendiego y Bonaval, que fundaron pequeños monasterios como el de Santuy.

La creación en 1214 de un convento y una fábrica en Ayllón por parte de Francisco de Asís daría fuero a la villa y concediéndole como Común de Tierra lo que hoy se conoce como Tierras de Ayllón, de ahí el nombre que recibe toda la sierra que nos ocupa por ser gran parte de esta perteneciente a la Comunidad de Villa y Tierra de Ayllón. Así pues con la creación de las Comunidades de Villa y Tierra los distintos pueblos que volvían a reflorar por sierra de Ayllón quedarían repartidos en varias de éstas: los términos de El Cardoso de la Sierra, Colmenar de la Sierra, El Vado, la zona de las Cebolleras Vieja y Nueva, Somosierra, Santo Tomé del Puerto y los Cerezos quedaron bajo la jurisdicción del Común de Villa y Tierra de Sepúlveda, que pasaron durante el siglo XIV en buena parte a la familia de los Mendoza, dentro del marquesado de Montesclaros desde el siglo XV, de cuyo hecho aún perdura una casa entre El Cardoso y Colmenar; la zona entre la sierra del Ocejón y los ríos Jaramilla y Berbedillo llegando al sur hasta Almiruete quedaron incluidos dentro del Común de Villa y Tierra de Ayllón, en manos del marqués de Villena; Riofrío y Hontanares bajo la jurisdicción de la de Fresno de Cantespino; desde la sierra del Ocejón y el río Sorbe hacia el este, incluyendo el término de Valverde de los Arroyos, queda en la jurisdicción del Común de Villa y Tierra de Atienza, y más tarde, hacia el siglo XIV, se incluirían en el recién creado condado de Galve, en mano de los Zúñiga y, después, de los Mendoza y de los duques de Alba; el sur del macizo en los términos de Valdepeñas, Tortuero y Valdesotos quedó bajo la jurisdicción del Común de Villa y Tierra de Uceda, controlado desde 1249 por Sancho de Castilla, arzobispo de Toledo e hijo del rey Fernando III; Tamajón quedaría como tierra de realengo formando jurisdicción propia.

Bajo esta organización señorial permanecería la organización política de la zona, con sus perceptibles variables que se dan con el tiempo, hasta la abolición de los señoríos en el siglo XIX en favor de la visión provincialista que empezaba a imponerse. Mientras tanto, la vida en las montañas de Ayllón seguía el mismo curso que desde tiempos ancestrales. La paz de estas tierras sólo se vio salpicada por la guerra contra el Imperio Napoleónico francés entre 1808 y 1810 cuando el macizo de Ayllón fue escenario de batallas por el dominio de los pasos de sierra.

Durante la Ley de Desamortización impulsada por Juan Álvarez Mendizábal en 1836 se pusieron en venta los bienes comunales, que eran muchos en la zona, y comienza con ello la primera decadencia económica y demográfica de la sierra de Ayllón en la Edad Contemporánea. Es en esta época cuando se despueblan aldeas como Pedehuste, La Mata de Robledo, El Bustar, Pinarejo o Catar de Pie Mediano, de las cuales tan sólo quedan algunos vestigios o tainas aisladas en medio de la montaña.

El Plan Nacional de Estabilización Económica de 1959 y su consecuente desarrollo industrial hace que durante la década de los 60 la comarca pierda casi la mitad de su población por la emigración de esta a las grandes áreas metropolitanas en crecimiento, principalmente las de Madrid, Barcelona y Bilbao. En los años 70 se produce una segunda oleada de emigración a Madrid, Guadalajara y Segovia, principalmente, que deja muchos de los pueblos deshabitados. En estas nuevas oleadas de despoblación la construcción de los embalses de El Vado y Matallana (las obras este último nunca llegaron a ejecutarse) hizo desaparecer del mapa los dos pueblos que le dan nombre, mientras que las difíciles condiciones de vida, la falta de prosperidad económica por la condición de aislamiento de la zona y las obligadas expropiaciones forzadas por las repoblaciones forestales, son las causas de que otros como Umbralejo, La Vereda o La Vihuela también perdiesen su población. En cuanto al resto de los pueblos de la zona la pérdida de habitantes es continuada, aunque bien es cierto que se produce en algunas zonas una estabilización poblacional debido principalmente al turismo rural en algunos de sus municipios, que da cierto aire, aunque escaso, de prosperidad económica en la sierra de Ayllón.

Por las condiciones de vida en un clima de alta montaña la población en la zona siempre ha sido escasa, si bien hoy en día, y desde hace décadas, sufre, además, el problema de la despoblación. Tanto es que el 0,8 hab/km² de densidad de población aproximada de la zona es de los más bajos de Europa, repartiéndose en el corazón de la sierra casi 900 km² entre menos de 800 habitantes.

La sierra de Ayllón se extiende por los siguientes municipios englobando a sus diversas poblaciones y despoblados:

En los pueblos situados en el corazón la sierra de Ayllón, así como en los de las vertientes este y sur, se desarrolla la llamada arquitectura negra, un tipo de construcción a base de pizarra negra, abundante en toda la sierra de Ayllón, que le da un tono negruzco a los pueblos de la zona. En la vertiente norte es más común la arquitectura roja, llamada así por el tono rojizo de sus construcciones a base de mezclar arcilla y pizarra.

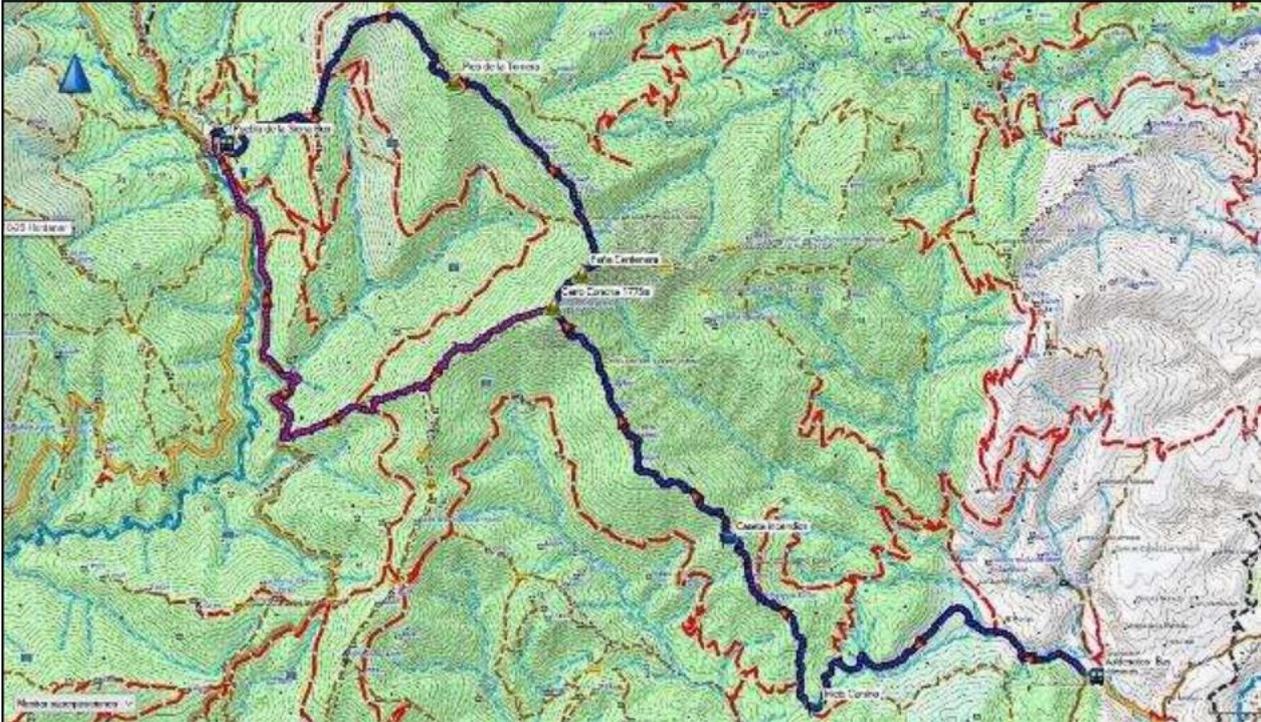
Existe población, aunque escasa, en esta zona desde tiempos ancestrales y siempre dedicada a las labores de caza. De hecho, el origen de muchos de pueblos tales como El Cardoso de la Sierra, El Bustar o Catar de Pie Mediano (hoy desaparecido) está en el asentamiento de los llamados *gentes de armas*, es decir, cazadores, en distintos lugares que les permitiese dar caza a la presa en batida.

La ganadería caprina, bovina y vacuna ha sido otro de los sectores económicos importantes de la zona. Este fenómeno dio lugar a la aparición de un tipo de construcción propia de la zona, la taina, muchas veces agrupadas en teinadas, dando lugar, en algunas ocasiones, al origen de poblaciones tales como Roblelacasa, Majaelayo o Valverde de los Arroyos.

Hoy en día son dos los motores económicos principales en la zona. Por un lado las jubilaciones, debido a la alta edad media de sus habitantes. Por otro lado se encuentra el turismo, sobre todo en los pueblos que circundan el pico Ocejón y en la zona de Riaza. Numerosos alojamientos rurales, rutas senderistas y montañistas por montañas y bosques y la estación de esquí de La Pinilla son sus principales atractivos turísticos. Si bien, esto no es generalizado, y en las zonas donde escasea el turismo, bien por su aislamiento, bien por su deficiente comunicación, como es el caso del término de El Cardoso de la Sierra, la despoblación es todavía más acusada que en las zonas más turísticas.

La sierra de Ayllón es una de las zonas peor comunicadas del centro de España, incluso dentro de sí. Tradicionalmente los caminos y sendas entre las montañas han sido el medio principal de comunicación entre los pueblos del macizo y de éstos con los valles que lo rodean. Hoy, la abrupta orografía da lugar a estrechas carreteras y pistas forestales, sin otros medios de transporte posibles

Descripción de los itinerarios



Ruta Corta:

Parte Común de las dos marchas hasta el Cerro Concha.

Le excursión transcurre por uno de los parajes más desconocidos de la sierra, entre Guadalajara y Madrid. Tanto la marcha corta como la larga comienzan en el pueblo guadalajareño de Valdesotos (834 m.).

La marcha parte del aparcamiento de autobuses que hay a la entrada de Valdesotos. Se atraviesa el pueblo, y se continua por pista, sin desviarse en ninguna bifurcación, durante unos 5 km, para, en una fuerte curva de la pista (1018 m.), tomar una marcada senda que sale a la derecha (N.). La senda lleva hasta el cerro El Palancar (1273 m.), donde encontramos una pista y una caseta de vigilancia de incendio; se sube hasta la caseta por una escalera, y se continua unos metros por la loma, por una senda poco clara, hasta volver a encontrar el camino más ancho que sube la loma de la Sierra Gorda, hasta alcanzar el Cerro Concha (1764 m.). A partir de aquí las marchas se separan.

Aunque ambas rutas tienen una distancia similar en cuanto a kilómetros, pero la opción larga, aparte de tener que subir una segunda cima, tiene la dificultad añadida del tramo de cresta que discurre entre La Centenera y la Tornera, donde el paso por su cresta puede resultar complicado, sobre todo con terreno húmedo, al tratarse de una pedrera bastante agreste de pizarra.



Opción Corta. Cerro Concha- La Horcajada- La Puebla.

Al llegar a Cerro Concha tomaremos el sendero que sale a la izquierda (S.O) para bajar, siguiendo Loma Concha, hasta los 1650 m., lugar donde la loma se divide en dos ramales; la senda más evidente toma hacia la izquierda, (S.E) en dirección a Los Picos de Mataespesa; **nosotros sin embargo debemos continuar de frente (S.O) por El Lomillo**, bajando por un terreno con abundante matorral, donde la senda se desdibuja en algunas ocasiones, hay que estar atento para no perderla. En una media hora de bajada se llega hasta La Horcajada, un collado a 1200m por el que pasa el GR-88 en su etapa del Atazar a la Puebla. Tomamos el sendero en dirección N. derecha para después de un bonito recorrido de llegar a La Puebla.

RECORRIDO. Distancias. Tiempos. Perfil altimétrico.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel parcial		Tiempo parcial	Tiempo a inicio
			Subidas	Bajadas		
Inicio: Valdesotos	834 m	0 km	-	-	-	0'
Camino	1018 m	5 km	241 m	64 m	1h 40'	1h 40'
Cerro Concha (1764 m)	1764 m	11,2 km	1121 m	198 m	3h 10'	4h 50'
La Horcada	1201 m	14,7 km	1150 m	789 m	1h 75'	6h 25'
Final: La Puebla de la Sierra	1145 m	19,0 km	1286 m	969 m	1h 25'	7 h 50'

1.765 m



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD:

Horarios ruta 	7h 50' horas (Tiempo estimado sin paradas) Orto: 8:15. Ocaso: 17:50		
Distancia y desniveles	 19 km	 + 1286 m	 - 969 m
Tipo recorrido	 Travesía		
Dificultad	Física	ALTA	Técnica MEDIA
M	2	<ul style="list-style-type: none"> Paso de torrentes sin puentes 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 	
I	2	Exige la identificación de los cruces de caminos correctos	
D	3	Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares	
E	3	Mas de 7 horas de marcha efectiva	
Perfil del participante	Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio	Botas de montaña, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua suficiente.		
Material recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva, algo de comida, gafas de sol, bastones, protección solar, teléfono, frontal, manta térmica.		
Teléfonos emergencias	Emergencias: 112 Guardia Civil: 062	Emisora Club: 143,925MHz Coordinador: 60613332 y 630129821	Guardia Civil de montaña: SEREIM Puerto de Navacerrada: 918521012 y 918521912
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> Sierra de AYLLON Y OCEJON 1:50000 		

¡IMPORTANTE: Dada la época del año, es OBLIGATORIO llevar frontal con pilas cargadas y de repuesto!

Ruta Larga:

Opción Larga. Cerro Concha- Centenera- Tornera- La Puebla.

Desde Cerro Concha giraremos a nuestra derecha, para en suave ascensión, llegar al Pico Centenera (1809 m.). Continuaremos por la cresta poco más de 200 metros para girar a nuestra izquierda y descender hasta el Collado de las Portilladas (1655 m.), por una senda estrecha que discurre entre rocas y matorral.



En las Portilladas comienza la cresta. Aunque solo tiene poco más de un km y no hay pasos difíciles ni expuestos, la travesía resulta laboriosa y dura, y a que transcurre por un terreno rocoso y abrupto donde en varias ocasiones hay que hacer uso de las manos. En algunos momentos puede ser conveniente abandonar la parte alta de la cresta y bajar un poco, pero, contra lo que a veces parece, cuanto más se baja más incómodo se hace el trayecto, ya que a la roca se añade el matorral.

Una vez terminada la cresta todavía queda subir una fuerte pendiente hasta llegar al pico de La Tornera (1865 m.). Continuaremos la cuerda unos 600 ms. al llegar a un primer collado (1698 m.) nos desviaremos a nuestra izquierda, para tomar una senda que sale en dirección S.O, que desciende hacia cabeza Minga (1623 m.) y La Torrecilla (1465m.), donde giraremos a nuestra derecha, siempre por la misma senda, hasta llegar a Puebla de la Sierra (1145 m.).



RECORRIDO. Distancias. Tiempos. Perfil altimétrico.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel parcial		Tiempo parcial	Tiempo a inicio
			Subidas	Bajadas		
Inicio: Valdesotos	834 m	0 km	-	-	-	0'
Camino	1018 m	5 km	241 m	64 m	1h 40'	1h 40'
Cerro Concha	1764 m	11,2 km	1121 m	198 m	3h 10'	4h 50'
Tornera (1854)	1854 m	9,2 km	1458 m	443 m	2h 65'	7h 15'
Final: La Puebla de la Sierra	1145 m	19,6 km	1493 m	1176 m	1h 35'	8h 50'

1.858 m



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD:

Horarios ruta 	8h 50' horas (Tiempo estimado sin paradas) Orto: 8:16. Ocaso: 17:50		
Distancia y desniveles	 19,6 km	 + 1493 m	 - 1.176 m
Tipo recorrido	 Travesía		
Dificultad	Física	ALTA	Técnica ALTA
M	3	<ul style="list-style-type: none"> Paso de torrentes sin puentes Existencia de pasos en el que es necesario el uso de las manos 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 Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0°C En algún tramo del recorrido, la existencia de fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes, aumentaría considerablemente la dificultad del itinerario (niebla, calor, viento ...) El itinerario, en algún tramo, transcurre fuera de traza de camino y por terreno enmarañado o irregular que dificultaría la localización de personas. 	
I	3	Exige la identificación de accidentes geográficos y de puntos cardinales	
D	4	Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares. En algunos tramos puede ser necesario el uso de manos.	
E	4	Mas de 8 horas de marcha efectiva	
Perfil del participante	Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio	Botas de montaña, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua suficiente.		
Material recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva, algo de comida, gafas de sol, bastones, protección solar, teléfono, frontal, manta térmica.		
Teléfonos emergencias	Emergencias: 112 Guardia Civil: 062	Emisora Club: 143,925MHz Coordinador: 606133332 y 630129821	Guardia Civil de montaña: SEREIM Puerto de Navacerrada: 918521012 y 918521912
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> Sierra de AYLLON Y OCEJON 1:50000 		

¡IMPORTANTE: Dada la época del año, es OBLIGATORIO llevar frontal con pilas cargadas y de repuesto!

NORMAS DE SEGURIDAD Y ADVERTENCIAS

- **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 ayudarle 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 algún participante otorga a la organización el derecho de excluirle de participar.**

LOGÍSTICA. Transporte. Precio. Inscripciones

TRANSPORTE

En autobús.

Los siguientes horarios son orientativos y pueden variar sustancialmente en función de las condiciones meteorológicas existentes o de otros incidentes que se puedan presentar.

- Salida de Plaza de Castilla: 7:30 (Deposito del Canal)
- Salida de Canillejas (C/ Alcalá 634): 7:45
- Salida de La Garena (Alcala de Henares): 8:00
- Inicio de las marchas: 9:00
- Finalización de las marchas: 18:00
- Llegada a Madrid (Plaza de Castilla): 19:30

Se estará en el autocar con, al menos, 15 minutos de antelación sobre la hora prevista de regreso.

PRECIO

- Federados (con Licencia A o superior) **15€.**
- Otros. (Incluye seguro 3€/día) **18€.**

Los colaboradores y coordinadores tendrán un **descuento de 3€ sobre el precio correspondiente.**

INSCRIPCIONES

Directamente en la [web del club](#). A partir del **12 de Noviembre de 2023.**

PAGO: Precio total mediante tarjeta a través de la web del club.

De no hacerse efectiva esta cantidad en el plazo de 6 horas posteriores al apunte, la inscripción se considerará anulada.

ANULACIONES

Las condiciones de anulación son las definidas en el apartado 7º del Protocolo de Participación en Actividades.

COORDINADOR

Jose Luis Sanchez Gil (606133332) jlsanchezgil@gmail.com

Jesus Millán Torralba (630129821) jmillan1965@gmail.com