



## Quinta Etapa

Recorriendo el Sistema Central

Desde el Puerto de Cotos a Dehesas de Cercedilla

Sábado 25 de abril de 2015



### SITUACIÓN:

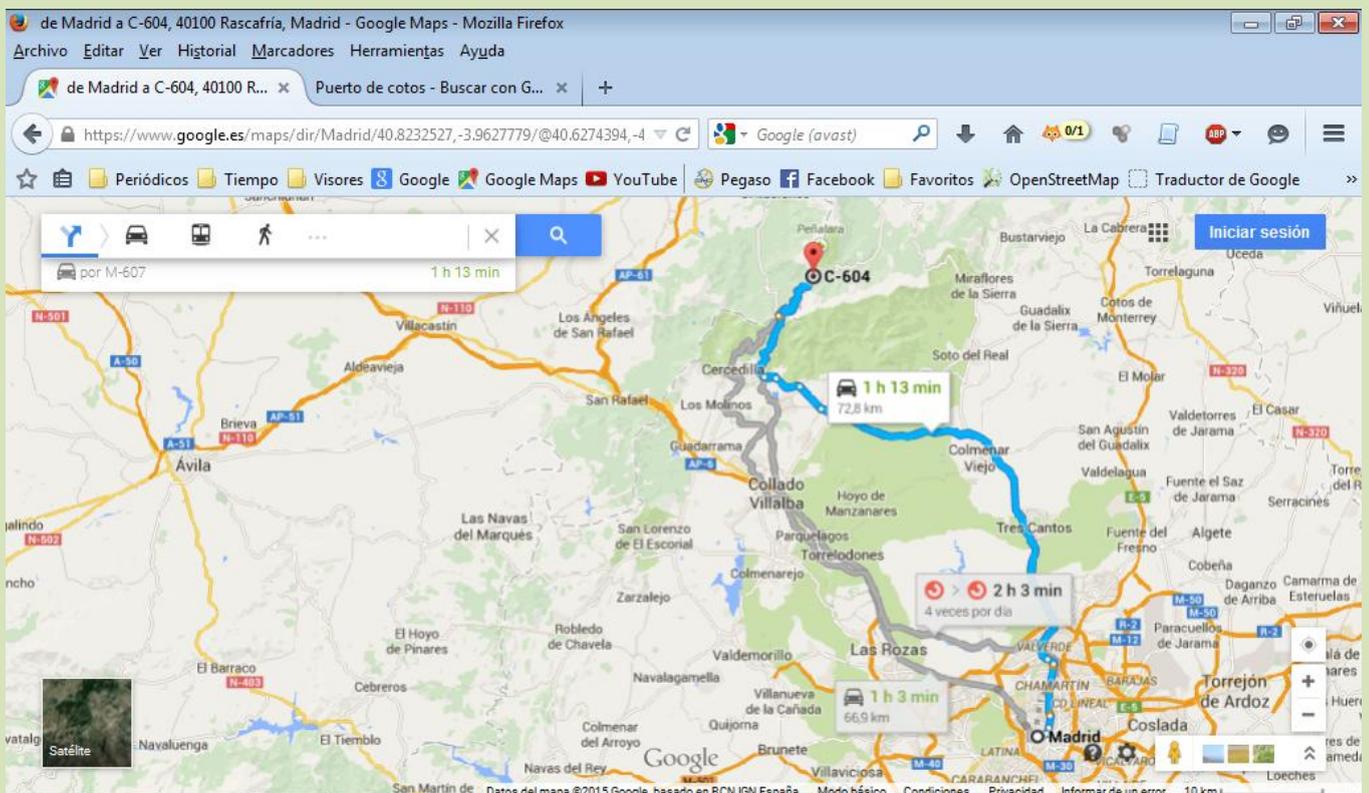
- **Unidad:** Sistema Central – Guadarrama
- **Poblaciones más cercanas:** Puerto de Navacerrada, Cercedilla.

### CARTOGRAFIA:

- **IGN:** 508 I. "Camorritos". E/1:25.000 MTN  
508 II. "Puerto de Navacerrada". E/1:25.000
- **Desnivel** Sierra de Guadarrama - 1:50.000

### ACCESO:

Desde Madrid nos dirigimos a la M-607 (tras las paradas de Plaza de Castilla y Tres Cantos) hasta llegar al cruce con la M-601 que nos llevará hasta el Puerto de Navacerrada. Desde allí por la M-604 llegaremos al Puerto de Cotos (1.830 m) donde comenzaremos la ruta.



## DATOS DE INTERÉS:

---

La sierra de Guadarrama es una alineación montañosa perteneciente a la mitad este del Sistema Central (cordillera del centro de la península ibérica), situada entre las sierras de Gredos y de Ayllón. Se extiende en dirección suroeste-noreste y en las provincias españolas de Madrid, al sureste, y Segovia y Ávila, al noroeste. Esta sierra mide aproximadamente 80 km de longitud y su pico más alto es Peñalara con 2.428 m. Hace de división entre las cuencas del Duero, al noroeste, y del Tajo, al sureste.

La flora de esta sierra se caracteriza por la abundancia de bosques de pino silvestre y la presencia de robledales de rebollo y encinares en zonas más bajas. En las cumbres predominan los pastizales y arbustos de alta montaña. En estos ecosistemas abundan mamíferos como ciervos, jabalíes, corzos, gamos, tejones, varios mustélidos, gatos monteses, zorros y liebres. Hay una gran cantidad de especies de aves acuáticas en los embalses, y grandes rapaces como el águila imperial o el buitre negro, entre otras.

### **BOLA DEL MUNDO O ALTO DE LAS GUARRAMILLAS**

La Bola del Mundo, o Alto de las Guarramillas, es una montaña de la sierra de Guadarrama (sierra perteneciente al Sistema Central) ubicada en el límite de las provincias españolas de Madrid y Segovia. Tiene una altitud de 2.265 metros con una prominencia de 103 metros, y es la montaña más occidental del cordal montañoso de Cuerda Larga. Muy cerca de la cumbre, en la cara este, está el Ventisquero de la Condesa, una zona con emanaciones de agua que constituye el nacimiento del río Manzanares, y donde se acumulan grandes espesores de nieve en invierno. En su cima hay unas antenas, cuya función era la emisión de la señal de radio y televisión y su envío hacia las dos mesetas. En 2010, el gobierno de Zapatero decidió cerrar el potente repetidor de televisión de Navacerrada para en su lugar instalar pequeños repetidores en la vasta meseta castellana. No obstante, sigue difundiendo la señal de Radio Nacional de España y Onda Madrid en FM, al menos hasta que se produzca la digitalización de la radiodifusión sonora.

Estas tres grandes antenas están cubiertas por un radomo (recubrimiento de una antena) calefactado en forma de cohete para protegerlas del hielo, son visibles desde varios kilómetros a la redonda y constituyen la mayor peculiaridad de esta montaña, la cual es de muy fácil acceso desde el Puerto de Navacerrada.



## SIETE PICOS

Esta montaña está en la zona central del cordal montañoso principal de la Sierra de Guadarrama. Su cara norte pertenece al término municipal de Real Sitio de San Ildefonso (Segovia) y la sur al de Cercedilla (Madrid). Siete Picos está encajado entre el puerto de la Fuenfría al oeste, el puerto de Navacerrada al este, el valle de Valsaín al norte y el valle de Navalmedio al sureste.

Su nombre proviene de su inconfundible silueta, ya que su cornisa está jalonada por siete pequeños picos de granito que se ven desde bastante lejos. La línea de cumbres describe una C orientada al sur, lugar que resulta ser la cabecera del valle de Siete Picos. En dicho valle nace uno de los arroyos que conforman el nacimiento del río Guadarrama, el arroyo Pradillo. Seis de estos pequeños picos están en la parte más alta y el primero, el más occidental, está un poco apartado (llamado Pico de Majalasca). El pico más alto de los siete es el que está situado más cerca del puerto de Navacerrada, es decir, el más oriental, que recibe popularmente el nombre de Pico de Somontano en honor al excursionista de la Sociedad Alpina Garabandálica Albino de Somontano quien, junto con Herreros, trazó el recorrido que se sigue al pie de los siete picos.

Las laderas de esta montaña están cubiertas por un espeso bosque de pino silvestre y en la cara sur hay pequeñas zonas donde hay roble. En la parte más alta de esta montaña el pinar deja paso a las praderas de alta montaña con arbustos rastreros y a las formaciones caprichosas de granito, dando lugar a riscos y pequeños canchales. Los siete riscos más grandes son los que dan nombre al macizo.

Siete Picos es la formación más reconocible de la serranía, con su recortada línea de cumbres que se interponen entre el puerto de la Fuenfría (1.796 msnm) y el de Navacerrada (1.869 msnm). Se numeran de oeste a este, desde el primero y más achaparrado (1.934 msnm) hasta el séptimo y más altivo (2.138 msnm), que también es el más cercano al puerto de Navacerrada, siendo sus alturas:

1. Pico Majalasca, de 1934 m, el más occidental y algo apartado del resto.
2. De 2.093 m
3. De 2.097 m
4. De 2.097 m
5. De 2.109 m
6. De 2.119 m
7. Pico Somontano, de 2.138 m, el más oriental y próximo al puerto de Navacerrada.



## PUERTO DE LA FUENFRÍA

El puerto de la Fuenfría es un 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. Actualmente sólo tiene un uso deportivo, siendo frecuentado por montañeros. En el puerto se cruzan la calzada romana, la Carretera de la República, la pista forestal llamada La Calle Alta y senderos que ascienden a montañas cercanas.

El puerto estaba originalmente a unos cinco metros por encima del actual. Fue socavado alrededor de 1720 para facilitar el paso de la calzada que se acondicionó durante el reinado de Felipe V para comunicar La Granja con Madrid.

Enclave situado en el Camino de Santiago de Madrid.



## ITINERARIO:

**Salida:** - Puerto de Cotos (1.830 m)

**Recorrido:** Puerto de Cotos (1.830 m) – Bola del Mundo o Alto de las Guarramillas (2.265 m) – Puerto de Navacerrada (1.859 m) – Siete Picos, séptimo pico (2.138 m) – Collado Ventoso (1.896 m) – Puerto de la Fuenfría (1.796 m) – Collado de la Marichiva (1.753 m) – Las Dehesas (1.360 m).

**Llegada:** - Las Dehesas (1.360 m).

**Tiempo estimado de marcha efectiva (Sin contar paradas):** - 6,5 h.

El tiempo máximo contando paradas debería estar en 7,5 -8 h horas para llegar con visibilidad suficiente a Las Dehesas.

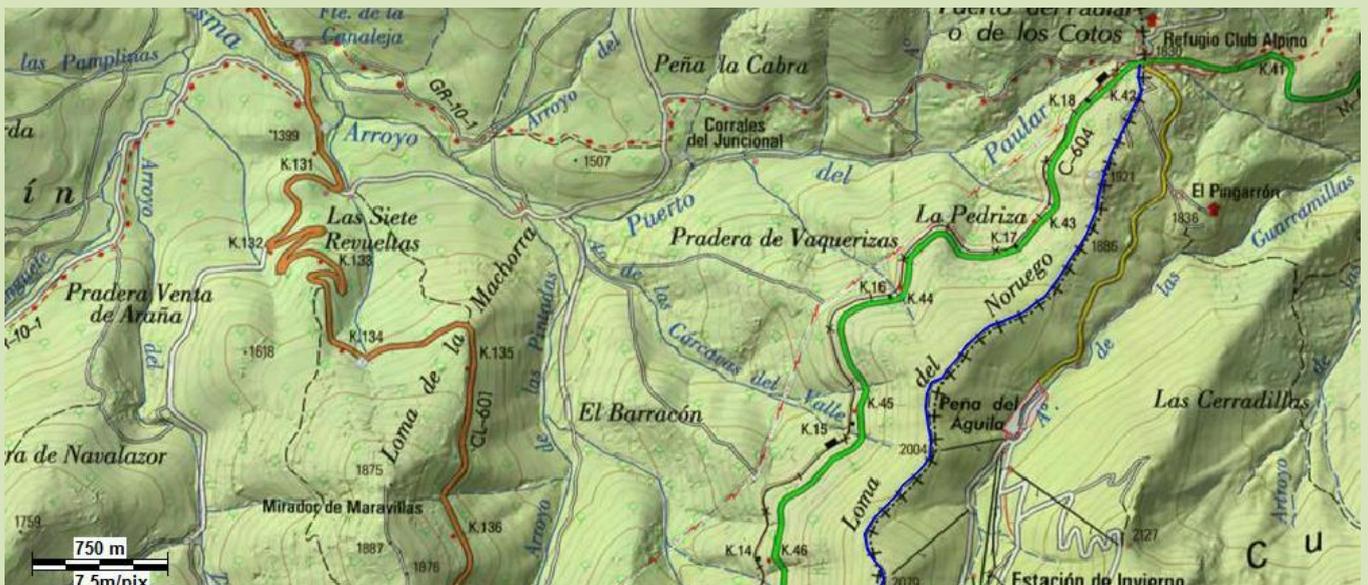
## DATOS TÉCNICOS:

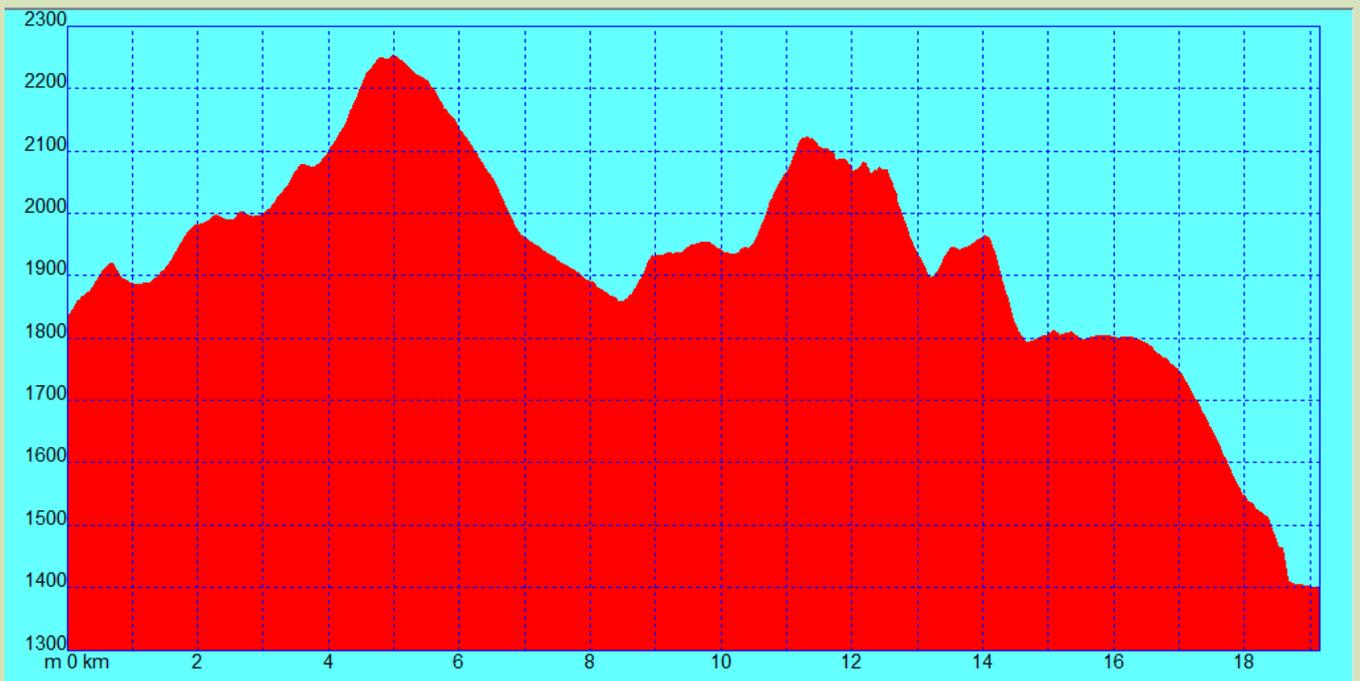
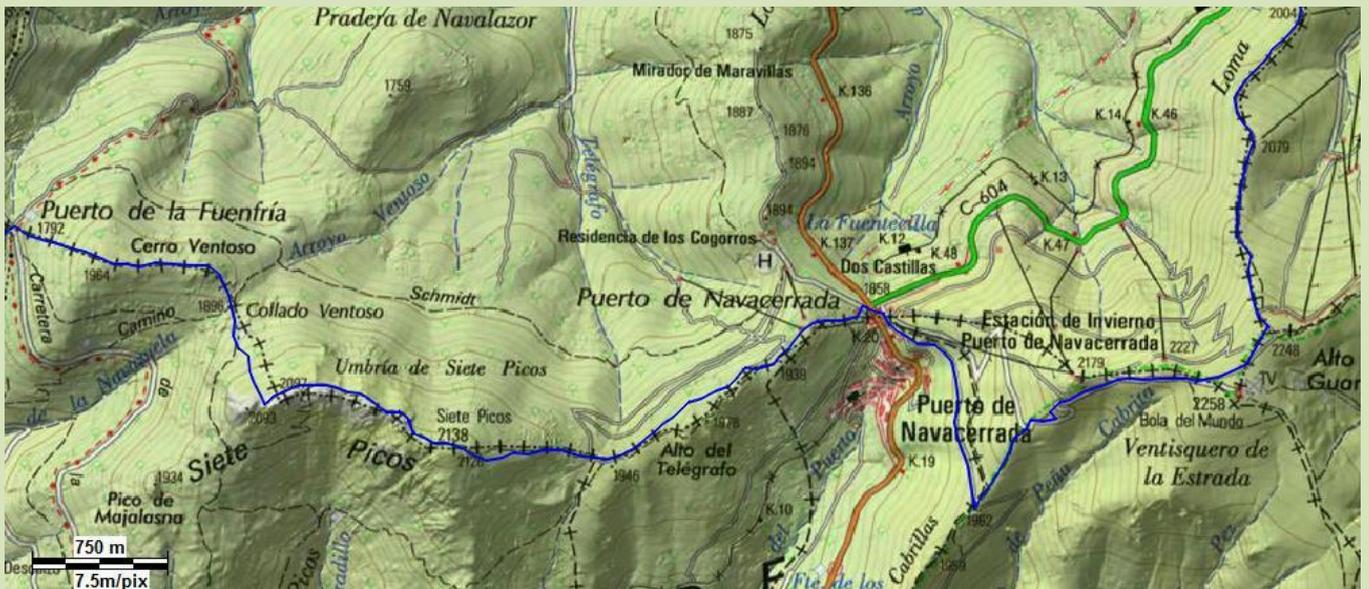
<b>COTOS – SIETE PICOS – LAS DEHESAS</b>		
	Horario	6,5 h. (Marcha efectiva sin paradas)
	Desnivel de subida	890 m.
	Desnivel de bajada	-1.300 m.
	Distancia horizontal	19,3 Km.
	Tipo de recorrido/ Firme	Travesía/sendero y pista en algún tramo
	Dificultad	Media físicamente.
	3	Severidad del medio natural
	2	Orientación en el itinerario
	2	Dificultad en el desplazamiento
	4	Cantidad de esfuerzo necesario
	Mejor Época	Primavera y otoño. En invierno con buen tiempo también es técnicamente fácil, <b>en cualquier caso hay que usar y tener experiencia con el equipo básico invernal.</b>
	Equipamiento recomendado	Ropa invernal y licencia B o seguro.
	Puntos de Interés	Muy buenas vistas al valle del Lozoya y a Cercedilla.

## DESCRIPCIÓN DEL RECORRIDO:

Empezaremos en el Puerto de Cotos (1.830 m) en dirección SE por la llamada Loma del Noruego. En principio no tiene mucha pendiente pero según nos acercamos a la Bola del Mundo (2.265 m) la cuesta se empina. Pasaremos por la parte norte de la Bola cogiendo la pista hormigonada que nos llevará al Puerto de Navacerrada (1.859 m). Si estuviera abierta la estación de esquí (cosa poco probable en esta época del año) tendríamos que desviarnos hacia el collado de los Emburriaderos y allí coger el camino dirección N que nos llevaría al puerto (es la opción que está en el track). Aquí podremos reponer fuerzas en cualquiera de los bares que existen. Iniciaremos el camino hasta el edificio de la pista del Telégrafo y por su parte izquierda subir entre pinos hacia el Alto del Telégrafo y la pradera donde empieza la subida verdadera. El primer pico que encontramos (2.138 m) es en realidad el séptimo y más alto de la cuerda. Para llegar al vértice geodésico que lo corona hay que hacer una pequeña trepada sin dificultad. (Ojo si hay nieve o hielo). Por una serie de sendas vamos recorriendo los diferentes picos hasta llegar casi al final a cambiar el rumbo hacia el N para bajar al collado Ventoso (imaginad el porqué del nombre). Aquí tenemos varias opciones. Si las fuerzas nos flaquean lo mejor es coger el camino Schmid que entronca con la Carretera de la República para llegar al puerto de la Fuenfría (1.756 m). La opción del track es subir al cerro Ventoso para bajar después al citado puerto. Una vez aquí tenemos varias opciones. Si cogemos dirección S en la calzada romana que coincide con el camino de Santiago una vez pasado el puente de Enmedio y sin abandonar el camino llegaremos al destino final. (Casa Cirilo). En el track original cogeremos desde el puerto dirección SE la conocida como Vereda del Infante que en un trazado prácticamente llano y tras pasar por la fuente del Infante nos llevará al Collado de Marichiva (1.753 m). Una vez allí, en dirección SW, enfilaremos un camino bien visible que en decidida pendiente nos llevará 400 m más abajo en nuestro destino.

## MAPAS y PERFIL:





## RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS:

---

- **No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador de la salida.**
- En ésta actividad invernal es muy posible la necesidad de usar crampones y piolet, aquellos participantes que tengan licencia tipo AU, A, tendrán que abonar un suplemento de 3 €. en concepto de seguro, que les cubra el uso de dichas herramientas.
- Se debe llevar equipo invernal ya que es posible que haya nieve y/o bajas temperaturas. El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, crampones, piolet,...) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse. Dadas las escasas horas de luz, es aconsejable llevar frontal.
- 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.
- Todos los grupos deben 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.**
- 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.
- Se estará en el Autocar, al menos, con 15 minutos de antelación sobre la hora prevista de salida.

## HORARIOS:

---

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

- Salida de Canillejas: 8:00 h. (Calle Alcalá)
- Salida Plaza Castilla: 8:15 h. (depósito Canal Isabel II).
- Salida Tres Cantos: 8:30 h. (detrás de la Estación de F.F.C.C).
- Inicio de la marcha: 10:00 h.
- Finalización de la marcha: 18:00 h.
- Salida autobús desde Las Dehesas hacia Madrid: **18:30 h.**
- Llegada a Madrid (Canillejas): 20:00 h.