



GREDOS

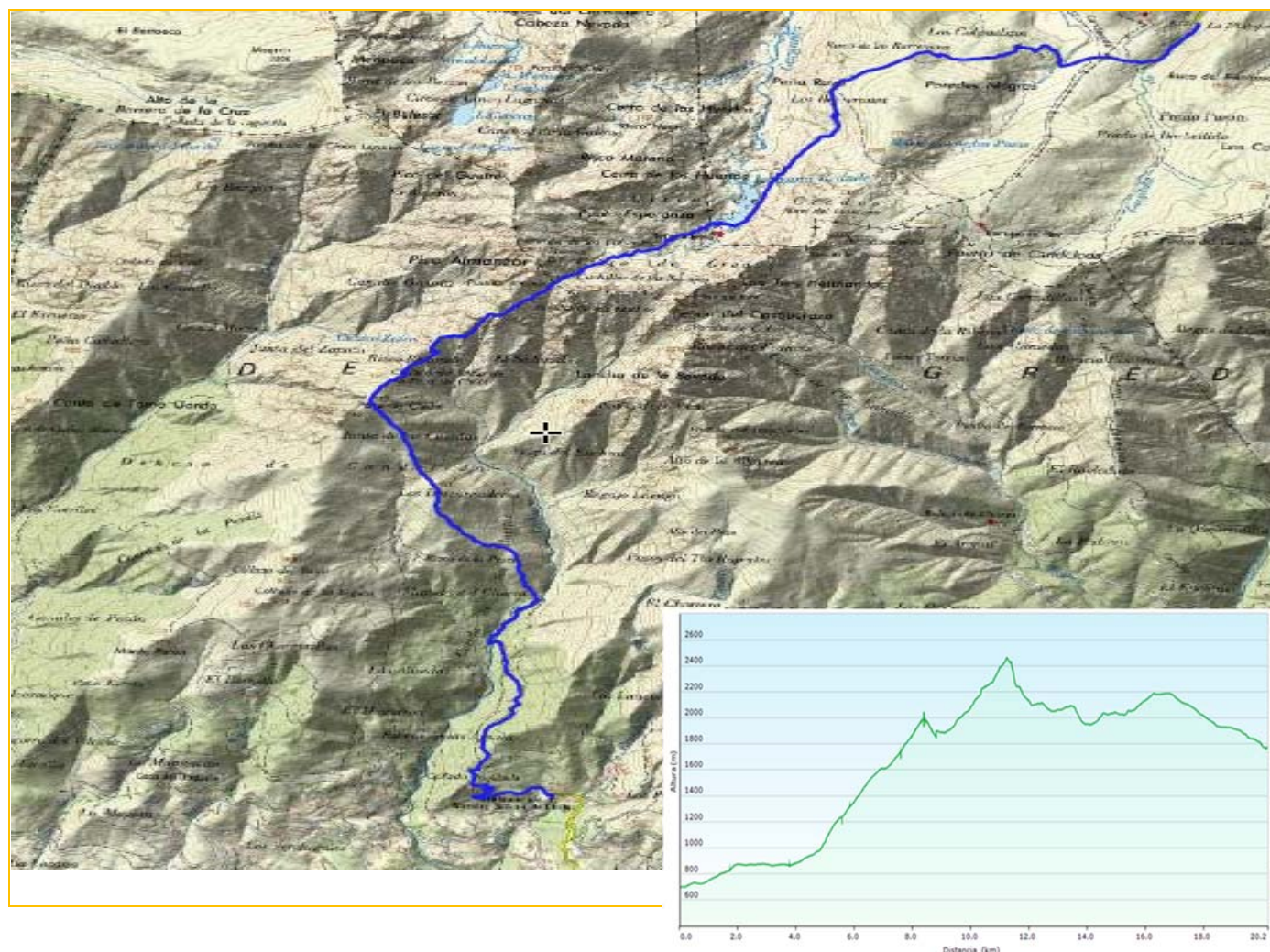
CAMINO DEL TÍO DOMINGO

SÁBADO 25 DE JUNIO DE 2016

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen	Altitud	Tiempo Parcial	Tiempo al inicio
Salida: Santuario de Chilla	0 km	684 m	0 h 0 min	0 h
2. Collado de Chilla	1,5 km	790 m	+ 35 min	35 min
3. Junta de las Cuerdas	6,2 km	1.400 m	+ 1 h 55 min	2 h 30 min
4. Peña Chilla	8,4 Km	2.003 m	+ 2 h 20 min	4 h 50 min
5. Portilla Bermeja	13,4 km	2.416 m	+ 1 h 45 min	6 h 35 min
6. Refugio Elola	15,2 km	1.940 m	+ 1 h	7 h 35 min
7. Los Barrerones	18,2 km	2.170 m	+ 50 min	8 h 25 min
Llegada: La Plataforma	22,2 km	1.760 m	+ 1 h	9 h 25 min

MAPA. Se puede descargar el track de la web.



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

Horarios ruta 		• 9,5 h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 6:30 h • Puesta del sol: 22:00 h					
Distancia Desniveles		 22 Km		 + 2.200 m		 - 925 m	
Tipo recorrido		 Lineal					
Dificultad		Física 5		Muy Alta -		Técnica 3 Media-Alta	
M	4	• Exposición en el itinerario a desprendimientos de piedras provocados por el propio grupo u otro • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 5 ºC y la humedad relativa supere el 90% • 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, la existencia de fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes, aumentaría considerablemente la dificultad del itinerario (calor extremo) • El itinerario, en algún tramo, transcurre fuera de traza de camino y por terreno enmarañado o irregular que dificultaría la localización de personas					
		• En algunos puntos de esta ruta podemos encontrarnos una vegetación espesa de helechos que pueden dificultarnos seguir el camino en algunas zonas.					
		• En algún tramo podemos encontrar roca descompuestas, o vegetación, especialmente pior-nales, que nos dificulten el tránsito. Sin embargo, la mayor parte del recorrido transcurre por sendas o caminos.					
		• Desnivel acumulado de subida +2.200 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 925 m. • Longitud: 22 km. • Tiempo de marcha sin paradas > 9:25 Horas.					
I	3						
D	4						
E	4						
Perfil del Participante		• Muy buena forma física y haber realizado recorridos, tanto en distancia como en desnivel, similares al descrito.					
Material Obligatorio		Ropa de montaña de verano / Agua (3 l) / Protección solar/Gafas / GPS y/o brújula y mapa/ Teléfono / Bastones (Para acometer con garantía algunos puntos de descenso y fuerte pendiente) / Frontal / Manta térmica.					
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062. Emisora Elola: 146.175 Hz		Emisora Club: 144.175 Hz Coordinador: 610 072 232 Refugio Elola: 920.207.576		Greim Barco de Ávila: 920.342.002 650.38.38.82 / 86	
Cartografía		I.G.N Serie 1:25000 nº 577-II					

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA

Comenzaremos la marcha por una pista forestal que sale del mismo ¹ **Santuario de Chilla** y llega al Collado de Chilla. La pista asciende dando amplias vueltas, aunque hay indicados pequeños atajos que nos permiten ganar algo de tiempo en la subida al collado.

En el ² **Collado de Chilla**, bastante más alto que la garganta, el camino se separa en dos, debemos coger el de la izquierda que baja ligeramente al principio y después se mantiene a media ladera. Tras unos 15 minutos (hay que estar atentos) el camino se vuelve a dividir de nuevo tomaremos el de la derecha que nos llevará a la Vega de la Zarza pasando antes por unos corrales medio derruidos. Al llegar a la Vega de la Zarza, encontramos unos cobertizos al otro lado de la garganta. Desde este punto, el camino deja siempre la garganta a la izquierda según subimos. De cuando en cuando deberemos atravesar los distintos regatos que bajan de la cresta que llevamos a nuestra derecha.



En un momento dado, la garganta hace un giro pronunciado hacia la derecha y se separa en dos, estamos en la ³ **Junta de las Cuerdas**. El ramal de la derecha sube a las portillas de Cobos y de Los Machos que ya vemos desde aquí. El de la izquierda, que nos lleva al Sillao de la Peña, es el que vamos a seguir nosotros.

Desde la Junta de las Cuerdas hasta el Sillao de la Peña, el camino va inicialmente por la parte izquierda de la garganta, dejándola a nuestra derecha según subimos para, posteriormente, al estrecharse la misma, coger la ladera de la izquierda, meterse en una zona de piornos, pero con camino marcado e hitos para, más arriba, volver a la garganta y afrontar la parte final de la subida hasta el Sillao.

En esta última parte, antes de llegar al Sillao, el camino está más desdibujado. Podemos subir a la cima de la ⁴ **Peña de Chilla**, que tiene un hito, o bien bordearla por la derecha. A partir de aquí seguimos por un camino bien marcado, dejando a nuestra izquierda el Risco Redondo. Seguimos a continuación hacia los Riscos de los Cachorros. En esta parte, el camino discurre entre piornos en algunos tramos.

Alcanzamos a continuación el punto más alto de la ruta, la ⁵ **Portilla Bermeja**, la rebasamos para meternos en el circo de Gredos, y descender hacia la hoya Antón y el ⁶ **refugio Elola**.

La última parte, cuando ya ha hecho el grueso de la excursión, hay que subir ⁶ **Los Barrerones** y luego descender a la ⁷ **Plataforma**, se hace muy costosa por lo que es recomendable, en la medida de lo posible, dosificar las fuerzas.

NORMAS DE SEGURIDAD. 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 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 normas, por parte de algún participante, reserva a los organizadores el derecho a rehusar su participación.**

TRANSPORTE. HORARIOS

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 Canillejas (calle Alcalá 634): 7:00 h.
- Salida de Plaza Castilla (depósito Canal): 7:15 h.
- Salida de Metro ligero Montepíncipe 7:40 h. (ver punto exacto en la web)
- **Inicio de la marcha:** **10:00 h.**

El autobús permanecerá estacionado en el inicio durante 9 h., saldrá hacia la Plataforma a las 19:00h. donde llegará aproximadamente a las 20:30 h.

- **Finalización de la marcha:** **20:00 h.**
- Regreso autobús hacia Madrid: 20:40 h.
- Llegada a Metro ligero Montepíncipe: 23:00 h.
- Llegada a Canillejas: 23:30 h.

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

PRECIO

15 €. Federados (con Licencia B o superior)

18 €. Otros. (Incluye seguro)

INSCRIPCIONES

Directamente en la web.

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 7 del "PROTOCOLO DE PARTICIPACIÓN DE ACTIVIDADES".

http://www.montanapegas.com/carteles/2016/protocolo_participacion_2016.pdf

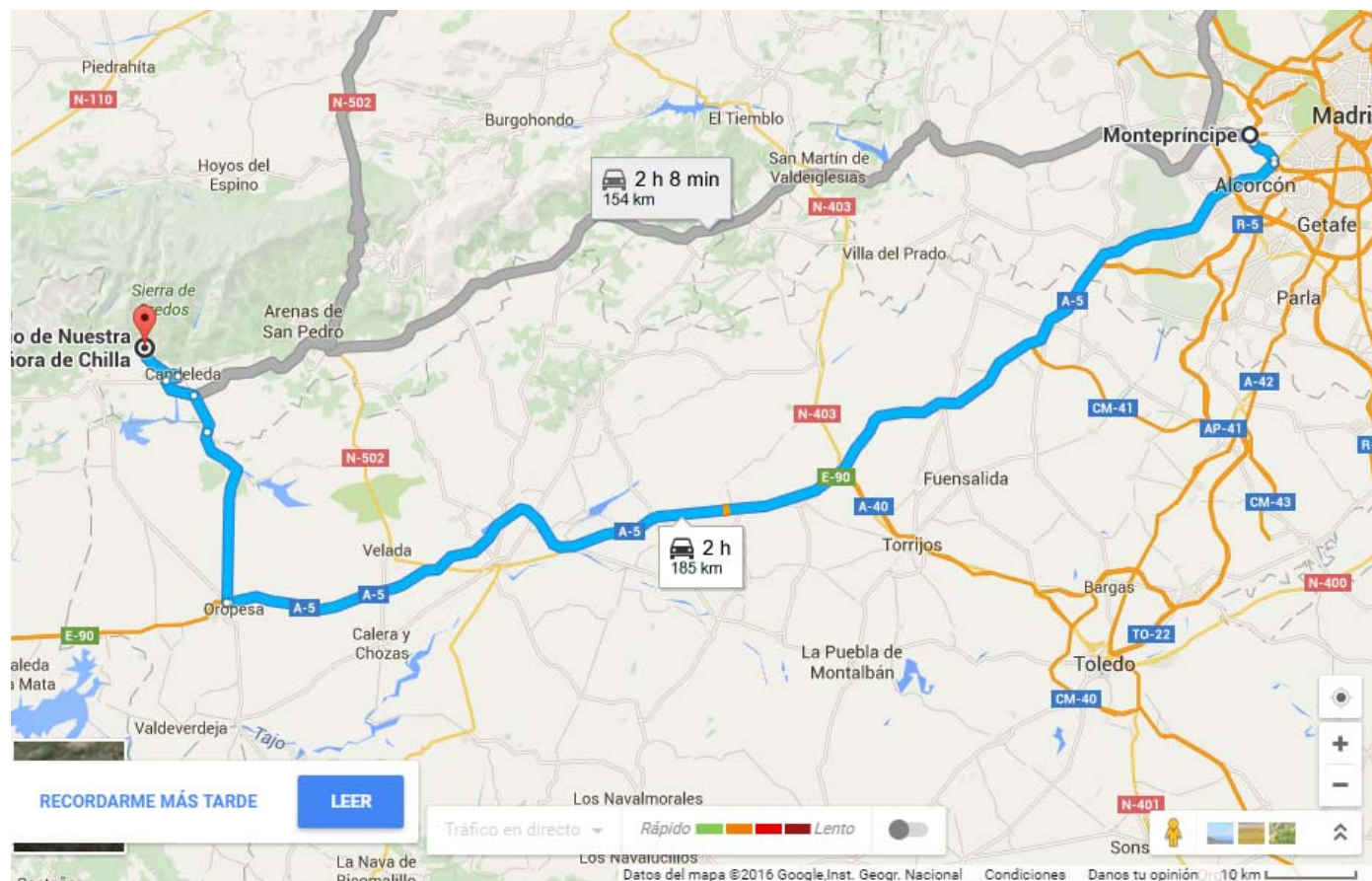
COORDINADORES

General: Alfonso Martínez / E-mail: alfonsomp1980@yahoo.es / Tel: 610 072 232

Control y Seguridad: Se presentará a los coordinadores de seguridad el día de la marcha, antes de comenzarla.

COMO LLEGAR

Itinerario desde Montepríncipe



Toma M-40 en Madrid (1,8 Km)

Sigue por A-5 hacia CM-5150 en Castilla-La Mancha. Toma la salida 148 desde A-5 (145 Km)

Sigue por CM-5150. Conduce hacia Calle Camino Chilla en Castilla y León (38 Km)

Santuario de Nuestra Señora de Chilla. 05489 Candeleda, Ávila