



CIRCO DE GREDOS

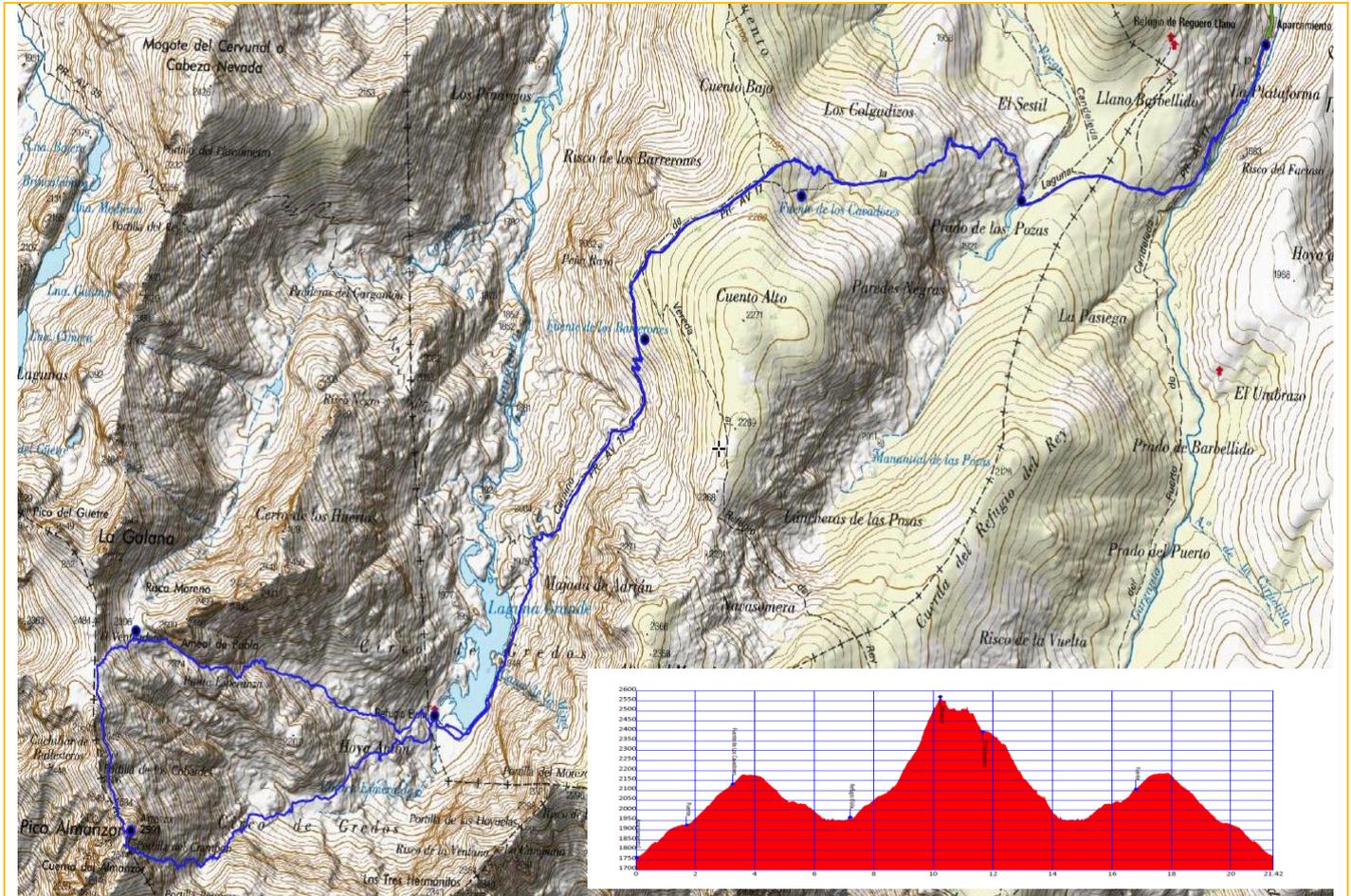
PLATAFORMA - ALMANZOR

SÁBADO 16 DE JULIO DE 2016

RECORRIDO. Distancias. Tiempos. Opción LARGA (Principal)

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen	Altitud	Tiempo Parcial	Tiempo al inicio
Salida: Plataforma (Parking)	0 km	1.765 m	0 h 0 min	0 h
Mirador Barrerones	4,20 km	2.158 m	+ 1 h 25 min	1 h 25 min
Refugio Elola (regreso opción corta)	7,00 km	1.945 m	+ 55 min	2 h 20 min
Hoya Antón	8,49 km	2.119 m	+ 30 min	2 h 50 min
Portilla del Crampón	9,68 km	2.544 m	+ 1 h 15 min	4 h 05 min
Pico Almanzor	10,00 km	2.592 m	+ 2 h 15 min	4 h 35 min
Cdo. del Venteadero	10,71 km	2.484 m	+ 45 min	6 h 20 min
Refugio Elola (Por Venteadero)	14,00 km	1.945 m	+ 1 h	7 h 20 min
Llegada: Plataforma (Parking)	21,00 km	1.765 m	+ 2 h 20 min	9 h 40 min

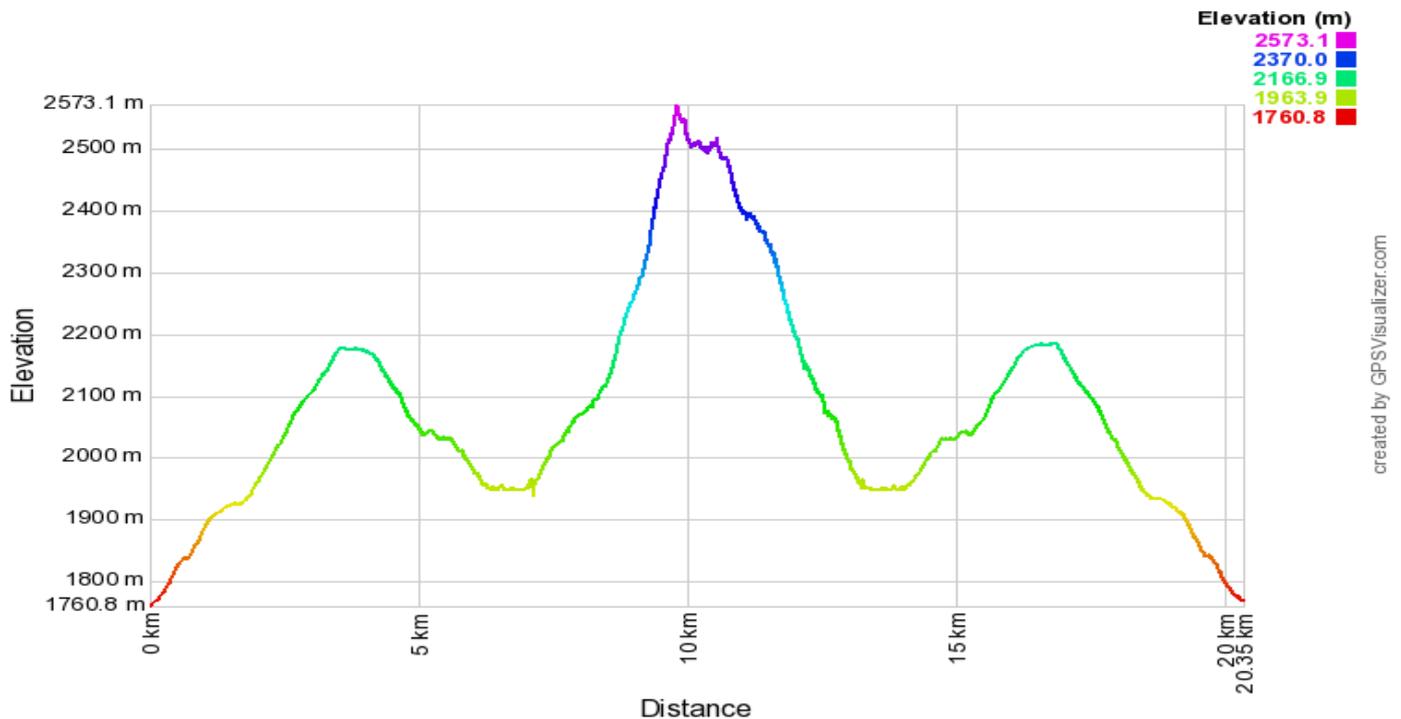
MAPA. Se puede descargar, junto al track, de la web.



Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 9 h. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 6:58 h • Puesta del sol: 21:43 h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 		
Distancia Desniveles	 21,0 Km.	 + 1.387 m	 - 1.387 m
Tipo recorrido	 Circular / Ida y vuelta		
Dificultad	Física 	Alta	Técnica  Media-Alta
M 4	<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. • 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 (niebla, viento, calor extremo, etc...) • 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	<ul style="list-style-type: none"> • Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales. 		
D 4	<ul style="list-style-type: none"> • En algún tramo es necesario el uso de manos. 		
E 4	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida +1.387 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 1.387 m. • Longitud: 21,0 km. • Tiempo de marcha sin paradas > 9 Horas. 		
Perfil del Participante	<ul style="list-style-type: none"> • Alta forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. 		
Material Obligatorio	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (+2 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.	Club: 144.175 Hz Coordinador: 676318384	Refugio Elola: 920 207 576
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> • IGN 577 – II (Laguna Grande). E-25 Sierra de Gredos. Editorial Alpina 		

DESCRIPCIÓN DE LAS RUTAS

GRÁFICA DEL RECORRIDO TOTAL IDA Y VUELTA (OPCIÓN CORTA + LARGA)



Comenzamos saliendo de La Plataforma (1.765m) por una senda señalizada (**PR- AV17**) y empedrada (las Escaleruelas), llegaremos a una bifurcación (pluviómetro), tomamos el desvío de la derecha y comenzamos a subir llegando al Prado Pozas. Unos cientos de metros a nuestra derecha podemos ver el Refugio Reguero Llano. Debemos cruzar el río Pozas por un puente de hormigón (1.922m). A partir de aquí seguimos la ruta de subida pasando por el puente de madera, la fuente de Cavadores y llegaremos finalmente al alto de los Barrerones (2.160m), desde donde podemos disfrutar de una buena panorámica del Circo de Gredos (panel). Aquí comienza el camino de descenso, pasando por otra fuente, que nos conduce a la orilla de la Laguna Grande. Bordeamos por su margen izquierdo (paso del cable). En la orilla Sur de la Laguna se encuentra el refugio Elola (1.945m). → **Punto de retorno en opción corta.**

RESUMEN OPCIÓN CORTA

Punto de partida: Aparcamiento de La Plataforma de Gredos (Hoyos del Espino)

Trayecto: La Plataforma (1.765 m) – Los Barrerones (2.160 m) – Refugio Elola (1.945 m)

Punto de llegada: Refugio Elola

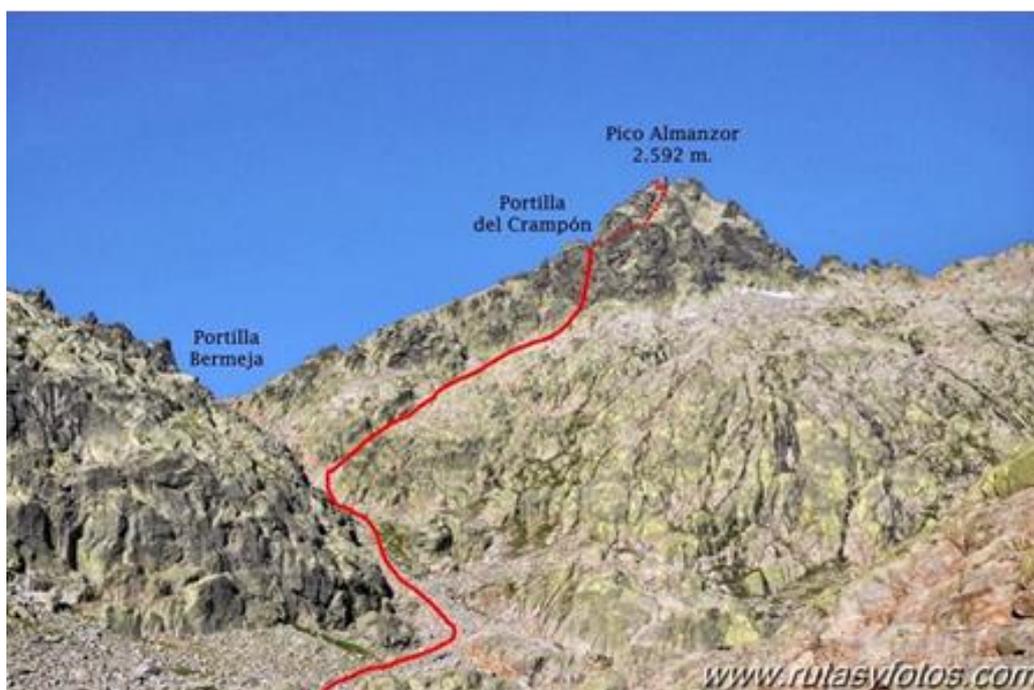
- ▶ **Desniveles:** subida + 590 m. Bajada: - 590 m.
- ▶ **Distancia:** 14 km (7 Km + 7 km)
- ▶ **Tiempo:** 4 h 40 min
- ▶ **MIDE:** 2-2-2-2

→ Continua opción larga

Caminando hacia el SO se alcanza Hoya Antón y por una canal muy ancha por la que ganaremos altura rápidamente en dirección a la Portilla Bermeja llegamos a una zona donde se suaviza la pendiente a media canal (2.270m). Desde allí tomamos rumbo ONO y enfilaremos la fuerte subida a la Portilla del Crampón, que se endereza a medida que llegamos al final, al tiempo que aumenta la pendiente y se va encerrando en un angosto pasillo.

Desde la espectacular y bonita portilla (2.544 m), un flanqueo ascendente a media ladera rumbo NO, a veces muy delicado sobre las vertiginosas Canales Oscuras y sobre el bonito Cuerno del Almanzor, nos sitúa bajo la cumbre. **En este punto nos veremos obligados a trepar ayudados de nuestras manos.** Una vez arriba de la canal la cumbre está situada a nuestra derecha y llegaremos a ella rodeando las rocas cimeras y trepando una última losa que da acceso al vértice.

El descenso no se realizará por el mismo camino, sino que giraremos a la derecha en dirección al cuchillar de Ballesteros para dirigirnos al Venteadero. Una vez en el Venteadero bajaremos por la canal entre el Ameal de Pablo y Punta Esperanza. Llegaremos al Refugio nuevamente para iniciar la vuelta hasta la Plataforma.



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 premisas, por parte de algún participante, reserva a los organizadores el derecho a rehusar de su participación en ella.**

LOGÍSTICA. Transporte. Precio

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: 7:00 h.
- Salida de Plaza Castilla: 7:15 h. (depósito canal).
- Salida de Las Rozas (Carrefour): 7:40 h.
- Inicio de la marcha: 10:15 h.
- Finalización de la marcha corta (Plataforma): 18:00 h.
- **El autobús debe permanecer estacionado 9 h. en la Plataforma; es decir hasta las 19:30 h. aprox. en cumplimiento de la legislación vigente.**
- Finalización de la marcha larga (Plataforma): 19:45 h.
- Regreso autobús hacia Madrid: 20:00 h (siempre que no surjan imprevistos).
- Llegada a Madrid (Canillejas): 23:00 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.montanapegaso.com/carteles/2016/protocolo_participacion_2016.pdf

COORDINADORES

General: Pepe Zapata. sanzzapata@gmail.com teléfono 676318384

Control y Seguridad: Jorge García/ el resto del equipo serán designado de entre los participantes.

INFORMACIÓN GENERAL. Geografía, clima, flora y fauna.

El circo de Gredos es un circo glaciar situado en la zona central de la vertiente norte de la Sierra de Gredos (sierra perteneciente al Sistema Central). Administrativamente está dentro del término municipal de Navalperal de Tormes, un municipio español ubicado en el suroeste de la provincia de Ávila (sur de Castilla y León). Es uno de los parajes más importantes del Parque Regional de la Sierra de Gredos.

Es el circo glaciar más extenso de la Sierra de Gredos y de todo el Sistema Central, con sus 33 hectáreas de superficie aproximada. En el este del circo está el Pico Almanzor, el más alto de la cordillera con sus 2592 msnm. En la zona más baja del circo, y por tanto en el noreste del mismo, está la Laguna Grande de Gredos, que es también de origen glaciar y está a una altura de 1940 m. Junto a esta laguna está el refugio de montaña guardado Elola, muy transitado por montañeros que pretenden ascender al Pico Almanzor. El circo de Gredos está dentro de la cuenca hidrográfica del río Tormes, un afluente del río Duero.

Era el glaciar de mayor tamaño de toda la sierra. Comienza al pie del Pico Almanzor (2.592 m) en la Hoya Antón, bastante más al sur que el resto de los circos y acaba más abajo del Prado de Roncesvalles a 1.450 m, tras un recorrido de 8 km.

La alimentación de este glaciar se efectuaba en tres circos diferenciados: el Recuenco del Almanzor, la Hoya del Gargantón y la Hoya de Cabeza Nevada, situados uno tras otro de sur a norte y con orientaciones ENE, NNE y NE, respectivamente.

El recuenco del Almanzor incluye al comúnmente denominado Circo de Gredos y la Hoya Antón que es el verdadero fondo del circo. Se encuentra a una altura de 2.000 m y rodeado por la mayores elevaciones de la sierra: Casquerazo, Cuchillar de las Navajas, Peña del Esbirladero, Cuchillar de los Ballesteros, Ameal de Pablo, ... todos superan los 2.400 m. En el Circo de Gredos está enclavada la Laguna Grande de Gredos, cuya existencia se explica por la sobre excavación glaciar. En el Circo se puede observar una hombrera muy clara y bien desarrollada que permite delimitar el espesor máximo alcanzado por los hielos, que sobrepasaría los 350 m.

La zona de acumulación debía acabar en una cascada de seracs producida al sobrepasar el hielo el umbral de separación existente entre el circo y la lengua. A continuación, se produciría el aporte de hielos procedentes del Gargantón, segunda cuenca de acumulación de este glaciar, situado entre el Ameal de Pablo y el Cuchillar del Gütre; sus aportes eran importantes pues se calcula que el espesor del hielo era de 200 a 250 m.

La hoya de Cabeza Nevada, adosada al pico de este nombre, es el último circo afluente del glaciar de Gredos. Es un aparato de pequeñas dimensiones, corto y sin huellas de hombreras; a partir de su confluencia con el glaciar principal, el valle se va estrechando paulatinamente hasta su término.

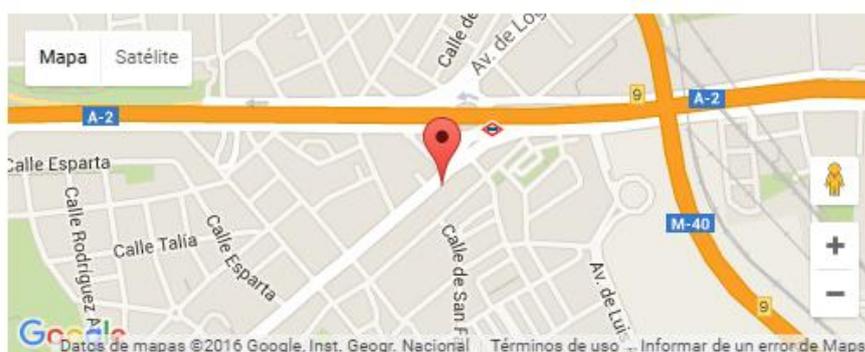
En los flancos del valle en artesa excavado por la lengua, aparecen depósitos morrénicos; en el flanco derecho aparecen antes, garganta arriba, a causa de la inexistencia de afluentes glaciares en dicho flanco.¹

La flora existente en el circo es de tipo herbáceo y arbustiva. Hay praderas alpinas que predominan en zonas con poca pendiente. También hay especies matorrales de alta montaña con muy poca altura debido a los fuertes vientos que soplan muy a menudo. El piorno es la especie arbustiva más predominante. En cuanto a la fauna, hay que destacar el gran número de ejemplares de cabra montesa que viven en el lugar.

Nota adicional del club:

Se está observando una relajación general entre los participantes en cuanto a la norma básica de preservación de los entornos naturales. **Se recuerda que no se deben tirar desperdicios por el sendero**, como pañuelos de papel usados, plásticos, restos de fruta o similares. Debemos dejar el entorno tal y como nos lo hemos encontrado, y la basura (incluida la orgánica) se debe depositar en los contenedores adecuados que se suelen encontrar al final de la ruta, o, por el contrario, en el caso de no haberlos, depositarlos en los cubos cercanos a nuestro domicilio. Los restos orgánicos tardan meses o años en desaparecer completamente y los inorgánicos pueden permanecer indefinidamente.

Paradas de bus:



[Canillejas](#)



[Plaza de Castilla](#)



[Las Rozas](#)