



Bicicleta de montaña 23 – OCTUBRE-2016

BTT 4 VALLES

INTRODUCCIÓN

El **valle de la Fuenfría** está situado en la zona central de la Sierra de Guadarrama (perteneciente al Sistema Central), en el noroeste de la Comunidad de Madrid, España. Está dentro del término municipal de Cercedilla y hace de frontera natural con la provincia de Segovia.

Este valle está orientado de norte a sur, y la vertiente de sus aguas está orientada al sur. Tiene una longitud aproximada de 6 km y una anchura media de 2,5 km. La zona más baja del valle está a 1.200 metros y los picos del mismo superan los 2.000 metros de altitud. Ordenadas de sur a norte, las montañas pertenecientes a la ladera oeste del valle son las siguientes: La Peñota (1.945m), Peña del Águila (2.011m), Peña Bercial (2.002m) y Cerro Minguete (2.025 m). En el extremo norte del valle está el puerto de la Fuenfría (1.793m), situado en el límite entre las provincias de Madrid y Segovia. Por ese paso de montaña pasa la calzada romana de la Fuenfría, construida en el siglo I d.C. En la ladera este del valle está el Cerro Ventoso (1.949 m), el Pico Majalasná (1.933 m) y el pico más occidental de los de la cresta principal de Siete Picos (2.138 m).

Por el valle de la Fuenfría transcurren numerosos arroyos, pero el principal es el arroyo de la Venta, al que atraviesan tres puentes romanos. La vegetación en este paraje es muy abundante, y el bosque de pino silvestre cubre la práctica totalidad de la superficie del valle. Existen árboles de hoja caduca en las riberas del arroyo de la Venta, junto con zonas de matorral de alta montaña por encima de los 2.000 metros y roquedales a esa misma altitud.

El **valle de siete picos** 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). 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 Majalasná). 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 este valle están cubiertas por un espeso bosque de pino silvestre y en la cara sur hay pequeñas zonas donde hay roble. En las partes más altas 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 de siete picos

El **valle de Navalmedio** está situado en la zona central de la vertiente sureste de la Sierra de Guadarrama (sierra perteneciente al Sistema Central). Está dentro de los términos municipales de Cercedilla y Navacerrada, en el noroeste de la Comunidad de Madrid(España).

Este valle está orientado de noreste a suroeste, y sobre el fondo del mismo transcurre el río Navalmedio, uno de los primeros afluentes del Río Guadarrama. El valle tiene una longitud aproximada de 6 km y una superficie de unos 10 km². Está limitado, en el noroeste, por la vertiente sureste de Siete Picos, y, en el sureste, por un cordal montañoso que comienza en la Bola del Mundo y que separa este valle del de la Barranca. En el extremo noreste está el puerto de Navacerrada, que con sus 1.858 metros de altitud es uno de los centros turísticos y montañosos más importantes de la sierra. En el extremo suroeste del valle está el embalse de Navalmedio, que tiene una capacidad de 11 hm³ y una superficie máxima de 93 hectáreas. Su función es regular las aguas del río para transvasarlas al embalse de Navacerrada, situado a los pies del vecino valle de la Barranca. La zona más baja del valle está a 1.200 msnm y al suroeste está el municipio de Cercedilla.

El valle está cubierto casi en su totalidad por un bosque de pino silvestre, que en su zona más baja se alterna con robledales, abedulares y pastos. Por las laderas noroeste del valle transcurren las vías del Ferrocarril del Guadarrama, y en la vertiente sureste está la carretera autonómica M-601, que atraviesa el puerto de Navacerrada, al igual que lo hace el Ferrocarril del Guadarrama. Además de estas dos vías, existen otros caminos y senderos muy transitados por senderistas y pastores.

El **valle de la Barranca** es un valle de montaña situado a las faldas de la Bola del Mundo (Alto de Guarramillas) (2.265 m) y La Maliciosa(2.227 m), en la Sierra de Guadarrama (sierra perteneciente al Sistema Central). Administrativamente está dentro de los términos municipales de Navacerrada y Becerril de la Sierra, en el noroeste de la Comunidad de Madrid, España. En él hay un espeso bosque de pino silvestre por el que discurre un río de montaña, el Samburiel - afluente del río Manzanares - remansado en dos pequeñas presas, y que desemboca en el Embalse de Navacerrada.

Se accede al valle de la Barranca desde la carretera autonómica M-607, poco después de la rotonda de entrada a la población de Navacerrada. Casi al final de la carretera se encuentran las ruinas de un antiguo Hospital de tuberculosos, que fue durante unos años una Residencia para Disminuidos Psíquicos y que actualmente se encuentra en un estado deplorable de abandono, habiéndose restaurado recientemente uno de sus edificios anexos como Escuela de Hostelería.

Al final de la misma, junto al primer embalse, existe un aparcamiento de vehículos y el hotel La Barranca. Desde este hotel sale una pista forestal no asfaltada que asciende hasta la carretera M-

601 (la que lleva al Puerto de Navacerrada) y que pasa por la Fuente de la Campanilla. Antes de llegar a la Residencia, y sobre lo que fue la antigua Residencia de Empleados del INP, hay un Cuartel de Bomberos para luchar contra los Incendios Forestales. Como curiosidad, diremos que la carretera de acceso fue asfaltada en 1982, con motivo del Mundial de fútbol para facilitar el acceso a los futbolistas de la selección francesa que se alojaban en el Hotel La Barranca.

DESCRIPCIÓN

CERCEDILLA - VALLE DE LA BARRANCA - VALLE DE NAVALMEDIO -VALLE DE SIETE PICOS- VALLE DE FUENFRIA - CERCEDILLA

Distancia: 39 Km. Aprox.

Duración: 5 -6 horas con paradas

Desnivel de subida / bajada: 1200mt / 1200mt

Dificultad: media +

Terreno: senderos, pistas de tierra, y carretera en algún tramo.

TRACK:

<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=15008631>

Comenzaremos nuestra jornada de pedaleo en el parking público de Cercedilla, desde el que nos dirigiremos por casco urbano en busca de la pista que sube hacia el embalse de Navalmedio, la cual abandonaremos en un ramal que sale a su derecha, esta pista tiene una continuación ya como senda hasta el restaurante la Fonda Real, en la M607, aquí nos veremos obligados a cruzar extremando las precauciones dicha carretera, o bien bajar hasta el cercano viaducto para poder hacerlo (dependiendo del tráfico así lo haremos).

Desde este punto iniciaremos ascenso por senda y luego por pista para entrar en el vecino **valle de la Barranca**, haremos una breve parada para disfrutar del pequeño y bonito embalse del Piquillo, al finalizar esta pista remontaremos ya por el asfalto de la carretera de acceso hasta el mismo hotel de la Barranca, donde nuevamente comienza la pista que sube al mirador de las Canchas, al alcanzar el embalse Superior o del ejército se presentaran dos opciones para que cada uno pueda elegir entre ambas:

1. Primera: Ascender por la senda Alakan (senda técnica y a la vez disfrutona) en la que haremos una breve parada para comentar algunas técnicas de ascenso, también nos encontraremos algún tramo en el cual nos veremos obligados a echar pie a tierra. Esta senda vuelve a conectar con la pista por encima de la Fuente de Mingo, donde podremos rellenar nuestros bidones de agua.
2. Segunda: Continuar ascendiendo por la misma pista hasta el mirador de las Canchas donde haremos parada para reagruparnos nuevamente.

Desde aquí tendremos una rápida bajada por pista hasta alcanzar la zona donde tomaremos el segundo tramo de la trialera Bambi, es un corto tramo de 200 m de senda descendente con firme de rocas y tierra (breve parada para comentar algunas técnicas para acometerla con éxito).

Los que no se vean confiados en hacerla sobre sus bicis se quedaran al final y bajaran a pie este corto tramo.

En este punto acabamos de entrar en el **valle de Navalmedio**. Nos dirigimos por un corto tramo de la M607 hasta las instalaciones de mantenimiento de la Comunidad Madrid de Vialidad Invernal, donde tomaremos un tramo de la Pista del Calvario por la cual descenderemos hacia el Pino Encadenado, hasta tomar una preciosa senda en falda de ladera sur que nos conducirá al siguiente valle.

Estaremos por tanto en el **valle de Siete picos**, y en él descenderemos hacia el Rio Pradillo también por senda técnica. Una vez cruzado éste, iniciaremos de nuevo ascenso por tramos de senda hasta las urbanizaciones de Camorritos, aquí también encontraremos fuentes para rellenar bidones. Cruzaremos nuevamente la vía del ferrocarril que sube a Ptº Navacerrada/Cotos para ir en busca de otra senda en laderas sur que nos llevara a nuestro siguiente valle, el de Fuenfria.

Ya en el **valle de Fuenfria**, bajaremos por la senda Galindo para ir al encuentro del asfalto, que utilizaremos para subir hasta la pista de los campamentos, una vez en dicha pista tomaremos el comienzo de otra senda ascendente en la que haremos una parada técnica para comer algún alimento y rellenar bidones, tras este breve descanso iniciaremos un suave ascenso para ir en busca del camino viejo de Segovia, aquí nos encontraremos con algunos tramos técnicos muy interesantes para poder poner en practica nuestras habilidades, tras haber superado los tramos iniciales también se presentaran dos opciones:

1. Primera: Continuar por el mismo camino hasta el desvío hacia el Antg Alberge de Peñalara (lamentablemente continua en ruinas, hace unos años hubo un intento de reacondicionarlo que no prospero). A partir de aquí encontraremos tramos aun mas técnicos que los anteriores.
2. Segunda: Abandonarlo por un ramal por el que se accede fácilmente a la pista de la Carretera de la República, y continuar por ella hasta una zona establecida para reagrupamiento, desde dicho punto nos dirigimos todos juntos hasta alcanzar la vereda alta que será nuestra trialera de bajada para conectar con la Senda del Agua, que nos llevara en bonito y suave descenso a Cercedilla.

MATERIAL

BTT de montaña (revisada y puesta a punto), casco, guantes, ropa y calzado adecuados para la actividad, comida y agua. Aconsejable llevar mapa de la zona con brújula o track cargado en el GPS.

TRANSPORTE

Tren Cercanías a Cercedilla o transporte privado.

IDA:

Hora y punto de encuentro: A las **9:00 h** en parking público (al lado del supermercado Día).

Origen: Atocha

Destino: Cercedilla

Día de viaje: 23-10-2016

Línea	Hora Salida	Hora Llegada	Tiempo de Viaje
C2	07.00	08.23	1.23
C2	08.00	09.21	1.21
C2	08.31	09.45	1.14
C2	09.00	10.21	1.21

VUELTA:

La vuelta la haremos también desde la estación de Cercedilla o bien en coches particulares

Origen: Cercedilla

Destino: Atocha

Día de viaje: 23-10-2016

Línea	Hora Salida	Hora Llegada	Tiempo de Viaje
C8D	13.35	14.50	1.15
C8B	14.35	15.50	1.15
C8D	15.34	16.50	1.16
C8B	16.34	17.50	1.16
C8B	17.35	18.50	1.15
C8B	18.35	19.50	1.15

PRECIO

Federados con BTT: 2 €.

No federados o federados sin BTT 5 € (incluye seguro 3 €/día).

Transporte no incluido en precio

PAGO CON TARJETA BANCARIA A TRAVES DE LA PASARELA DE PAGO DE LA WEB DEL CLUB.

INSCRIPCIONES

- Directamente en la web: www.montanapegaso.com
- Coordinador: Jacinto Lopez Cedillo

chinto.lc@gmail.com

Móvil: 669 546 338 (a partir de las 20:00h y antes de las 22:30h)

MÁS INFORMACIÓN

Para los preinscritos: a través del correo electrónico para cualquier modificación o aviso.