



IX EDICIÓN TROFEO CORDALES PEGASO 2017

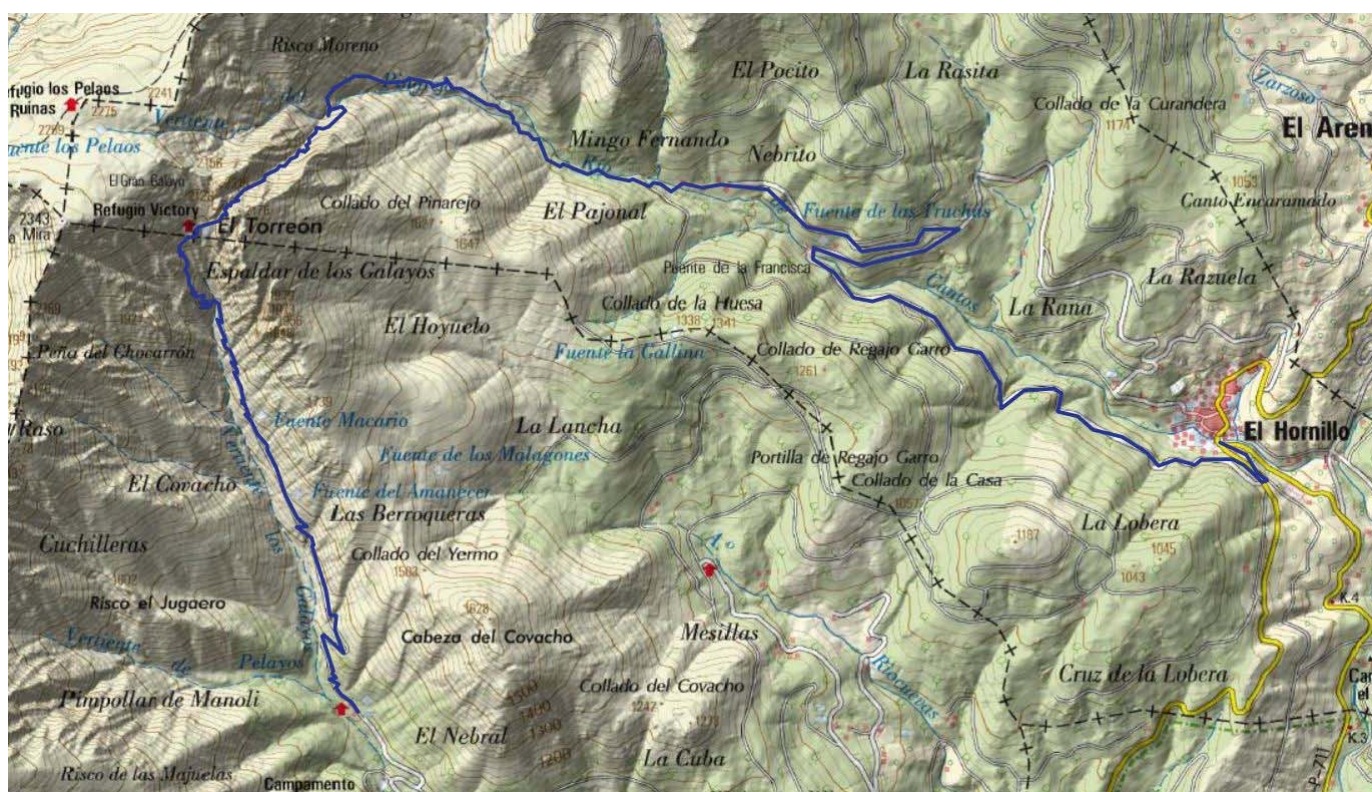
GREDOS III: ESPALDAR DE LOS GALAYOS





SÁBADO, 7 DE OCTUBRE DE 2017

RECORRIDO OPCIÓN 1. El Hornillo – Gran Galayo – Nogal del Barranco

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen (km)	Altitud (m)	Tiempo Parcial	Tiempo al inicio
Salida: El Hornillo	0,0	725	0 h	0 h
Puente de la Francisca	4,1	1.033	50 m	50 m
Refugio de Mingo Fernando	6,7	1.128	32 m	1 h 22 m
Arroyo de Pinarejo	8,3	1.433	48 m	2 h 10 m
Canal Reseca	10,1	1.707	1 h 35 m	3 h 45 m
Gran Galayo	11,2	2.145	1 h 40 m	5 h 25 m
Refugio Victory	11,5	1.968	1 h 15 m	6 h 40 m
Fuente Macario	13,2	1.500	1 h 15 m	7 h 55 m
Llegada: Nogal del Barranco	16,5 km	1.068	35 m	8 h 30 m

MAPA OPCIÓN 1. Se puede descargar, junto al track, de la web.



Horarios ruta 		<ul style="list-style-type: none"> 8 h 30 m. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Salida sol: 08:29 h Puesta del sol: 19:51 h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 					
Distancia Desniveles		 16,5 km	 + 1.440 m	 - 1.030 m			
Tipo recorrido		Travesía					
Dificultad		Física	III+	Alta	Técnica	IV	Muy Alta
M	3	<ul style="list-style-type: none"> 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"> Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, líneas marcadas por accidentes geográficos (ríos, fondos de los valles, cornisas, crestas...) o marcas de paso de otras personas, la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 			
				D	3	<ul style="list-style-type: none"> Marcha por sendas con gradas o escalones irregulares de distinto tamaño, altura, rugosidad e inclinación. Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. Cruces de caos de piedras. Marcha por pedreras inestables. 	
E	4	<ul style="list-style-type: none"> Desnivel acumulado de subida +1.440 m. Desnivel acumulado de bajada: - 1.030 m. Longitud: 16,5 km. Tiempo de marcha sin paradas: 8:30 h. 					
		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 (2l) / 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	E.R.E.I.M: 920-376039 Arenas de San Pedro (Ávila)	Club: 144.775 Hz Coordinador: 656318419			
Cartografía		<ul style="list-style-type: none"> IGN. Serie MTN25, Hojas578- I y III. E-25 Sierra de Gredos. Editorial Alpina 					

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA. OPCIÓN 1

Comenzamos los grupos juntos en el pueblo de El Hornillo, discurrendo la ruta por pista forestal transitada por vehículos pequeños y motos. Atención con el tráfico. Una subida progresiva y cómoda entre el pinar, pasando por la fuente de las Truchas, que en poco más de una hora nos lleva al refugio sin guardar de Mingo Fernando. Allí seguiremos la ascensión por un sendero que discurre por el río de Cantos e iremos saltando a ambas márgenes. Se van alternando el roble y cada vez el granito se hace más presente, hasta desaparecer los árboles y hacer presencia el matorral, entre el que encontraremos sin dificultad la senda.

Una vez que tomamos el arroyo de la Pinareja, el terreno se empina y vamos pasando por canchos de granito cada vez mayores. El hielo hace que la roca fragmentada sea de aristas vivas y algo de peñas caídas por las que no nos costará pisar.

Al llegar a la **canal Reseca** se hacen más presentes los grandes canchos y la ruta sigue zigzagueando teniendo que echar las manos en muchos lugares. Cada vez la pendiente es más empinada.



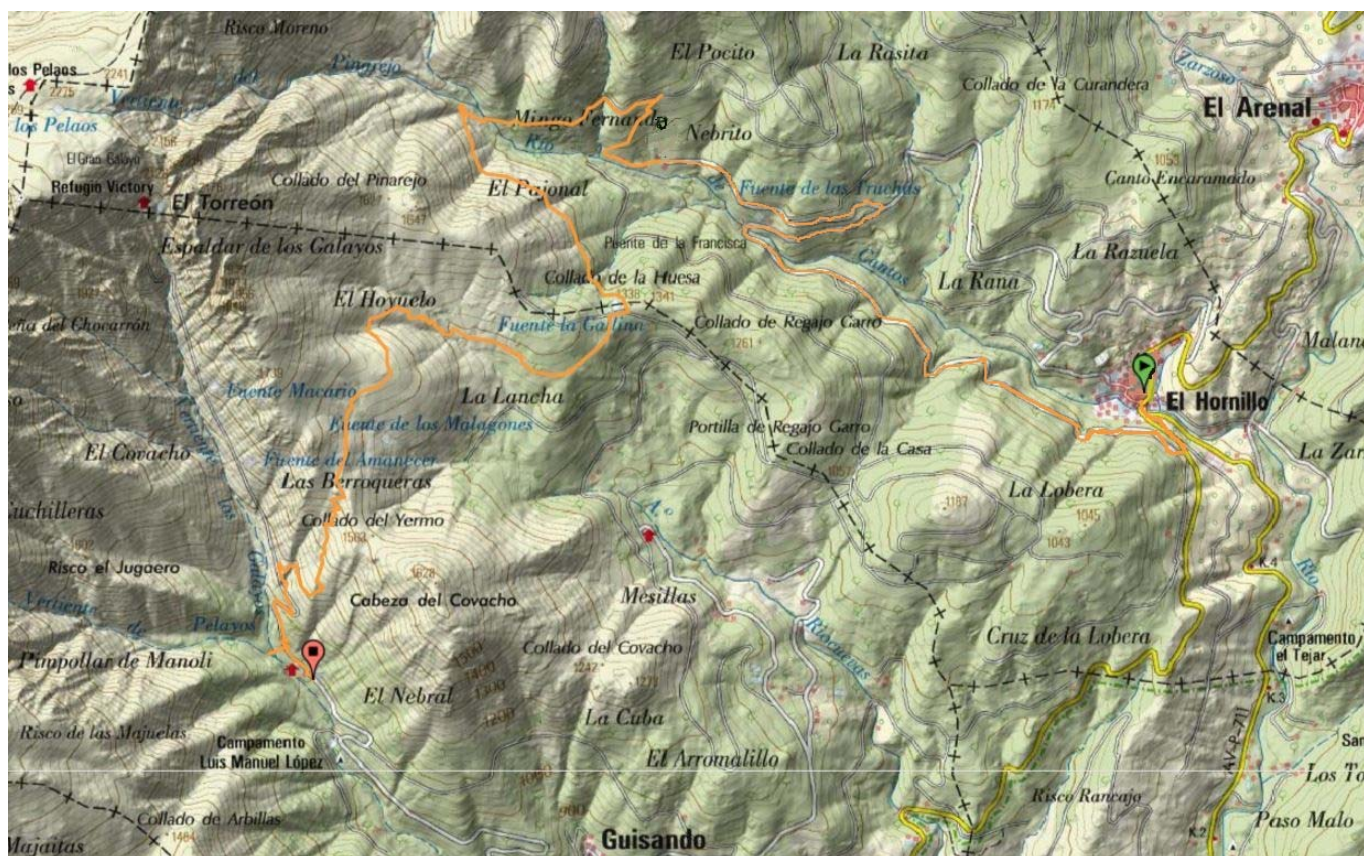
Nos llevará llegar a la parte más alta del recorrido 5 h y 15 min. Desde donde disfrutaremos unas espléndidas vistas del camino realizado y del Refugio Victory al otro lado del valle. Al Norte tenemos el Gran Galayo y al Sur El Torreón. Puede, por la época otoñal, que oigamos la berrea del rebaño de cabras montesas que habitan en la zona de La Mira. No nos entretendremos mucho ya que queda la bajada. Un **empinado destrepe**, dedicaremos hora y media para recorrer 300 m. y 200 de desnivel, en el que en muchas ocasiones deberemos **descender con sumo cuidado** utilizando las manos y en otras apoyar las posaderas. Éste es el tramo más complicado de la jornada.





Una vez que nos encontremos en el Victory de la RSEA Peñalara, suele estar abierto los fines de semana, pero no dispone de ningún tipo de servicio, bajamos por la calzada de cazadores hasta la Fuente Macario y desde allí por un camino al aparcamiento de Nogal del Barranco. Lugar donde nos espera el bus en el área recreativa.

RECORRIDO OPCIÓN 2. El Hornillo - Collado de la Huesa – Nogal del Barranco

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen (km)	Altitud (m)	Tiempo Parcial	Tiempo al inicio
Salida: El Hornillo	0,0	725	0 h	0 h
Puente de la Francisca	4,1	1.033	50 m	50 m
Refugio de Mingo Fernando	6,7	1.128	32 m	1 h 22 m
Arroyo de Pinarejo	8,3	1.433	1 h 09 m	2 h 31 m
Collado de la Huesa	11,4	1.338	47 m	3 h 18 m
Loma del Hoyuelo	13,7	1.560	1 h 10 m	4 h 28 m
Las Berroqueras	14,5	1.538	55 m	5 h 23 m
Llegada: Nogal del Barranco	17,7 km	1.068	44 m	6 h 07 m

MAPA OPCIÓN 2. Se puede descargar, junto al track, de la web.



Horarios ruta 		<ul style="list-style-type: none"> • 6 h. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 08:29 h • Puesta del sol: 19:51 h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 					
Distancia Desniveles		 17,7 km	 + 940 m	 - 530 m			
Tipo recorrido		Travesía					
Dificultad		Física	 	Media	Técnica	 	Baja/Media
M	2	<ul style="list-style-type: none"> • 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	2	<ul style="list-style-type: none"> • Exige atención en los cruces y bifurcaciones de senderos, resultando que en ocasiones el sendero correcto no será el más evidente. 					
D	2	<ul style="list-style-type: none"> • Posibilidad de acumulaciones de nieve incluso en terreno boscoso. 					
E	3	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida + 940 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 530 m. • Longitud: 17,7 km. • Tiempo de marcha sin paradas: 6 h. 					
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		E.R.E.I.M.: 920-376039 Arenas de San Pedro (Ávila)		Club: 144.775 Hz Coordinador: 656318419	
Cartografía		<ul style="list-style-type: none"> • IGN. Serie MTN25, Hojas578- I y III. • E-25 Sierra de Gredos. Editorial Alpina 					

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA. OPCIÓN 2

Comenzamos los grupos juntos en el pueblo de El Hornillo, discurrendo la ruta por pista forestal transitada por vehículos pequeños y motos. Atención con el tráfico. Una subida progresiva y cómoda entre el pinar, pasando por la fuente de las Truchas, que en poco más de una hora nos lleva al refugio sin guardar de Mingo Fernando.

Desde aquí seguiremos el recorrido sinuoso y con poca pendiente que nos lleva al collado de la Huesa, donde podremos tener un pequeño descanso. Podemos apreciar las dos vertientes de los arroyos Cantos al Norte y Río Cuevas al Sur. Seguiremos con poca pendiente hasta la Lancha, punto más alto del recorrido.

Bajada por las Berroqueras, empinada y con cuidado hasta llegar a la Vertiente de los Galayos, donde seguiremos por el camino de cazadores al área recreativa de Nogal del Barranco.

INFORMACIÓN DEL MEDIO NATURAL

Situación y Clima

Provincia de Ávila. Cara Sur de la Sierra de Gredos, por tanto, en la cuenca del Tajo, los arroyos son emisarios del Tiétar. Mayores pendientes que en la zona Norte, por el basculamiento de la montaña que empuja los materiales hacia el norte. Nos encontraremos areniscas en las zonas bajas y granitos en las altas, producidos en el plegamiento Herciniano. La erosión debida al hielo hace fragmentarse la roca en peñascos irregulares y angulosos.

En el mes de octubre las temperaturas son bonancibles, en el valle de 9 a 20 grados. Con 6 días de precipitación, acumulando 75 litros/mc. En las cumbres podremos encontrar fuertes vientos y mínimas de 0º C. No es frecuente encontrar nieve en las laderas en esta época del año.

Fauna y flora

El Parque Regional de la Sierra de Gredos fue declarado en 1991, en su flora encontramos pino silvestre de repoblación, en menor cantidad robles y encinas. A partir de los 1600 m piornal, enebro y pasto alpino. Sobre las rocas encontraremos líquenes.

La fauna dominante es de cabra montesa de la subespecie Victoriae, endémica del Sistema Central y a punto de extinguirse a principios del siglo XX y salvada en 1905 por la creación del Coto Real de Gredos. Entre los terrestres también encontramos nutrias y la ratilla invernal.



Aves, águila real, buitre leonado, pechiazul, collalba y verderón serrano.

Los reptiles que podemos encontrarnos, algunos endémicos, son lagartija serrana y la singular salamandra de Gredos, especie característica de la sierra y tarjeta del Parque. También la víbora hocicuda muy venenosa.

La berrea suele ser de octubre a diciembre según el tiempo meteorológico de cada otoño.

Más información en:

<http://www.patrimonionatural.org/espacios-naturales/parque-regional/parque-regional-sierra-de-gredos>

NORMAS DE SEGURIDAD. ADVERTENCIAS.

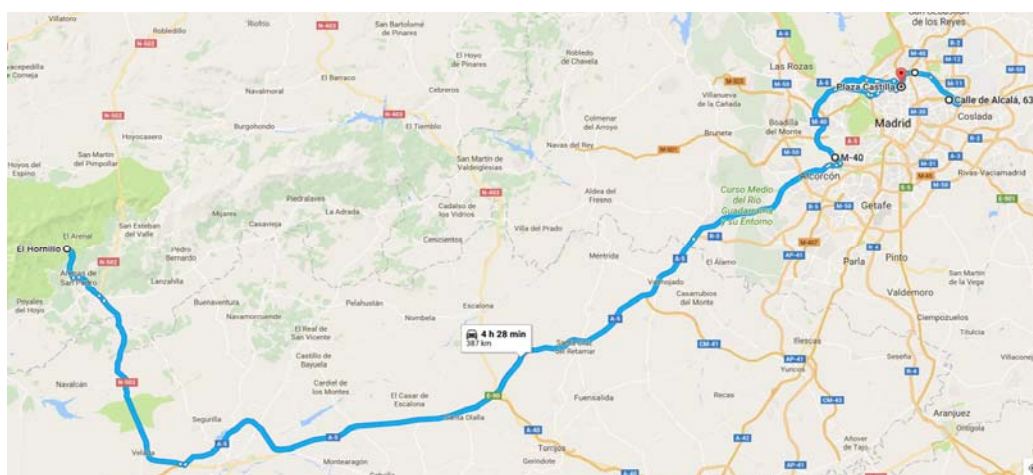
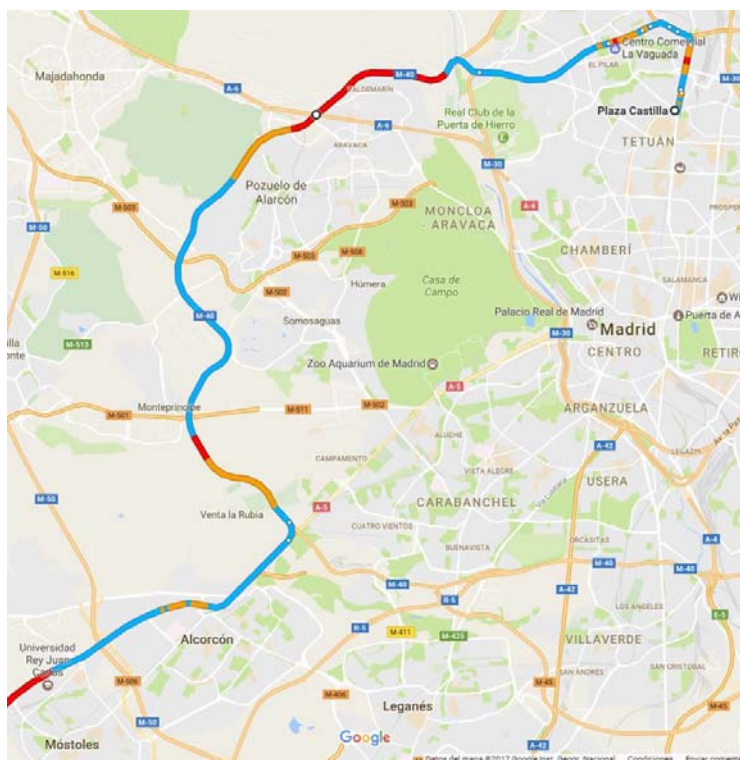
- **El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**
- Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios 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.
- 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.
- En esta 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.
- 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.**

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 Canillejas 07:00 h. (C/ Alcalá, 634):
- Parada en Plaza Castilla 07:15 h. (depósito canal):
- Parada Boadilla del Monte 07:40 h. (marquesina Montepíncipe)
- Inicio de la marcha: 10:00 h.
- **Finalización de la marcha:** 19:00 h.
- Regreso autobús hacia Madrid: 20:00 h.
- 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.



INSCRIPCIONES. PRECIO

Inscripción, y pago con tarjeta, desde la web.

- 15 €. Federados (con licencia adecuada al tipo de actividad a realizar)
- 18 €. Otros. (Incluye seguro)

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

Coordinador de la actividad: Manu C. email: manucrespo@yahoo.es

Tel 656318419 WhatsApp

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