



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

Circular Valle de Canencia

12 de diciembre de 2020

Vamos a realizar esta actividad de cordales teniendo en cuenta la situación en la que nos encontramos. Respetemos las pautas de seguridad y leed el DECÁLOGO COVID PEGASO descrito más abajo. Nos organizaremos durante el trayecto en grupos de seis personas como máximo.

Recorrido opción A: Canencia-Chorrera Rovellanos-Pto. De Canencia-Cdo Hontanar-Espartal-Canencia.



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen	Altitud	Desnivel Acumulado	Tiempo al inicio
Salida: Canencia	0	1130m	0	0
Chorrera Rovellanos	2,20km	1325m	+195/-0	0h 50'
Pto. De Canencia	8,00km	1510m	+500/-120	2h 45'
Collado del Hontanar	14,20km	1730m	+775/-175	4h 30'
Vértice El Espartal	18,00km	1733m	+900/-300	5h 40'
Llegada: Canencia	27,00km	1130m	+980/-980	8h 05'

MIDE		Vuelta al Valle de Canencia2		
horario	8h 5'		3	severidad del medio natural
desnivel de subida	980 m		3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	980 m		2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	27,0 Km		4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular			
Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.				
Calculado sobre datos de 2020.				

Recorrido opción B: Canencia–Chorrera Rovellanos–Pto de Canencia–Chorrera Mojonavalle–Canencia.



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen	Altitud	Desnivel Acumulado	Tiempo al inicio
Salida: Canencia	0	1130m	0	0
Chorrera Rovellanos	2,20km	1325m	+195/-0	0h 50'
Pto. De Canencia	8,00km	1510m	+500/-120	2h 45'
Chorrera Mojonavalle	10,10km	1540m	+610/-200	3h 25'
Llegada: Canencia	19,40km	1130m	+700/-700	5h 50'

MIDE		Vuelta al Valle de Canencia		
horario	5h 45'		3	severidad del medio natural
desnivel de subida	710 m		3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	700 m		2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	19,5 Km		3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular			
Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2020.				

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.**Opción A: Canencia-Chorrera Rovellanos-Pto. De Canencia-Cdo Hontanar-Espartal-Canencia.**

Horarios ruta		8h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 8:28. Ocaso: 17:48			
Distancia y desniveles		 27'0 km	 + 980 m	 - 980 m	
Tipo recorrido		 Circular			
Dificultad		Física	MEDIA-ALTA	Técnica	MEDIA
M	3	<ul style="list-style-type: none"> 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...) 			
I	3	<ul style="list-style-type: none"> Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, en algunos tramos la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos. 			
D	2	<ul style="list-style-type: none"> Camino con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. Terreno apto para caballerías. Campo a través por terrenos uniformes como landas, taiga y prados no muy inclinados. 			
E	4	<ul style="list-style-type: none"> 8 horas de marcha efectiva 			
Perfil		Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito			
Material obligatorio		Botas de montaña, ropa de abrigo y de agua, gafas de sol, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua (mínimo 1,5 l), frontal, manta térmica..			
Teléfonos emergencias		Emergencias: 112	Emisora 144,775 Hz	Club:	Guardia civil. SEREIM de Navacerrada 6503923 - 650 384125
Cartografía		Digital: omt_spain			

Opción B: Canencia – Chorrera de Rovellanos – Pto de Canencia. – Chorrera de Mojonavalle – Canencia

Horarios ruta	6:00h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 8:28. Ocaso: 17:48		
Distancia y desniveles	 19´1 km	 + 700 m	 - 700 m
Tipo recorrido	 Circular		
Dificultad	Física	MEDIA	Técnica MEDIA
M	2	<ul style="list-style-type: none"> 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...) 	
I	3	<ul style="list-style-type: none"> Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, en algunos tramos la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos. 	
D	2	<ul style="list-style-type: none"> Caminos con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. Terreno apto para caballerías. Campo a través por terrenos uniformes como landas, taiga y prados no muy inclinados. 	
E	3	<ul style="list-style-type: none"> 6 horas de marcha efectiva 	
Perfil	Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio	Botas de montaña, ropa de abrigo y de agua, gafas de sol, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua (mínimo 1,5 l), frontal, manta térmica..		
Teléfonos emergencias	Emergencias: 112	Emisora 144,775 Hz	Club: Guardia civil. SEREIM de Navacerrada 6503923 - 650 384125
Cartografía	Digital: omt_spain		

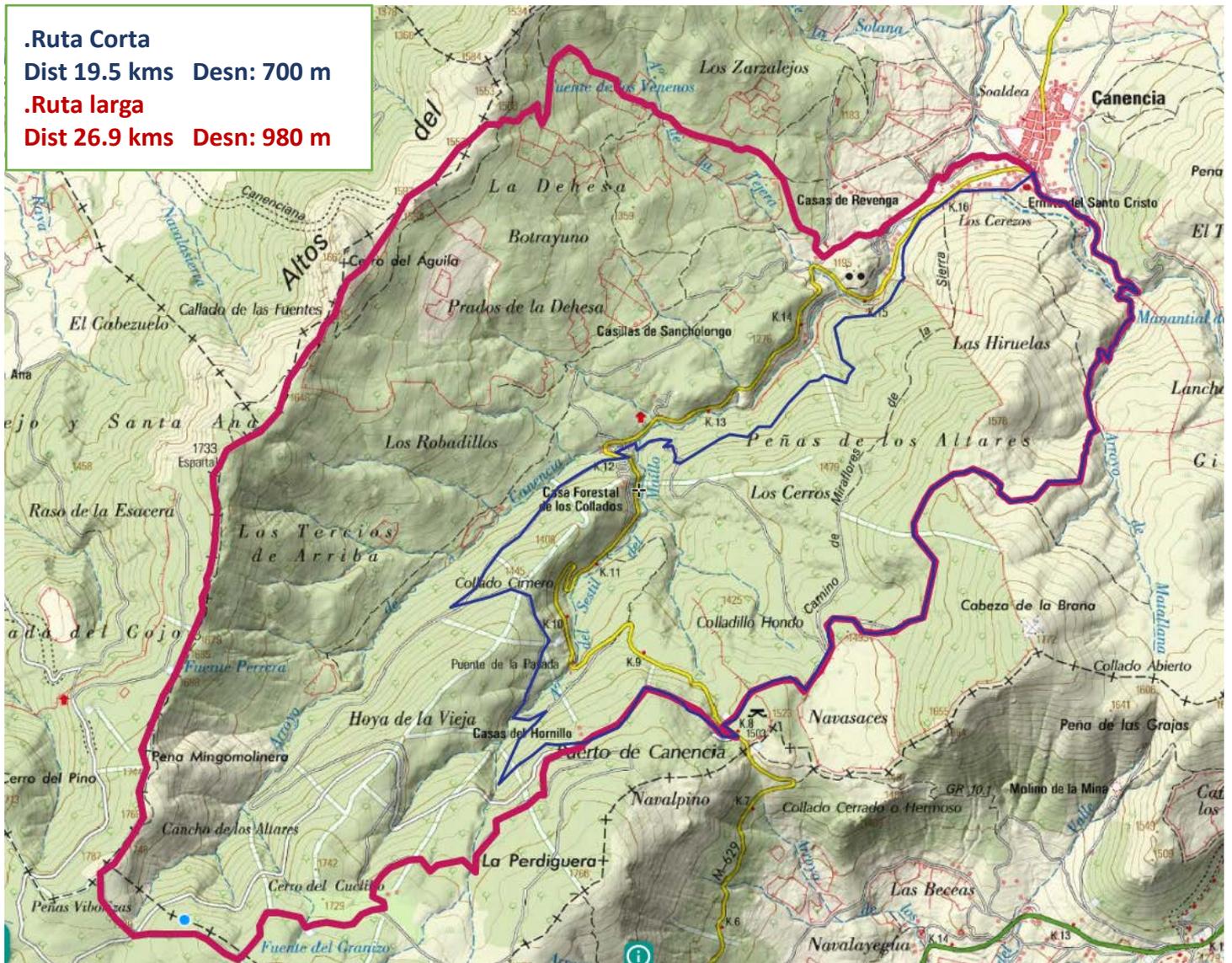
MAPA DE LAS RUTAS.

.Ruta Corta

Dist 19.5 kms Desn: 700 m

.Ruta larga

Dist 26.9 kms Desn: 980 m



DESCRIPCIÓN DE LAS RUTAS.

Opción A: Canencia-Chorrera Rovellanos-Pto. De Canencia-Cdo Hontanar-Espartal-Canencia.



Desde el punto de reunión, nos dirigiremos hacia el sur para salir de la población por la calle de la Barrera, junto al arroyo del Batán. Avanzaremos por pista dejando el arroyo a la izquierda. A los 600m de abandonar el pueblo se cruza el arroyo y tomamos una traza de sendero a la derecha para volver a alcanzar otra pista 500m más adelante. Por ella llegaremos a las inmediaciones de una pantaneta que cruzaremos por la presa, tomando a continuación un senderillo que nos acercará a la **Chorrera de Rovellanos**.

Desde aquí, salvando la cascada por la derecha, (sendero poco definido), continuamos remontando el valle hasta alcanzar una confluencia de arroyos. Cruzamos el primero de ellos para remontar por sendero cada vez más definido hasta dar con unas rodadas en la cota 1550m. Siguiendo la traza de las rodadas llegaremos al llano Las Navasaces donde ya por buena pista alcanzamos el **Puerto de Canencia**.

Desde el Puerto, por pista y sendero muy marcado llegaremos a la Fuente del Hornillo, (con merendero techado junto a una edificación). En este punto se separan las rutas A y B.

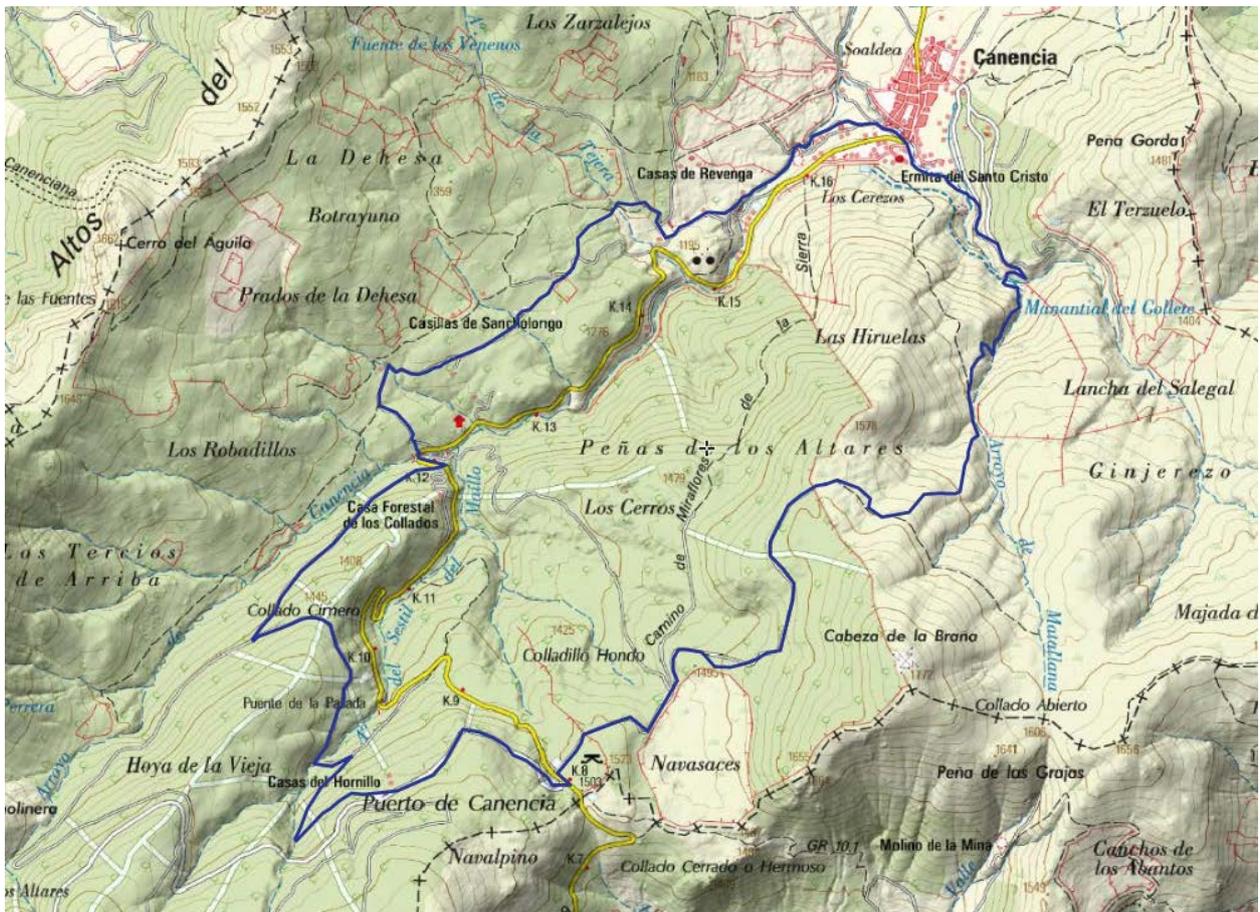
La Opción A (corta). toma un sendero a la derecha que en ligera bajada enseguida llega a la **Chorrera de Mojonavalle**. Desde aquí la ruta continúa en bajada haciendo una lazada para volver a encontrar en arroyo metros más abajo, punto en el que se cruza para continuar por una pista en ladera. Se seguirá durante

kilómetro y medio hasta llegar a un marcado cruce donde hay que girar a la derecha casi 180º, en bajada continuando por pista hasta alcanzar la carretera tras recorrer 1,8kms. Atención en este punto!! Hay que bajar 100m por la carretera, (*) cruzarla y tomar un camino que parte al otro lado y bajar hasta el **Arroyo Maíllo** que habrá que vadearlo por unas piedras colocadas para tal fin.

A continuación se afronta la última subida de la jornada, 90 metros de desnivel para alcanzar una pista señalizada que tomándola a la izquierda y tras 2,6kms nos vuelve a dejar en la carretera cerca ya del final de la ruta. Habrá que recorrer 500m por la carretera para llegar a una pista a la derecha que ya nos llevará hasta el pueblo. Quien quiera evitar estos 500m de asfalto, 100m antes de alcanzar la carretera, puede intentar buscar trazas de camino que transitando por la ladera nos eviten esos 500m de carretera con cierto tráfico de vehículos.

(*) Alternativa a Cruzar el Arroyo del Maíllo.

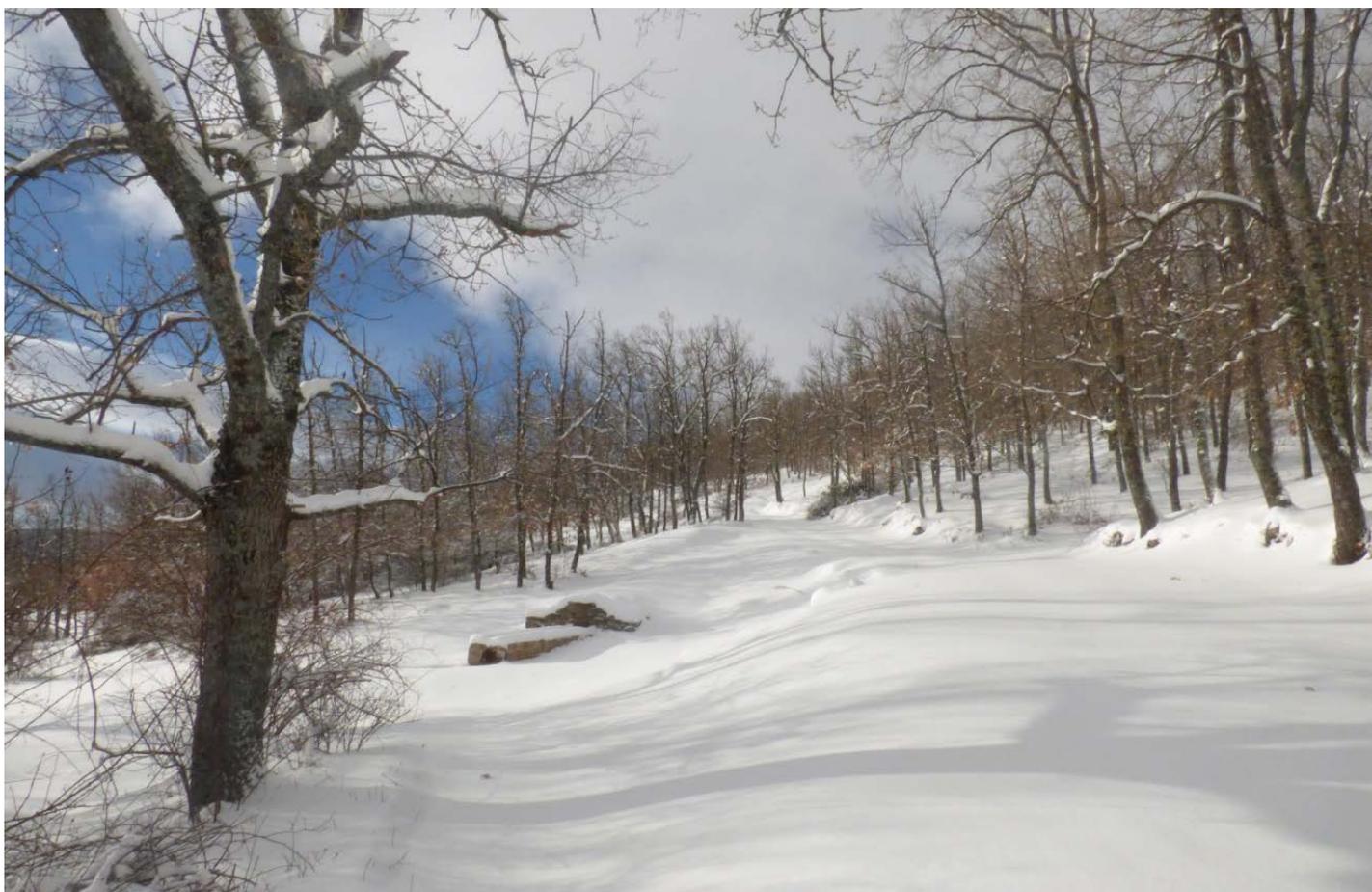
Se puede llegar al pueblo sin tener que vadear el Arroyo del Maíllo, pues tras las lluvias previstas para los días anteriores a la fecha planificada de la actividad junto con el deshielo de la nieve caída el fin de semana anterior, es previsible que baje muy cargado. En esta Alternativa, una vez que se llega a la carretera hay que seguir bajando unos 100m más hasta cruzar el arroyo de Canencia por un Puente. Pasado el puente se sale de la carretera por la izquierda en subida alcanzando una pista que remonta unos 40m de desnivel para luego girar a la derecha y manteniendo cota unirse con el trazado de la ruta larga 2kms antes de llegar al pueblo.



Opción B: Canencia – Chorrera de Rovellanos – Pto de Canencia. – Chorrera de Mojonavalle – Canencia

La Opción B (larga). Desde la Fuente de Hornillo continúa por una pista que parte a la izquierda de la principal y que va ganando altura suavemente para tras 3Kms más alcanzar un cortafuegos en la cota 1785m. por el cortafuego se llega enseguida al **Collado de Hontanar**.

Desde el Collado, los siguientes 6kms será seguir el cordal de los Altos del Hontanar hasta alcanzar el vértice **El Espartal** 1733m, y después el Pico del Águila, 1661m. Desde este Pico, siguiendo el cordal se desciende hasta a un marcado collado donde ya abandonamos la línea divisoria descendiendo a la derecha alcanzando enseguida una pista en las inmediaciones de la fuente de los Venenos. Descendiendo por esta pista llegaremos de nuevo al pueblo cerrando la ruta circular de 27kms.



NORMAS GENERALES 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 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.
- 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 alguna participante reserva a los organizadores el derecho a rehusar de su participación en ella.**

DECALOGO COVID PEGASO

Cada socio es responsable de cumplir las siguientes normas:

- 1. OBLIGATORIAMENTE.** Los socios llevaremos **MASCARILLAS Y GEL DESINFECTANTE** en cantidad suficiente para el viaje o actividad deportiva.
- 2. DURANTE EL VIAJE.** E **obligatorio el uso de mascarilla** mientras dure el viaje en el autobús y/o en el coche.
- 3. REFUGIOS Y ESPACIOS CERRADOS.** Antes de viajar, **leer las condiciones COVID de los refugios y resto de alojamientos**, así como llevar mascarillas, saco, almohada propia, chanclas propias, etc.
- 4. ESPACIOS AL AIRE LIBRE.** Si la **DISTANCIA DE SEGURIDAD** es menor de 2 metros, nos pondremos la mascarilla.
- 5. TRANSPORTE.** Debemos **cumplir las normas COVID de las compañías de autobuses**. El/la conductor/a o el/la coordinador/a se encargarán de explicarlas al inicio del viaje.
- 6. ALOJAMIENTO.** Leer antes de entrar **las NORMAS DE PREVENCIÓN del refugio u hotel**; que tendremos que cumplir rigurosamente.
- 7. AGLOMERACIONES.** En el alojamiento **evitaremos aglomeraciones, sobre todo, en el momento de la entrega de llaves**, siendo los coordinadores quienes se encargarán de distribuirlos.
- 8. ESTERILIZACIÓN Y MEDIDAS HIGIÉNICAS.** Recomendamos el **LAVADO DE MANOS frecuente** con jabón o líquido desinfectante hidroalcohólico. Siempre que sea posible, **mantener la ropa y calzado utilizados en bolsas estanco o custodiadas en un lugar separado de la habitación** en su defecto.
- 9. DURANTE LA ACTIVIDAD.** Mantendremos siempre la **distancia de seguridad de al menos 2 metros** y, si en algún momento no podemos hacerlo nos pondremos la mascarilla.
- 10. INTERCAMBIO.** No intercambiaremos **objetos ni material de uso personal con otros participantes**, tales como agua, cantimploras, bastones, teléfonos móviles, vasos y demás artículos de uso propio.

¡¡MUY IMPORTANTE!!

Las personas que presente síntomas compatibles con la infección por coronavirus, deben renunciar a asistir al viaje.

Si la aparición de síntomas se produce durante el transcurso el viaje: el/la afectado/a deberá comunicárselo inmediatamente al/la coordinadora/a. Se separará del grupo y acudirá a los servicios sanitarios urgentemente.

LOGÍSTICA. Transporte. Precio

TRANSPORTE. HORARIOS

En coches. Se coordinará a los participantes para compartir coches

Lugar y hora de salida: Punto de reunión.

Plaza de la Constitución, Canencia. A las 9h. (Frente al Ayuntamiento)

<https://www.google.com/maps/place/40%C2%B054'32.3%22N+3%C2%B044'15.8%22W/@40.907606,-3.7386535,17z/data=!4m3!1m7!3m6!1s0xd43e01b6a0ec939:0xa03ed5fee7e29691!2sPlaza+de+la+Constituci%C3%B3n,+28743+Canencia,+Madrid!3b1!8m2!3d40.9096574!4d-3.7372373!3m4!1s0x0:0x0!8m2!3d40.9090607!4d-3.7378361>

PRECIO

2 €. Federados (con Licencia A o superior)

5€ (Incluye seguro: 3€/día)

INSCRIPCIONES

El máximo de plazas son 18. (Se harán grupos de 6 personas para la realización de la actividad)

Directamente en la web. A partir del 4-12-2020.

Pago: Precio total correspondiente (federado o no federado), 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

COORDINADOR

Luis Cano. vivacazorla@gmail.com

639041165 (llamadas, de 18:00 a 22:00) 676555343 (whatsapp)