



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

El Hornillo- San Benito

26 de junio de 2021

Vamos a realizar esta actividad de cordales teniendo en cuenta la situación en la que aún 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.

Santa Maria Alameda – Cerro San Benito – El Hornillo – Santa Maria Alameda



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen	Altitud	Desnivel Acumulado	Tiempo al inicio
Salida: Santa Maria - Estación	0	1072m	0	0
Cerro San Benito	5,7km	1629m	+632/-76	2:45h
Robledondo	8,6km	1385m	+703/-390	3:17h
Cascada El Hornillo	13,6km	1271m	+839/-639	5:00h
Llegada: Santa Maria - Estación	21,2km	1077m	+1034/-1028	7:30h

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.

Horarios ruta	7:30h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 06:45. Ocaso: 21:38		
Distancia y desniveles	 21,2 km	 + 1034 m	 - 1028 m
Tipo recorrido	 Circular		
Dificultad	Física	MEDIA-ALTA	Técnica MEDIA
M	2	<ul style="list-style-type: none"> El itinerario, en algún tramo, transcurre fuera de traza de camino y por terreno enmarañado irregular. Paso de torrentes/ríos sin puente. 	
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"> Marcha por sendas con gradas o escalones irregulares de distinto tamaño, altura, rugosidad e inclinación. 	
E	4	<ul style="list-style-type: none"> 7:30 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 144,700 Hz	Club: Guardia civil. SEREIM de Navacerrada 6503923 - 650 384125
Cartografía	IGN - MTN50- 508 - Cercedilla (1:50.000)		

DESCRIPCIÓN DE LAS RUTA





Empezamos la ruta desde la Estación de Santa María de la Alameda.

Salimos del pueblo y enseguida una pequeña pendiente de bajada que nos llevará hasta el río, el cual cruzaremos sin ninguna dificultad.

Una vez cruzado el río comenzaremos a subir una leve pendiente que nos llevará hasta una pista que cogeremos por nuestra derecha. Este tramo del camino no está muy marcado, aunque se recorre sin ninguna dificultad.

La pista nos llevará hasta el borde de la carretera M- 538 que lleva de la estación hasta el cruce con la carretera M-505 a la altura de La Paradilla. Para llegar al cruce la La Paradilla dejaremos la carretera a nuestra izquierda.

Una vez en La paradilla deberemos **cruzar la carretera M-505** por lo que deberemos **prestar atención en este punto**.

Una vez cruzada la carretera iniciaremos una pequeña subida que nos llevará al mirador de los buitres, punto desde el que iniciaremos la subida que nos conducirá al Cerro de San Benito, punto mas alto de nuestra ruta.

Desde el San Benito iniciaremos la bajada dejando el murete a nuestra derecha durante aproximadamente 1.2 km. A partir de aquí tomaremos a la izquierda para dirigirnos de nuevo a la carretera M-505 a la altura de La Ventolera.

Cruzaremos la carretera M-505, prestando especial atención al cruce ya que suele haber bastante tráfico, y, subiendo una pequeña pendiente nos dirigiremos a Robledondo.

Una vez atravesado el pueblo cogeremos una pista que nos conducirá directamente a la zona de El Hornillo. Llegados al río no será necesario cruzarlo y nos dirigiremos paralelos a la Cascada de El Hornillo. En este punto merece la pena pararse a realizar unas fotos.

Pasado este punto continuaremos nuestra ruta hasta llegar al parking de El Hornillo donde deberemos cruzar la carretera M – 535 para coger el camino que nos permita continuar nuestra ruta a lo largo del río. Como en cualquier cruce carreteras debemos prestar especial atención.

De inicio deberemos cruzar el río para bajar por la margen izquierda. Se prevé que el cruce se haga sin mucha dificultad ya que en esta época del año no debe llevar demasiado caudal.

Bajaremos a lo largo del margen izquierdo teniendo en cuenta que, en ocasiones, el sendero se separará un poco del río por lo que será necesario ir atentos al track.

Sobre el km 16.5 será necesario cruzar el río para continuar durante un tramo por el margen derecho del mismo. Al igual que antes no se prevén grandes dificultades para el cruce del río aunque si no se localiza un buen punto podría ser necesario descalzarse para realizar el cruce.

Continuaremos por el margen derecho hasta aproximadamente el km 18 donde será necesario volver a cruzar hacia el margen izquierdo del río. El cruce del río será similar a los anteriores.

Continuaremos nuestra ruta hasta llegar al pueblo y llegar al punto de partida.

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: La Estación de Santa María de la Alameda. [UBICACIÓN](#)

Hora de reunión: 9h.

PRECIO

2 €. Federados (con Licencia A o superior)

5 € Otros (Incluye seguro: 3€/día)

INSCRIPCIONES

El máximo de plazas son 55.

Directamente en la web. A partir del 13-06-2021.

Pago: Precio total correspondiente (2 € federado o 5 € no federado), a través de la web del club

De no hacer efectiva esta cantidad en el plazo de 6 horas 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

José Luis Sánchez jlсанchezgil@gmail.com 606133332