



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

BTT. Daganzo - Ribera del Jarama

Sábado 6 de Marzo de 2021

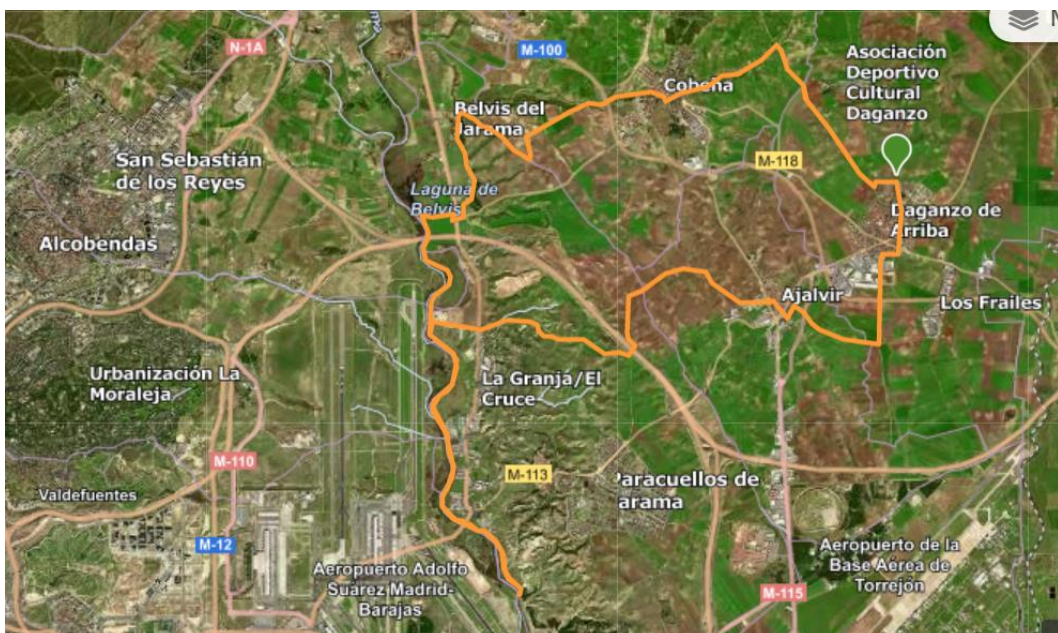
Puntos:

- 1. Ruta:**
 - 1.1. Track**
 - 1.2. Datos**
 - 1.3. Descripción de la ruta**
- 2. Fecha. Lugar. Hora de encuentro.**
- 3. Normas**
- 4. Logística**
- 5. Decálogo Covid Pegaso**

1. RUTA.

1.1. TRACK:

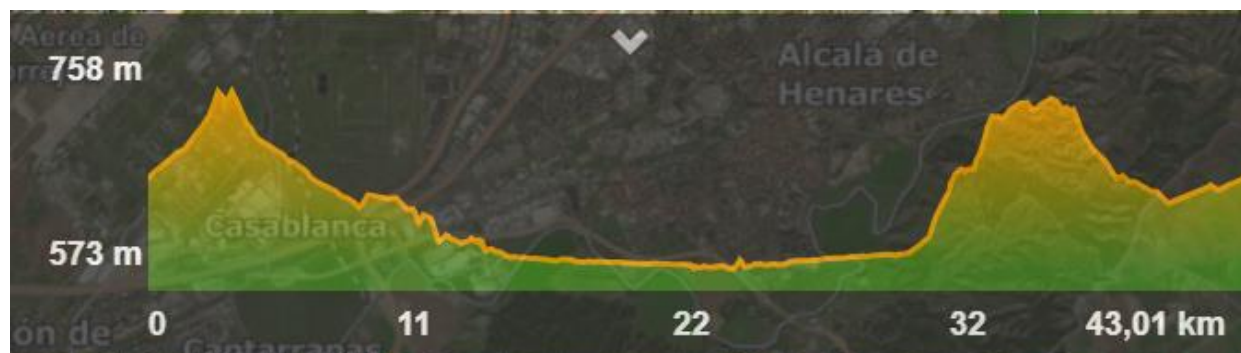
Daganzo - Cobeña – Belvis del Jarama - Ribera del Jarama (PR-M40) – Cueva del Río - Ajalvir – Daganzo



Enlace de la ruta:

<https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/daganzo-de-arriba-cobena-belvis-ribera-del-jarama-pr-m-40-cueva-del-rio-ajavir-circular-66939855>

Relieve:



1.2. DATOS DE LA RUTA:

Distancia: 43 kms

Desnivel Positivo: 450 m

Dificultad física: 3/5

Dificultad técnica: 2/5

1.3. DESCRIPCION DE LA RUTA.

Ruta circular con encanto a tan solo media hora de Madrid (zona Nordeste). Se trata de una circular sencilla y variada en cuanto a paisaje, alternando entre pistas y sendas fáciles que atraviesa un bosque de pinos, va paralela a la ribera del río Jarama durante unos kilómetros, predominan los campos de cultivo y pasa por algunos pueblos de la zona (Cobeña, Ajalvir y Daganzo). Hay algunos puntos del recorrido con charcos y algo de barro en esta época. Se pueden visualizar fácilmente los aviones que despegan ya que las pistas del aeropuerto están muy próximas.

Se sale del Pabellón Municipal de Deportes de Daganzo que aunque tiene un parking, es para uso exclusivo de los clientes por lo que recomiendo aparcar en la Avenida de la Circunvalación a la salida del Pabellón, que hay sitio de sobra a ambos lados.

La ruta comienza rodeando parte de Daganzo por la Avenida de la Circunvalación hasta coger una pista que nos lleva a Cobeña en una media hora. Primero sube a un collado por una cuesta larga pero llevadera y una vez en la parte más alta, se baja al pueblo de Cobeña. Antes de llegar al pueblo, en un cruce de 4 caminos donde tiraremos hacia la izquierda, está la Fuente de Cuatro Caminos para reponer agua. Se atraviesa Cobeña y se sale por la vía pecuaria que comunica con Belvis.



Hay algun repechito pequeño pero llegando a Belvis todo es bajada. Al final de la bajada empieza una bonita senda que va por el bosque de pinos, rodea Belvis y según va llegando a su final, tiene puntos donde han caido numerosas ramas grandes debido a la intensa nevada de Enero, por lo que habrá que esquivarlas y en agunos casos puede que sea necesario bajarse de la bici.



Saliendo del bosque se cruza una carretera y el camino nos conduce hasta la Ribera del río Jarama en la que pedalearemos durante unos kilómetros agradables por llano. La ruta por el río la terminamos cuando llegamos a la Cueva del Rio. Esta cavidad tiene una entrada que invita a la curiosidad de uno a entrar hasta el fondo de un pasillo que termina en una espectacular vista del río, merece la pena.





Aquí nos damos la vuelta hasta llegar al cruce para continuar nuestra ruta circular por la PR-M40. A partir de aquí conviene mentalizarse de que toca subida para recuperar la altura de la que partimos en Daganzo. El terreno es bueno, la zona es tranquila. Tras varias cuestas, algún que otro sube y baja y el cruce de la M45, llegamos a Ajalvir por el Cementerio, atravesamos el polígono industrial, cruzamos una carretera y un poco el pueblo para tomar la pista que nos conduce a Daganzo.



Una vez en Daganzo seguimos la ribera hasta el punto de encuentro del inicio.



2. FECHA, HORA y LUGAR DE ENCUENTRO.

Sábado 6 de Marzo

Lugar de encuentro: Pabellón Municipal del Polideportivo de Daganzo, Avda. de la Circunvalación, S/N

Hora: 10:00. Se esperarán 15 min de cortesía y la ruta comenzará a las 10:15. Se ruega puntualidad a todos los asistentes.

3. **NORMAS DE SEGURIDAD. ADVERTENCIAS**

- El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad física, técnica y deportiva adecuada para la realización de ésta.
- 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 general y/o coordinadores de seguridad) que informarán a los participantes, antes o durante la actividad, si ésta se podrá realizar o no según lo previsto.
- No se debe iniciar la ruta hasta que el Coordinador lo indique.
- Ningún participante debe realizar recorridos no previstos, si así lo decidiera debe comunicar a los coordinadores 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, bebidas...) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras circunstancias que pudieran presentarse.
- Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida, aunque siempre podrá consultar con el coordinador de la actividad.
- Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, valorar su propia capacidad para realizar la misma.
- Los participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
- Si durante la ruta algún participante sufriera un percance o se encontrara mal, debe comunicárselo inmediatamente al coordinador o cualquier otro integrante de la ruta, que es la única forma de poder facilitarle la ayuda necesaria antes de que se pudiera producir un accidente.
- Todo participante en la ruta, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar al coordinador cualquier incidente que observe y que a, su juicio, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades en el auxilio de cualquier integrante del grupo. BTT. Pistas del Canal 10
- 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.

4. LOGÍSTICA: Material Transporte. Precio e Inscripciones.

4.1.- Material.

Obligatorio: bicicleta revisada y en perfecto estado de funcionamiento, casco, cámaras de repuesto del diámetro y perfil de nuestra rueda, bomba de inflado, agua suficiente para la actividad, (no se podrá recargar en lugares intermedios) comida, (barritas, geles, bocadillo...) gafas de sol, crema solar, ropa de abrigo, cortavientos.

Opcional: Eslabón rápido para cadena adecuado a el cambio que llevemos, G.P.S con el track de la actividad cargado, patilla del cambio de repuesto adecuada para nuestra bicicleta.

4.2.- Transporte. En vehículos particulares. El Coordinador intentará en la medida de sus posibilidades coordinar a todos los interesados en participar en la ruta para que compartan vehículos y gastos de transporte. También esta la posibilidad de llegar en transporte público (RENFE)

4.3.- Precio. Para asegurados/as con BTT el precio a abonar será de 2 €. Para no asegurados/as de BTT será de 5 €. en el precio está incluido el seguro de 3 € por el día de actividad. Pago obligatorio mediante tarjeta bancaria a través de la web del Club. De no hacer efectiva la cantidad a pagar en el plazo de 2 horas desde el apunte, se considerará anulada la preinscripción. Cualquier circunstancia excepcional deberá ser autorizada por el responsable de actividades del Club.

4.4.- Inscripciones. En la web www.montanapegaso.es. El hecho de realizar la reserva conllevará implícito que el participante declara tener la capacidad física, deportiva y técnica adecuada para la realización de la actividad. 4.5.- Anulaciones. Las condiciones quedarán sujetas al Apartado 7 del "Protocolo de Participación de Actividades".

(<http://www.montanapegaso.com/club/protocoloparticipacion-en-actividades>)

5. 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.** Es obligatorio el uso de mascarilla mientras dure el viaje en el autobús y/o en el coche. BTT. Pistas del Canal 11
- 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.

Elena Llorente

Teléfono: 619 767 155, E-mail: elenallorentegarcia25@gmail.com

Coordinadora de la actividad