



A.D. GRUPO de MONTAÑA PEGASO

Cordales. Travesía de Siete Picos

Dehesas de Cercedilla - Siete Picos - Pto.Navacerrada

20 de febrero de 2022

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. NUNCA se debe quedar nadie solo.

Más información: [Valle de la Fuenfría - Wikipedia, la enciclopedia libre.](#) [Siete Picos - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)

Opción A: Dehesas de Cercedilla - Peñota - Peña del Águila - Peña Bercial - Cerro Minguete - Puerto de la Fuenfría - Siete Picos - Puerto de Navacerrada



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen	Altitud	Desnivel Acumulado	Tiempo al inicio
Salida: Las Dehesas	0	1290m	0	0
La Peñota	4,44km	1927m	+596/-34	2h
Peña del Águila	6,87km	2010m	+840/-197	3h
Peña Bercial	10,47km	2002m	+1093/-459	4h
Cerro Minguete	11,63km	2026m	+1139/-484	4:30h
Pto. de La Fuenfría	12,49km	1792m	+1140/-712	5h
Pico Somontano (7º pico)	15,79km	2138m	+1563/-807	6:30h
Llegada: Pto. de Navacerrada	18,6km	1368m	+1650/-1080	7:30h

Opción B: Dehesas de Cercedilla - Collado de Marichiva - Peña Bercial - Cerro Minguete - Puerto de la Fuenfría - Siete Picos - Puerto de Navacerrada



PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Distancias a origen	Altitud	Desnivel Acumulado	Tiempo al inicio
Salida: Las Dehesas	0	1290m	0	0
Collado de Marichiva	3,43km	1746m	+466/-13	1:15h
Peña Bercial	4,82km	2002	+724/-14	1:45
Cerro Minguete	5,76km	2026	+770/-38	2:15h
Pto. De La Fuenfría	6,71km	1792m	+770/-266	2:30
Pico Somontano (7º pico)	10,40km	2138m	+1195/-362	3:45h
Llegada: Pto. De Navacerrada	12,9km	1368m	+1220/-650	5h



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.**Opción A: Dehesas-Peñota-Águila-Bercial-Minguete-Fuenfría-Sierte Picos-Pto. Navacerrada**

Horarios ruta	7:30h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 8:02 Ocaso: 18:56		
Distancia y desniveles	 18,6 km	 + 1650 m	 - 1080 m
Tipo recorrido	 TRAVESÍA		
Dificultad	Física	MEDIA-ALTA	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	3	<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 MHz	Club: Guardia civil. SEREIM de Navacerrada 6503923 - 650 384125
Cartografía	MTNE50. 508 (18-20). Cercedilla. 1:50.000		

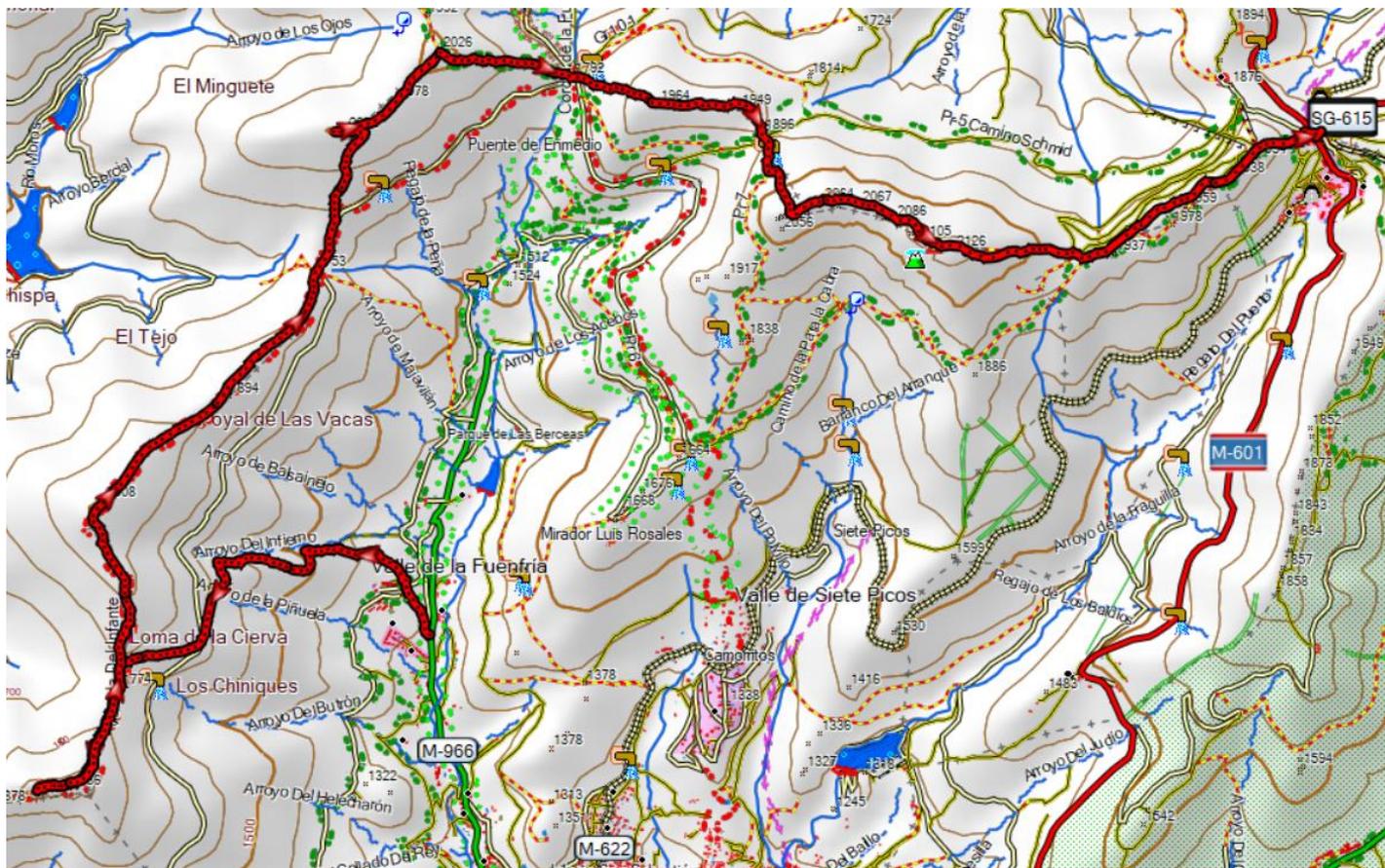


Opción B: Dehesas-Marichiva-Bercial-Minguete-Fuenfría-Siete Picos-Pto. Navacerrada

Horarios ruta		5h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 8:02. Ocaso: 18:56			
Distancia y desniveles		 12,9 km	 + 1220 m	 - 650 m	
Tipo recorrido		 TRAVESÍA			
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	3	<ul style="list-style-type: none"> Marcha por sendas con gradas o escalones irregulares de distinto tamaño, altura, rugosidad e inclinación. 			
E	3	<ul style="list-style-type: none"> 5:30 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 MHz	Club: Guardia civil. SEREIM de Navacerrada 6503923 - 650 384125	
Cartografía		MTNE50. 508 (18-20). Cercedilla. 1:50.000			

DESCRIPCIÓN DE LAS RUTAS.

Opción A: Dehesas-Peñota-Águila-Bercial-Minguete-Fuenfría-Siete Picos-Pto.Navacerrada



Tramo inicial (Dehesas - Peñota - Peña del Águila - Marichiva)

Saldremos del Centro de Visitantes Valle de la Fuenfría; estamos a unos 1290 msnm.

Por el sendero que parte frente a ese edificio llegaremos a las inmediaciones del hospital de la Fuenfría y continuaremos subiendo hasta completar los primeros 500 m de desnivel por camino relativamente cómodo, bastante empinado después de los primeros 140 m de subida, pero siempre a la sombra del pinar.

El camino está marcado con puntos rojos en los troncos de los pinos hasta que, aproximadamente a 1725 m, cruza la "Calle Alta", una pista forestal paralela a la cuerda de la Peña del Águila y la Peñota (1945 m), que une el collado de Marichiva a 1750 m con la ladera sureste de la Peñota a una altura de ~1615 m.

Desde, aproximadamente, los 1655 m de altura el camino es menos pendiente hasta llegar al collado de Cerromalejo (~1785 m) donde cruzaremos una portilla para tomar a la izquierda el sendero del lado segoviano, es la vereda del Infante y llega hasta la Peñota por la cuerda. El camino es bueno y acaba en el roquedo cimero de la Peñota, el central de los tres, con vértice geodésico.

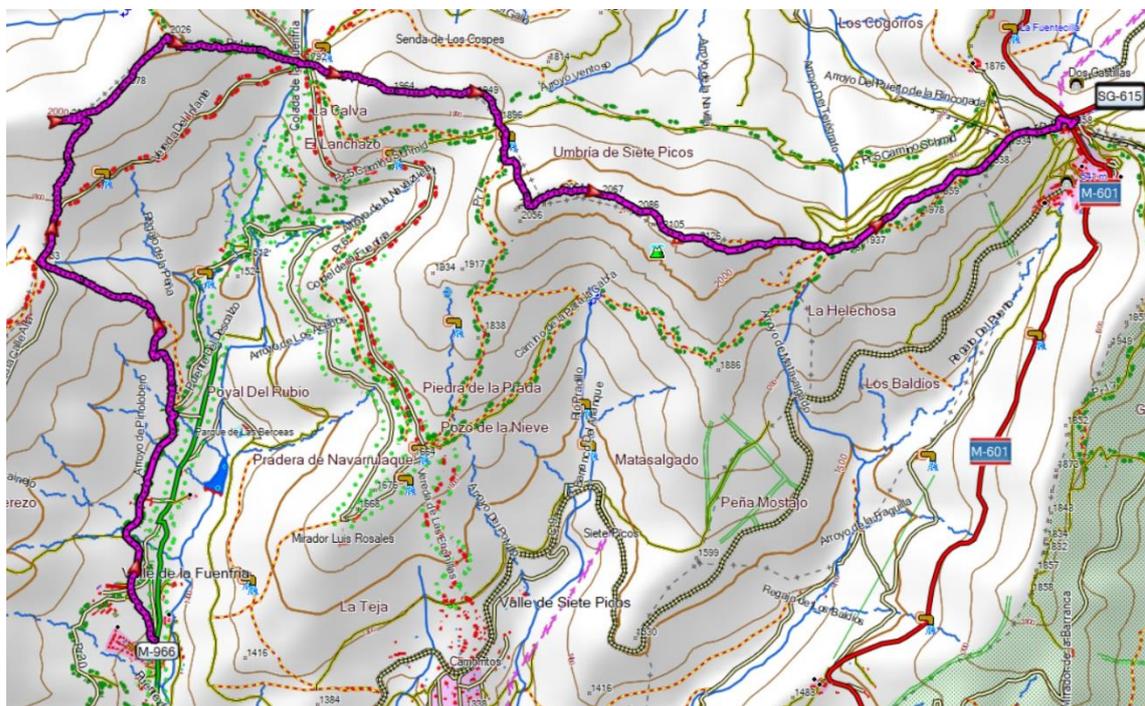
Tenemos vistas a Abantos, Machotas, Maliciosa, Guarramillas, Cabezas, Siete Picos,





Retornamos a lo largo de la cuerda por la vereda del Infante hasta el collado de Marichiva pasando por la Peña del Águila (2008m); el camino es muy cómodo salvo un corto tramo de unos 150m poco antes de llegar a Marichiva.

Opción B: Dehesas-Marichiva-Bercial-Minguete-Fuenfría-7 Picos-Pto.Navacerrada.



Tramo inicial (Casa de visitantes Dehesas - Hospital - Marichiva)

Al igual que en la opción A, saldremos del Centro de Visitantes Valle de la Fuenfría, a unos 1290 msnm.

Por el sendero que parte frente a ese edificio llegaremos a las inmediaciones del hospital de la Fuenfría y continuaremos por la carretera de las Dehesas hasta el arroyo de Majavilán donde tomaremos la vereda del Infante para subir al collado de Marichiva (1750 m) después de 350 m de subida por camino relativamente cómodo, bastante empinado pero a la sombra del pinar.

Tramo común a las rutas A y B (Collado de Marichiva - Peña Bercial - Cerro Minguete - Fuenfría - Siete Picos - Puerto de Navacerrada)

Desde aquí caminaremos unos 5 minutos por la vereda del Infante (pista) hasta desviarnos a la izquierda por un sendero algo empinado pero en sombra la mayor parte del tiempo, por el que subiremos a la Peña Bercial (2002 m) con su extensa loma cimera y tras una corta bajada y subida, al Cerro Minguete (2026 m), aquí tenemos al Montón de Trigo (2161 m) casi encima.



La bajada desde el Cerro Minguete hasta el puerto de la Fuenfría (1792 m) es corta pero bastante pina. A unos 200 m del puerto de la Fuenfría, desviándonos del track por el GR10.1 hacia la senda de los Cospes, tenemos una Fuente de agua bien fría que hace honor al nombre del puerto. Por cierto que, desde Marichiva, podemos evitar la subida a Peña Bercial y Cerro Minguete, si seguimos por la vereda del Infante (que desde Marichiva es una pista ancha) hasta el puerto de la Fuenfría; esta alternativa supone 1 km menos y 220 m menos de desnivel.

La subida desde el puerto de la Fuenfría al Cerro Ventoso (1964 m) y la de Siete Picos desde el Collado Ventoso (1896 m), son empinadas aunque cortas; entre ellas tenemos el descanso de la cómoda, y también corta, bajada desde el Cerro Ventoso al collado homónimo.



Una vez en la cuerda de los Siete Picos tenemos la opción de seguir por el sendero que bordea por el norte 6 de los 7 Picos o hacerlo por sus cumbres si nos gusta trepar por los roquedos que las forman. Al acabar nos espera la bastante cómoda bajada a la Pradera de Siete Picos. Desde allí, tenemos un tramo prácticamente llano, pasando por el Alto del Telégrafo (1978 m) y, por último, una corta y suave bajada que nos llevará al puerto de Navacerrada, final de la ruta.

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 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.
- 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 Autobús.

Salidas: 8h. Canillejas (Calle Alcalá, 634)

8:15. Plaza Castilla

8:30. Las Rozas

[Ver salidas de autobuses](#)

PRECIO

12 €. Federados (con Licencia A o superior)

15€ (Incluye seguro: 3€/día)

INSCRIPCIONES

El máximo de plazas son 55.

Directamente en la web. A partir del 6-2-2022.

Pago: Precio total correspondiente (12 € federado o 15€ 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

Manuel Crespo manucrespo@yahoo.es 656318419