



A.D. Montaña Pegaso BTT. Lagunas de Ruidera

Sábado 17 y domingo 18 de septiembre de 2022

PUNTOS:

1. Descripción de la zona
2. Rutas:
 - 2.1. Ruta sábado 17. Lagunas de Ruidera.
 - 2.2. Ruta domingo 18. Castillo de Peñarroya
3. Fecha. Lugar. Hora de encuentro.
4. Normas
5. Logística
6. Decálogo COVID Pegaso

1. DESCRIPCIÓN DE LA ZONA

El parque natural de las Lagunas de Ruidera es un espacio protegido, catalogado como reserva de la biosfera, situado en la comunidad de Castilla la Mancha. Se encuentra repartido entre las provincias de Albacete y Ciudad Real, incluyendo términos municipales de 5 municipios. En su zona central está situado el municipio de Ruidera, donde nos alojaremos.



Se trata de un extenso humedal formado por 16 lagunas naturales a lo largo del valle del Guadiana Viejo, como continuación del río Pinilla y el arroyo Alarconcillo. Además de las lagunas, se integra en el parque el embalse de Peñarroya, de construcción humana.

La extensión de las lagunas es generalmente pequeña (800m x 250m.) salvo alguna excepción como la laguna San Pedro o la laguna Colgada. Las lagunas se disponen de manera escalonada a lo largo del perfil longitudinal, y una barrera travertínica (depósitos de carbonato cálcico) cierra a modo de represa cada una de ellas. Hay un desnivel acumulado de 140m. entre la laguna superior y la inferior, a lo largo de 18km. (Laguna Blanca: cota 870m, embalse de Peñarroya: cota 730m.).

Una de las características más sorprendentes de este espacio natural es su biodiversidad, con diversidad de ambientes y de comunidades de animales y plantas. Su ecosistema abarca desde el Campo de Montiel, con áridas extensiones de páramos y estepas cerealistas, hasta el valle del río Guadiana, con grandes farallones y cortados de caliza. El monte mediterráneo rodea este valle, donde también existen ricos bosques de ribera junto a las lagunas.

Flora:

En las lagunas destaca la vegetación palustre que suele encontrarse bordeando la mayoría de las lagunas. Una banda de vegetación emergente, más o menos ancha dependiendo de la laguna, llegando a cerrar completamente la laguna en algunos casos, como la laguna Cenagosa. La vegetación emergente está formada principalmente por masiega, además de carrizales, eneaes, y juncos de agua, entre otras especies.



Bajo el agua encontramos gran diversidad de especies de algas, representadas por los géneros *Chara* y *Nitella* (*Chara vulgaris*, *Chara hispida*, *Chara mayor*). Otras especies habituales son la jopozorra (*Miriophyllum verticillatum*) y el *Potamogetum pectinatus*. Algunas de ellas son el alimento preferido de muchas especies de patos. Es de destacar también la presencia una planta acuática carnívora, la *Urtricularia australis* que, con sus pequeños utrículos o bolsas, captura pulgas de agua para alimentarse.

Bordeando las lagunas se encuentra un bosque de ribera compuesto de especies introducidas que no representan la vegetación originaria, como el álamo negro, el álamo blanco, olmos, sauces, higueras y fresnos, además de algunos frutales asilvestrados.

Ya en el monte encontramos la típica vegetación mediterránea, predominando sabinas y enebros en las cotas más altas, y encinas y coscojas en las más bajas. Además, existen arbustos como el espino, la retama, el torvisco, cornicabras, tomillos y romeros. En muchas laderas existen bosques de repoblación formados por pinares (*P. halepensis*) y cipreses.

Fauna:

La variedad de ecosistemas determina una riqueza faunística importante.

El humedal tiene especial interés para la nidificación y parada de muchas especies de aves durante su migración. Son comunes, entre otras aves acuáticas: El sormomujo lavaco, el zampullín chico, el pato colorado, el porrón común, y el ánade real. Entre carrizales y masegares abunda también la garza imperial, así como el pequeño avetorillo. En invierno las lagunas son visitadas por el porrón común y el cormorán grande.

Entre las rapaces destaca el aguilucho lagunero, que nidifica entre la vegetación palustre, así como el aguilucho pálido, observable durante el invierno. Además, en las sierras del entorno puede observarse el águila azor-perdicera, el águila culebrera, el gavián, el autillo, el búho chico y el búho real.

Ya en el monte de matorrales y encinas podemos encontrar aves como el rabilargo y el arrendajo. En los roquedos el roquedo solitario y la collaba negra. Y en las estepas encontramos a la avutarda, al alcaraván, los sisones y las gangas.

En lo que respecta a mamíferos, destaca la presencia de la nutria, y hasta 9 especies de murciélagos como el murciélago grande de herradura, el murciélago de cueva, o el murciélago orejudo meridional.



En las lagunas también es posible encontrar diversas especies de peces, anfibios y reptiles, algunos autóctonos, como el galápago leproso, el sapo común o el barbo comiza, y otros introducidos, como el lucio, la carpa o el cangrejo rojo americano.

Geología:

El parque natural se encuentra enclavado en el denominado altiplano del Campo de Montiel, una amplia meseta con alturas que van desde los 700 a los 1100m. El altiplano está formado en superficie principalmente por materiales calizos y dolomías del jurásico inferior. Estos materiales son los que conforman el Acuífero 24 del Campo de Montiel.



Las lagunas, con una profundidad de entre 10 y 25 metros se encuentran escalonadas y separadas por barreras de piedra o travertinos, que actúan como presa natural.

La singular belleza paisajística y natural es un paisaje único en la península, sólo comparable en Europa a los lagos escalonados de Croacia “Lagos de Plitvice”, de origen similar a las lagunas.

2. RUTAS.

2.1 Sábado 17 de septiembre (Lagunas de Ruidera):

Track:

<https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/lagunas-de-ruidera-107125745>



Relieve:



Datos:

Distancia 54 Km.

Desnivel 534m.

Btt Lagunas de Ruidera.

Dificultad física 3/5

Dificultad técnica 3/5

Descripción de la Ruta:

Es un recorrido por 11 lagunas que combina pistas, senderos ciclables y carretera (con ciclocarril). Incluye la subida a 3 miradores sobre las lagunas Santo Morcillo, San Pedro y del Rey.

La ruta sale de Ruidera. Saldremos directamente desde el hostel, atravesando el pueblo en dirección a la laguna del Rey, donde comienza el track. Una vez cruzado el puente, tomaremos enseguida un corto pero entretenido sendero que coge dirección subida a la izquierda de la carretera. Tras 1,5km. El sendero retorna al nivel de las lagunas y enseguida nos desviamos a la derecha para alejarnos de nuevo de las lagunas por una pista, a veces algo técnica por la arena suelta. La bajada se hace por un fácil y rápido sendero (Vertiente de los Corzos) hasta la laguna Colgada, la cual recorreremos por su orilla por una bonita y sencilla pista. Al final de la laguna se toma una pista que sube al mirador de la laguna Santos Morcillo.



A partir del kilómetro 21 hay que estar atentos para tomar un desvío a la izquierda, y más adelante otro a la derecha que nos lleva hasta la laguna de San Pedro. A partir de aquí comienza un tramo de ciclo carril inicialmente, y luego pista fácil hasta el km. 34 que nos lleva hasta la subida al mirador de La Cruz de las Monjas, sobre la laguna de San Pedro. Luego, tras bajar por una pista con piedra suelta, llegamos a la Laguna de San Pedro, que rodeamos por un bonito sendero.



En el Km. 44 se toma un ciclo carril llano durante 10 km. que nos permite disfrutar de unas bonitas vistas de las lagunas, hasta alcanzar Ruidera. Ya casi en el final de ruta,

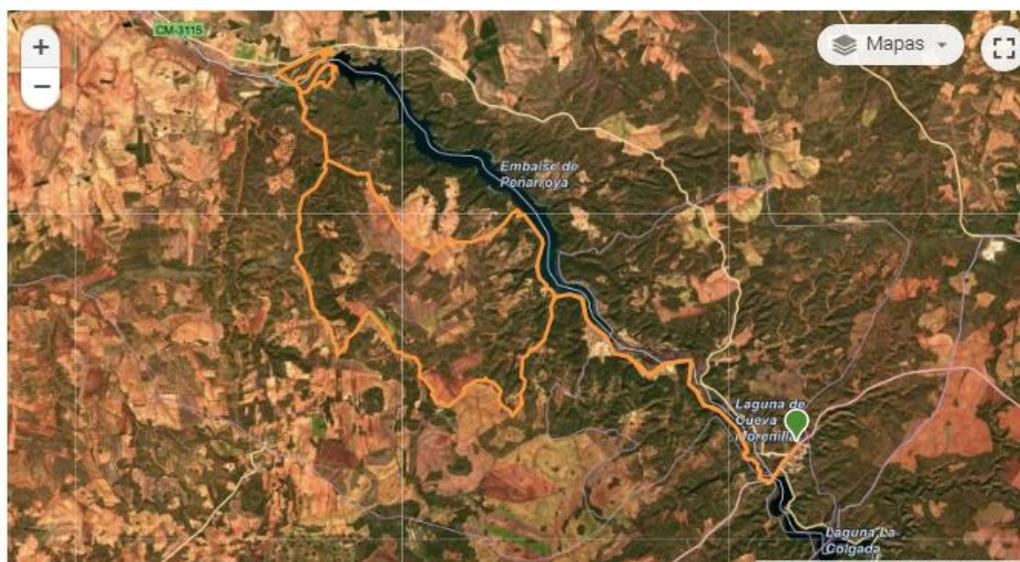
tenemos la última subida del día, por calles y carretera con fuertes pendientes hasta el Mirador de la Laguna del Rey.

Hay opción de acortar la ruta 21km. tomando el ciclocarril en dirección Ruidera en el km. 24.

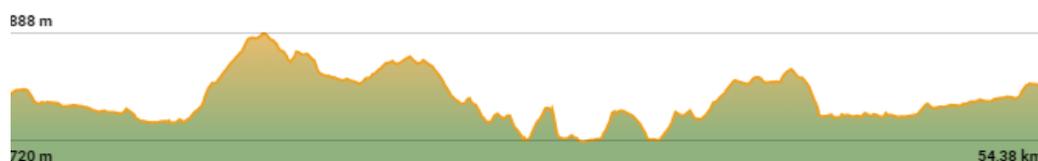
2.2 Domingo 18 de septiembre (Castillo de Peñarroya)

Track

<https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/ruidera-a-castillo-penarroya-107126932>



Relieve:



Datos:

Distancia 54 km.

Desnivel 680 m.

Dificultad física 3/5

Dificultad técnica 2/5

Descripción de la Ruta:

Se trata de una ruta pistera y rápida, que transcurre en gran parte por el camino natural del Guadiana. Casi sin dificultad técnica, a excepción de algún sendero corto. Se valora como dificultad física 3 por la distancia. Recorre la mitad noroeste del parque natural.

Saldremos de Ruidera en dirección a la laguna del Rey por la carretera. Una vez cruzado el puente, se gira a la derecha por el cementerio y en pocos metros nos encontramos con la pasarela de bajada a la cascada del Hundimiento, que visitaremos brevemente.



Desde la Cascada, continuamos dirección noroeste por el camino natural del Guadiana (pista en buen estado) pasando por las últimas lagunas del parque, y más tarde bordeando la cola del pantano de Peñarroya.

En el km. 9,5 nos desviamos a la izquierda por la cañada del Gavián, ascendiendo 1km. por un sendero, con bastante arena, complicándose al final y requiriendo bajarse de la bici en algún tramo. Después el sendero va mejorando y se transforma en una pista que nos lleva hasta el km.27, donde iniciamos la ascensión hasta el mirador de la presa de Peñarroya. La bajada del mirador se realiza por un corto sendero. Luego tras un corto tramo de carretera tenemos el ascenso al castillo de Peñarroya a través de un sendero en zigzag (corto pero técnico).



En el castillo (km.31) haremos una parada. hay baños y se puede comprar agua. La visita es gratuita.

Desde el castillo bajaremos por un corto sendero hasta la pista que nos lleva directamente de vuelta a Ruidera por el camino natural del Guadiana.

Hay opción de acortar la ruta 11 km. tomando el track de vuelta en el km. 25, y siguiendo el camino natural del Guadiana hasta Ruidera, pero no se llegaría hasta el castillo.

3. FECHA, HORA Y LUGAR DE ENCUENTRO

Viernes 16 de septiembre, a partir de las 17:00 horas.

El lugar de encuentro será el ***Hostal Guadiana***, en Av. Castilla la Mancha, 73; Ruidera (Ciudad Real).



4. 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.

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.

5. LOGÍSTICA.

5.1. 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, (quizás no se pueda 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.

5.2.- 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

5.3.- Precio.

Para asegurados/as con BTT el precio a abonar es de 68 €. Para no asegurados/as de BTT será de 74 €. en el precio está incluido el seguro de 3 € por el día de actividad. La estancia en el hotel incluye alojamiento y desayuno. Pago obligatorio mediante tarjeta bancaria a través de la web del Club. De no hacer efectiva la cantidad a pagar 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.

5.4.- 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>)

6. 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.
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 distribuir las.
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.

Miguel Angel Blázquez (Mikel)

Teléfono 639667302

Email miguelangel.blazquez@hotmail.com

Coordinador de la actividad