



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO



MARCHA NÓRDICA

Rascafría - Tejo Milenario

Domingo 10 de noviembre de 2024

CONTEXTO GEOGRÁFICO

Rascafría junto con su anejo y el coliseo en Oteruelo del Valle, Alameda del Valle y Pinilla del Valle, se encuentra enclavado en el Valle Alto del Lozoya, en la parte noroccidental de la Comunidad de Madrid, en la sierra de Guadarrama, en un paraje de extraordinaria belleza.

El valle es amplio y despejado, situado a unos 1.100 metros de altitud y delimitado por dos cadenas montañosas. La septentrional, divisoria entre Madrid y Segovia, en la margen izquierda del río Lozoya, se extiende desde Cotos al Portachuelo de Navarredonda, con altitudes que oscilan entre 1.800 y 2.200 m y sus cumbres nevadas gran parte del año.

Los pasos a la provincia de Segovia se producen por los puertos de Cotos (1.830 m), El Reventón (2.078 m), Malagosto y Navafría (1.778 m).

Vista aérea del casco urbano



Todos los pueblos del Valle Alto se encuentran situados en la margen izquierda del río, en la ladera orientada al sur.

El término municipal de Rascafría, con 150,30 km², es el de mayor extensión de la zona y comprende dos núcleos de población, Rascafría, que es la cabecera municipal, y Oteruelo del Valle.

El monasterio de Santa María de El Paular está emplazado a dos kilómetros del casco de Rascafría. Es también el municipio más occidental del valle, ocupando su cabecera.

Su límite sur discurre por la Cuerda Larga, en donde se elevan las cumbres de Guarramillas, Valdemartín y la Cabezas de Hierro (2.383 m). Al norte de estas cumbres nace el río de la Angostura que más tarde toma el nombre de río Lozoya. En él vierten numerosos arroyos: por la derecha, el Aguilón, Guarramillas, el de los Cerradillos, el de los Machos y el de la Najarra, que llegan al río a través de profundas gargantas. Por la izquierda destaca el arroyo de la Umbría que,

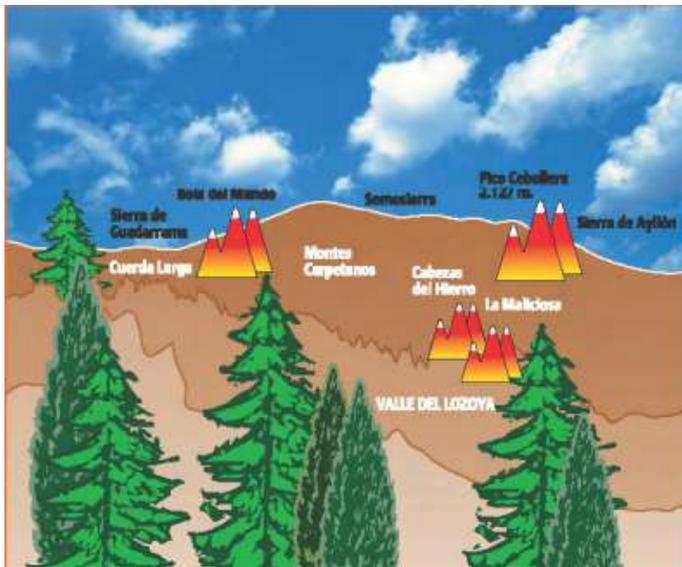
procedente de Peñalara (2.430 m), recoge las aguas de los arroyos de la Pedriza, el Berzal, el de los Pájaros, y el Arroyo del Artiñuelo, que bordea el pueblo.

A los numerosos arroyos y torrenteras hay que añadir las lagunas glaciares de Peñalara, en el parque natural de Peñalara.

El territorio, de alto valor paisajístico, se encuentra poblado de espesos bosques de robles y pinos que alternan con prados. Entre estos parajes naturales se destaca la "Peña Cueva de la Mora", situada en el arroyo de las Cocinillas, que constituye un lugar interesante y pintoresco. La fauna es rica y variada.

MORFOLOGÍA

La cordillera Central de la Sierra Norte se inicia, por el Noreste en la Sierra de Ayllón, en la provincia de Segovia; a continuación de ésta se sitúa Somosierra, en la frontera entre las provincias de Madrid y Segovia.



Ambas sierras están unidas por el Pico Cebollera de 2127 metros. Después de Somosierra se encuentra la Sierra de Guadarrama.

La Sierra de Guadarrama, la sierra madrileña por excelencia, se compone de dos ramales divergentes que encierran en su interior el **Valle del Lozoya**.

El cordal septentrional o Montes Carpetanos, propiamente dichos, están alineados con Somosierra, mientras que el cordal Meridional o Cordera larga se abre entre las cimas denominadas Bola del Mundo y Peñalara y cierra casi paralelo a los Montes Carpetanos dejando en medio el Valle del Lozoya.

Este segundo ramal, se inicia al Este en la llamada Sierra de la Cabeza y continúa por Cabezas de Hierro

y la sierra de la Maliciosa hasta confundirse con los Montes Carpetanos y cerrar el ángulo.

En resumen, la sierra forma una barrera montañosa con orientación noroeste-suroeste de unos 25 o 30 km de ancho formado por doble espinazo elevado sobre los 2000 metros entre los que se encuentra el Valle del Lozoya.

GEOLOGÍA

Sumido en el conjunto geológico del Sistema Central, Guadarrama y Gredos, estando formado por materiales pre-paleozóicos y paleozóicos, con rocas metamórficas y plutónicas al descubierto además de pizarras.

Las distintas evoluciones geológicas que han tenido las tierras del Valle del Lozoya no se constatan hasta el paleógeno, época de consolidación de la cordillera y acontecen los originarios movimientos alpinos. Con la

desnivelación genérica del mioceno, se produce el rápido crecimiento de los macizos y el hundimiento de las cuencas fluviales por los sedimentos y la erosión.

Debido a la gran aridez ambiental que aconteció en el plioceno, da lugar a horst y grabens. Pasando al pleistoceno no se modificará la geología del Valle del Lozoya, pero en el holoceno se formarán las vegas y terrazas. Quedando así definida la estructura y forma actual de la demarcación geográfica interior de las montañas.

CLIMA

Rascafría posee un clima mediterráneo continentalizado de montaña con inviernos fríos y veranos templados. Según la clasificación climática de Köppen se clasifica como de tipo Cfa. La precipitación anual total ronda los 600 mm, mayores que en el resto de la Comunidad de Madrid y, gracias a ello, disfruta de una rica vegetación.

Durante el transcurso del año, la temperatura generalmente varía de -2 °C a 28 °C y rara vez baja a menos de -10 °C o sube a más de 30 °C.

[ocultar]  Parámetros climáticos promedio de Rascafría, Madrid, España 													
Mes	Ene.	Feb.	Mar.	Abr.	May.	Jun.	Jul.	Ago.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.	Anual
Temp. media (°C)	3.6	4.4	7.3	9.2	13.3	18.6	22.4	22.2	17.8	12.1	6.7	4.2	11.8
Precipitación total (mm)	43.8	46.9	38.0	57.1	65.4	36.8	17.0	14.8	30.1	72.4	61.8	50.1	534

Fuente: <https://climatecharts.net/> Periodo 1984-2014

FLORA

Se trata de una zona de transición entre los encinares esclerófilos y el bosque aciculifolio, pinar de alta montaña necesitado de más precipitaciones.

Está zona también ocupada por el Roble Melojo o Común que forma un bosque con gran espesura y frondosidad, también podemos encontrar Acebos formando bosquetes, algún Álamo Blanco, Castaños etc.

En Las zonas húmedas como cauces de ríos y arroyos está bien representado el Sauce Común.

Los ancestrales usos ganaderos del Valle han dado origen a la intervención del hombre para acondicionar los espacios según sus necesidades, practicando aclarados del monte y talas con la finalidad de dar mejor uso a los pastizales, sin contar con la provisión de leñas de todo tipo.

Con la degradación del robledo se da la incursión de especies de porte arbustivo como el Piornal, en cambio sí, se degrada en exceso dará lugar a Jaras, Cantuesos, Brezos, Tomillos, Retamas o Escobas y Helechos Comunes.

El paisaje ofrece un magnífico mosaico con ejemplos de las formaciones vegetales del interior Peninsular, fruto del relieve, de los suelos y del característico clima (con matices mediterráneos, atlánticos y de montaña) y de la actividad humana que se aprecia en las zonas más o menos adehesadas artificialmente y en sus pastos.

Encinar y fresnedas ocupan las zonas de menor altitud, las primeras en laderas expuestas a solana (orientación sur-suroeste) con menos humedad, y los fresnos en zonas más frescas y con más agua.

Sabinar: contamos con un bosque relicto de sabinas de unas 80 hectáreas, en las que también hay presencia de encinas, enebro y roble. Lo podemos visitar en la ladera sur del monte de El Chaparral.

Matorrales: en zonas de deterioro o del bosque o de la antigua explotación agropecuaria, aparecen zonas colonizadas por especies de porte arbustivo con dominancia de zarzales y juncales (con parecida distribución que encinas y fresnedas en función de la humedad).

Robledal: un poco más arriba, entre los 1.200 a 1.700 m. de altitud, encontramos las masas de roble melojo con presencia de acebos, abedules y tejos en zonas umbrías. El aspecto actual de nuestros robledales es herencia de la explotación (ganadera y carbonera) y de la repoblación con pinos.

Pinar: el pino silvestre ocupa una gran zona de altitudes entre 1.500 a 2.000 m. Con la actuación humana (reforestación) ha *arrebatado* mucho espacio al robledal. En Lozoya aparece con presencia de enebro rastrero, que se hace más visible al aumentar la altitud.

Matorral de altura: subiendo hacia las cumbres, los pinos abigarrados (por el viento) dejan más espacio al enebro y al piornal serrano y a los pastos.

Pastos de cumbres: en los rasos (altiplanos) encontramos praderas de alta montaña con presencia de roquedos colonizados por líquenes serranos.



La riqueza y variedad de hábitats se traduce, también, en presencia, en nuestro valle alto del Lozoya, de una gran variedad de especies pobladoras o visitantes. Vamos a enumerar las más destacadas.

Mamíferos: corzo, cabra montés, jabalí, lobo ibérico, tejón, zorro.

Aves: cigüeña común, garza real, rabilargo, autillo, águila imperial ibérica, buitre negro, somormujo lavanco, mosquitero papialbo, pico picapinos, abejaruco.

Anfibios y reptiles: lagarto ocelado, lagarto verdinegro, lagartija carpetana, lagartija colilarga, culebra de escalera, sapo corredor, sapo común, sapo de espuelas, salamandra común.

Invertebrados: ciervo volante, mariposa apolo, Graellsia isabelae, Libelloides hispanicus, ditisco



OTROS VALORES ETNOGRÁFICOS, HISTÓRICOS O CULTURALES

El origen del pueblo se remonta a la Edad Media y se encuentra ligado a la repoblación de la sierra llevada a cabo por cuadrillas segovianas. El valle era un territorio vacío que fue anexionado por el Concejo de Segovia, con el beneplácito del rey, mediante el sistema de carta pueblas y ordenanzas. Estos documentos obligaban a todos los que adquirieran tierras en el Valle a construir una casa y a tener caballo propio. El Valle pasará a formar parte del Sexmo de Lozoya como unidad administrativa de la Comunidad de Ciudad y Tierra de Segovia.



Monasterio de El Paular

En el siglo XIV se fundó la cartuja de El Paular, al pie del macizo de Peñalara, entre bosques de pinos y robles, siendo la cartuja más antigua de Castilla. Antiguos palacios y pabellones de caza de Juan I, así como las tierras que los rodeaban y distintas rentas fueron donados a la Orden Cartuja. La nueva comunidad se constituyó en 1391, pero las obras no se acabaron hasta el siglo XV.

En estos años la cartuja había acumulado nuevas propiedades y privilegios. A partir de la fundación de la cartuja toda la historia del Valle y en especial la de Rascafría, estuvo vinculada a la historia del cenobio.

Rascafría era un lugar de realengo, perteneciente a la Comunidad de Ciudad y Tierra de Segovia, a cuya jurisdicción estaba sujeta, pero se tienen muy pocos datos del municipio en los siglos XVI y XVII. Los únicos edificios singulares conservados de esta época son la iglesia parroquial de San Andrés y La Casona, complejo residencial con huerta y jardín.

En 1751, Rascafría estaba habitada por 206 vecinos. Su economía estaba centrada en la ganadería, fundamentalmente lanar. Los numerosos prados se complementaban con algunos cultivos de regadío, frutales y algo de trigo, centeno y lino. Pero los graves daños ocasionados a los cultivos por los animales del cazadero de los Reales Bosques de Valsaín empobrecieron a los habitantes que poco a poco se fueron dedicando al negocio de la madera, transportando a la Corte los productos de la tala. La villa poseía dos molinos harineros, una taberna, una carnicería, un mesón y un hospital para transeúntes.



Gente reunida junto al olmo en 1978

Tras la reestructuración provincial realizada en 1833, Rascafría pasó a formar parte de la provincia de Madrid. A lo largo del siglo la población aumentó ligeramente, alcanzándose los 260 vecinos y 1040 habitantes, en 1888.

La economía seguía basándose en la ganadería, pero a finales de la centuria se había producido un cierto desarrollo industrial. Funcionaban una fábrica de papel con 30 o 40 operarios, una fábrica de vidrio, tres molinos harineros y varias serrerías, la más importante de éstas era la Sociedad Belga de los Pinares de El Paular, fundada en 1840.

También en ese siglo se empezó a renovar la arquitectura local, al sustituirse algunos edificios agropecuarios tradicionales por nuevas construcciones de carácter más urbano.

En el siglo XX la población permaneció prácticamente estable (en torno a los 1100 habitantes), aunque con algunas oscilaciones en las distintas décadas. En 1975 se anexionó a Rascafría el núcleo de Oteruelo del Valle.

Leyendas

Rascafría es lugar de leyendas, las más populares son:

- **Leyenda del Tuerto de Pirón.** El Tuerto de Pirón era un bandolero que se movía en los alrededores de Rascafría. Y según los autóctonos, su escondite era el viejo Olmo de más de trescientos años que estaba situado en la Plaza Mayor de Rascafría y que, enfermo de grafiosis, cayó tras la nevada del 14 de enero de 2000. Fernando Delgado Sanz, apodado el Tuerto Pirón, robaba a los ricos, asaltaba iglesias y caminos y luego lo repartía entre los más necesitados, cometía sus fechorías por la noche y en el hueco que tenía el viejo olmo se ocultaba durante el día.
- **Leyenda del Carro del Diablo.** Cuando la hija del Sacristán de Segovia vende su alma al diablo a cambio de no tener que bajar todos los días a por agua, para ello el diablo debe construir un acueducto en una noche, pero cuando está transportando la última piedra para finalizar la obra, le sorprende el amanecer y queda petrificado constituyendo la roca de granito conocida por Carro del Diablo a la que se accede desde la pista de la Mata o desde el camino de las Eras.
- **Leyenda de la Peña de la Mora.** Cuenta, que en la cueva existente junto a esa Peña, en tiempos de la reconquista, una bella mora languideció esperando a su prometido, sobre esa peña en la que cada mañana se lavaba la cara con el agua del rocío. Se dice que, escondido en algún lugar de esa cueva, continua aún hoy un enorme y precioso rubí, esperando a que llegue su joven enamorado.
- **Leyenda Puente del Perdón.** Para relatar la procedencia del nombre de este bello puente sobre el río Lozoya enfrente del monasterio del Paular hay que contar primero otra historia; la de los "quiñoneros".

En el siglo XIV el valle de Lozoya pertenecía al Concejo de Segovia. Debido a la fragosidad de su vegetación y de sus pinares además de su difícil acceso era terreno idóneo para grupos subversivos de moriscos, malhechores y maleantes que hacían sus pillerías por estas tierras. Ante esta incontrolable situación los Reyes decidieron agilizar la administración de la justicia delegando parte de sus poderes, así de esta guisa en las villas que crecieron después de la reconquista nacieron unos milicianos llamados Quiñoneros que dependían del Concejo de Segovia. Estos quiñoneros podían juzgar y administrar justicia en este territorio inmediatamente, e incluso la pena máxima, sin necesidad de consultar con la corte.

Las ejecuciones se cumplían en una casa denominada "Casa de la Horca" a cinco kilómetros aproximadamente del Paular, y es entonces cuando entra en juego el citado puente. Antes de partir para la casa de la Horca se les revisaba la sentencia a los reos, a los que a algunos se les perdonaba, pero sin que estos lo supieran todavía.

Se continuaba el camino y cuando llegaban al puente, a los que se les había perdonado se les dejaba sueltos, y cruzaban el río en libertad. De esta benevolencia le viene el bello nombre al no menos hermoso puente.

NORMAS DE SEGURIDAD Y ADVERTENCIAS

- **El/la 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/a y/o responsables de seguridad) que informarán a los/as 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/la coordinador/a lo indique.
- **Ningún/a participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los/as 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/as participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
- Si durante la marcha algún/a participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los/as organizadores/as (coordinador/a) 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/a 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/a 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, otorga a la organización el derecho de excluirle de participar.**

LOGÍSTICA. Transporte. Precio. Inscripciones

TRANSPORTE

El viaje desde Madrid se hace en coches particulares. El/la coordinador/a pondrá en contacto a los/as participantes para utilizar la mínima cantidad de vehículos necesaria.

Tanto si vas a aportar vehículo para llevar a otros/as socios/as como si no, por favor, publícalo en la sección de la web habilitada a tal uso, a modo de facilitar el trabajo del/a coordinador/a y de los/as otros/as participantes.

PRECIO

- Colaboradores/coordinadores federados (o con seguro): **2 €**.
- Colaboradores/coordinadores (sin seguro): **5 €**.
- Socios con seguro: **5 €**.
- Socios sin seguro (Incluye seguro 3 €/día): **8 €**.

INSCRIPCIONES

Directamente en la [web del club](#). A partir del (**fecha de inscripción**).

PAGO: Precio total mediante tarjeta a través de la web del club.

De no hacerse efectiva esta cantidad en el plazo de 6 horas posteriores al apunte, la inscripción se considerará anulada.

ANULACIONES

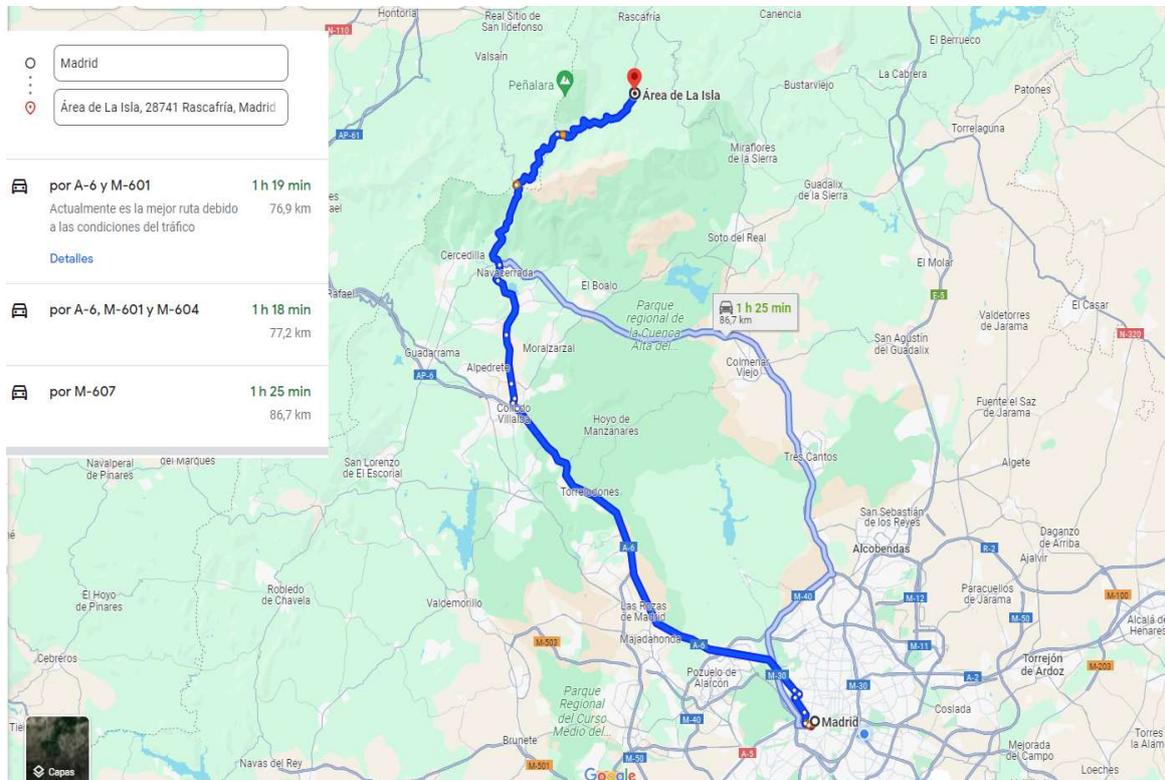
Las condiciones quedarán sujetas al Apartado 7 del “PROTOCOLO DE PARTICIPACIÓN DE ACTIVIDADES”.
http://www.montanapegaso.com/carteles/2016/protocolo_participacion_2016.pdf

COORDINADORES

Juan Hebrero. Tfno: 600 82 33 56 y Pedro Cristóbal. Tfno: 669 50 46 97.

CÓMO LLEGAR

Trayecto desde Madrid a la “Isla” (Rascafría).



<https://www.google.com/maps/dir/Madrid/%C3%81rea+de+La+Isla,+Rascafr%C3%ADa/@40.6121025,-4.0592198,10.71z/data=!4m14!4m13!1m5!1m1!1s0xd422997800a3c81:0xc436dec1618c2269!2m2!1d-3.7037902!2d40.4167754!1m5!1m1!1s0xd41678eaf1eb891:0x5299a937eac77f46!2m2!1d-3.8848083!2d40.8521844!3e0?entry=ttu>