



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

Cumbres y Valles de Alicante

14-16 de marzo de 2025



1. La Serrella y el Cavall Verd

La **Sierra de la Serrella** es una de las formaciones montañosas más destacadas y mejor conservadas de la provincia de Alicante. Se extiende en forma de arco al norte del **valle de Guadalest** con una longitud superior a los 12 kilómetros. Por su altura y situación, es una de las sierras alicantinas que con frecuencia recibe **precipitaciones en forma de nieve** durante el invierno, con espesores que llegan a superar el medio metro. El manto blanco, eso sí, no suele durar más de 3-4 días y solo en las zonas más altas. Las cumbres más destacadas y conocidas de la Serrella son el **Recingle Alt** (1359 m.), el **Pla de la Casa** (1385 m.) y la **Mallada del Llop (1361 m.)**. La Serrella es en general una sierra **agreste y muy rocosa**, por lo que no encontramos en ella bosques destacables, sino más bien, peñas abruptas y escarpadas y cumbres peladas con presencia de matorral. A pesar de ello, es una sierra que enamora.

En la Comunidad Valenciana hay un lugar que es capaz de trasladarte hasta el pasado. Un pasado que está repleto de leyendas, de historia, de huellas del pasado morisco y de los cristianos que conquistaron Balansiya para fundar el Reino de Valencia, dando lugar a que este paraje se convirtiera en el último reducto de los moriscos antes de su expulsión definitiva por Felipe III. Hay que trasladarse a La Vall de Laguar, topónimo que proviene del árabe "Al-Agwar" y que significa "las cuevas", un municipio de la Comunidad Valenciana perteneciente a la comarca de la Marina Alta, en la provincia de Alicante. El Cavall Verd o sierra del Penyó se encuentra situado en La Vall de Laguar, y delimita la parte meridional del término municipal, sirviendo de divisoria de los ríos Xaló-Gorgos y Girona. Así mismo, constituye el límite de los términos de Murla y Benigembla, sobre los cuales recae la parte solana de la sierra. Los Penyons de Laguar, famosos por haberse librado allí la última batalla antes de la expulsión morisca de 1609 y actualmente símbolos gráficos del valle, llegan a los 789

metros de altitud. Cuenta la leyenda morisca que la sierra se encontraba hundida porque, siglos antes, luchando contra el ejército del rey Jaime I, un gigante y poderoso guerrero denominado Alfatami había caído allí con su caballo de color verde, quedando ambos sepultados. Pero que, llegado el momento, guerrero y corcel resucitarían para defender los moriscos de los cristianos si estos se atrevían a volver a invadir el valle. Uno de los grandes atractivos de la Vall de Laguar y el motivo por el que recibe muchos visitantes a lo largo del año es el Barranc de l'Infern (barranco del infierno), un impresionante y encajonado barranco de paredes verticales que pueden llegar a superar los 100 metros de altura y que tiene, en sus tramos más angostos, apenas 10 metros de ancho. Lo más característico de este recorrido son los más de **6.800 escalones excavados en las laderas** por los mozárabes, que ayudan a salvar las subidas y bajadas de la ruta. Son unos 14,5 kilómetros y unos 800 metros de desnivel acumulado por los que atravesaremos formas curiosas del barranco y espectaculares colores de los campos, especialmente en primavera, gracias a la floración de los cerezos.

Orografía y relieve



La **Sierra Serrella** es uno de los más sugestivos y espectaculares sistemas orográficos de la **provincia de Alicante**. Ocupa un lugar central entre las montañas de la marina limitado por las sierras de **Aitana, Aixortá y Alfaro**, y sobre los **valles de Seta** por su vertiente norte y de Guadalest por el sur.

En el norte de la provincia de Alicante se forma un macizo formado por la sierra de la Serrella, al norte, y la de Aitana, al sur. En ellas se da un paisaje de montaña muy compartimentado, en el que se combina un complicado juego de fallas y estructuras geomorfológicas de entre las que destacan las crestas de la Serrella y los profundos valles al borde de los acantilados de los macizos sobre-elevados. Lógicamente el paisaje dominante es abrupto sobre litologías calizas pero, justamente por esa compartimentación del terreno, se encuentran enclaves de vegetación rara, singular y endémica; formaciones caprichosas de disolución de la caliza (kársticas); procesos geomorfológicos relacionados con el frío como laderas cubiertas por canchales, y singularidades debidas a la disposición vertical de los estratos rocosos formando cuchillos y agujas.

Desde las elevaciones de la Serrella se domina un amplio panorama sobre una fosa por la que discurre el río Seta, que muestra los colores amarillentos del material arcilloso que levantó los más duros de la estructura Serrella y ahora convertido en un profundo valle cubierto por cultivos de secano.

Lugares emblemáticos en la Serrella y sus proximidades

- **Barranc de Malafí**. Próximo a él se encuentra el santuario del Pla de Petracos, con interesantes ejemplos del arte rupestre levantino y declarado Patrimonio de la Humanidad.
- **El Plá de la Casa** (pico más elevado de la Serrella con 1.379m)

- **Els Frares de Quatretondeta**, un auténtico bosque de rocas calizas en forma de agujas que llegan a alcanzar alturas de entre 10 y 100 metros.
- **Río de Seta**, que da nombre al valle y atraviesa sus tres poblaciones
- En el término de Famorca se encuentra **L'Avenc de Famorca**, una cueva de 30 metros con muchas simas y estalactitas.

Els Frares

El paraje denominado **Els Frares** constituye un enclave singular situado cerca de la localidad de **Quatretondeta** al norte de la Sierra Serrella. **Els Frares**, que en castellano significa frailes, son un buen ejemplo de megalapiaz, o sea, un lapiaz de grandes dimensiones. Los lapiaces son morfologías resultantes de la disolución de las rocas carbonatadas en la superficie de terrenos kársticos. En **Els Frares** encontramos una veintena de mogotes separados por estrechos corredores que alcanzan alturas de hasta varias decenas de metros.

La sierra del Cavall Verd está formada por rocas calcáreas y margas cretácicas del Senoniense, llega a los 826 metros a la Perereta (coronada con una cruz de término) y a los 843 metros a la Penya de l'Alt. En el Pla dels Avencs encontramos una zona kárstica rica en cuevas y simas. En la parte de la sierra que recae sobre el término de La Vall de Laguar son frecuentes los manantiales y fuentes, cuyas aguas acaban en numerosos barrancos que la cruzan transversalmente.

En la solana y en el sector más occidental de la sierra, localizamos el barranco de Moragues con la fuente de la Mata y el barranco de las Carrasques, donde hay una fuente que lleva el mismo nombre. Los dos barrancos llegan hasta el río Xaló-Gorgos, en las proximidades de la carretera de Benigembla a Castell de Castells.

En la umbría y en las áreas central y oriental de la sierra encontramos el barranco de los Olbis, con una fuente con el mismo nombre; el barranco de Font de la Figuera, el de Can Torres y el de la Font Grossa, este último en las proximidades de Fleix; finalmente, el barranco de las Hortes, que lleva las aguas de la fuente del Gel y de las fuentes de Campell, en las proximidades de este núcleo.



1.1. Flora y Fauna

Desde el punto de vista **ambiental** hay que mencionar que la Serrella es un **espacio natural protegido** a nivel europeo por la **Red Natura 2000**, contando con las figuras de protección **LIC** (Lugar de Interés Comunitario) «Aitana, Serrella y Puigcampana» y **ZEPA** (Zona de Especial Protección para las Aves) «Muntanyes de La Marina». Se encuentra bastante deforestada como consecuencia de la gran presión que ha ejercido el hombre a lo largo de la historia para la explotación de sus recursos naturales. A pesar de todo sobreviven algunos bosquetes de carrascas y pinares, estos últimos de repoblación. La orientación este-oeste y su disposición de barrera, muestra dos fachadas muy diferenciadas por su exposición solar lo que da lugar a gran variedad de pisos vegetales, diversidad de especies y numerosos endemismos de gran valor botánico. Tiene una rica flora comparable con la de la cercana **Mariola**, pero mucho menos afamada. Prueba de ello es que cuenta con **cuatro microrreservas de flora**. Asimismo prácticamente toda la sierra está incluida en la **ZEPA “Les Muntanyes de la Marina”** y sus suelos están catalogados como **Lugar de Importancia Comunitaria (LIC)**.

La vertiente meridional de la sierra registra uno de los índices más altos de precipitaciones en la provincia de Alicante. En la solana donde se registran muchas menos lluvias el paisaje vegetal es de menor riqueza y extensión. Además la presión humana a sido más intensa en esta vertiente con gran cantidad de pistas e incluso una carretera entre **Beniardá** y **Castell de Castells** que degrada violentamente la montaña.

La actividad agrícola y la ganadera (principalmente ovejas y cabras) ha sido una importante fuente de recursos para la comarca. Importante también fue el comercio con la nieve que ha dejado como consecuencia **tres pozos de nieve** uno en las proximidades de la cima del Plá de la Casa y dos más en el **Barranc de la Canal**.

Todos los barrancos de la parte central de la sierra del **Cavall Verd** desembocan sus aguas en el río Girona. En la parte baja de la vertiente de la sierra se encuentran zonas de cultivo de cerezos muy importantes, con unas condiciones óptimas de humedad y altitud.

1.2. Pueblos y patrimonio histórico.

La Serrella se extiende sobre los términos municipales de **Benasau, Quatretondeta, Facheca y Famorca** (El Comtat); **Castell de Castells** (La Marina Alta), y **Beniardá y Confrides** (La Marina Baixa), durante un longitud aproximada de 15 km. En lo referente al **patrimonio cultural**, destacan los **pozos de nieve** o neveros construidos en las partes más altas de la sierra, los cuales datan de los siglos XVI-XVIII. En su día el comercio de la nieve fue destacado en las montañas de Alicante: el **hielo** fabricado a partir de la nieve prensada en el interior de estos grandes pozos era transportado a las ciudades cercanas para diversas aplicaciones, desde las alimenticias a las médicas.

La Vall de Laguar es un valle y también un municipio que engloba tres pequeños pueblos: **Campell, Fleix** y **Benimaurell**; además del núcleo poblacional de Fontilles, **antigua leprosería** que en la actualidad funciona como geriátrico, centro de rehabilitación y espacio de investigación. En total, todos suman unos 820 habitantes. Los tres están ubicados de manera consecutiva, motivo por el cual tienen sobrenombre: Campell también es conocido como el “poble de Baix” (el pueblo de abajo); Fleix es el “poble del Mig” (del medio); y Benimaurell, el “poble de Dalt” (de arriba). Recomendamos pasear tranquilamente por sus calles, tomar algo en los bares de cada pueblo y sentir cómo fluye la vida a otro ritmo. Hay que decir que esta zona se ha mantenido bastante al margen de la especulación inmobiliaria que arrasó buena parte del patrimonio natural de la primera línea de mar de la costa alicantina, lo que permite que la Vall de Laguar se muestre, todavía, muy genuina. Culturalmente hablando, son pueblos donde predomina el valenciano como lengua vehicular.

Un complejo tan interesante como solidario en la Vall de Laguar es el del **sanatorio San Francisco de Borja**, gestionado por la asociación sin ánimo de lucro Fontilles. Y es que esta antigua leprosería –hoy centro médico, alojamiento para personas mayores y con espacio para la investigación- aún conserva la vieja muralla del rechazo que se construyó en el siglo XX a petición de los vecinos de la zona. Llegó a tener tres metros de alto a lo largo de tres kilómetros de longitud, con el que se perimetró un recinto de casi 740.000 metros cuadrados. Hoy sabemos que la lepra se cura, que si tiene un diagnóstico precoz apenas deja secuelas y que es muy poco

contagiosa, pero cuando abrió sus puertas, a principios del siglo XX, los enfermos se toparon con el estigma y la incompreensión de parte de la sociedad. Dentro del complejo, sin embargo, les acogió un entorno lleno de vida: había teatro, cine, taller de carpintería, se organizaban fiestas y bailes, podían cultivar en un terreno propio, jugaban a fútbol... Y todos con unas **vistas del valle** que son difíciles de describir. Vale la pena acercarse y comprobarlo por uno mismo.

La gastronomía autóctona es un pilar fundamental de la cultura en la Vall de Laguar. Sus ingredientes básicos son aquellos que crecen en sus bancales, donde predomina la agricultura de secano, con almendros, olivos y cerezos. De hecho, las cerezas son uno de sus grandes tesoros culinarios y forman parte de la **Indicación Geográfica Protegida** (IGP) Montaña de Alicante.

Los platos de la zona beben de la influencia de los moriscos que tantos años habitaron el valle y de los mallorquines que lo repoblaron. Algunos de los más conocidos y que no deberías dejar de probar son: el *espenca*t (verduras asadas al horno), les *coques al forn* (cocas al horno), el *arròs al forn* (arroz al horno), el *arròs amb fesols i naps* (arroz con judías y nabos), el *putxero*, la *sang amb ceba* (sangre con cebolla), las *faves sacsades* (habas zarandeadas) o las *mandonguilles* (albóndigas). También son típicos los “figatells”, embutidos frescos de sabores fuertes elaborados normalmente con magro e hígado de cerdo que se han popularizado como la “hamburguesa valenciana”.

2. Programa y descripción de las Rutas

En esta actividad se pretende realizar varias rutas de montaña para recorrer y conocer lo más representativo de la Sierra de la Serrella y la Sierra del Cavall Verd con pequeños e desplazamientos en coche, compaginando las rutas con alguna incursión cultural, o gastronómica, si así se desea, en los pueblos de la Vall de Pop (Murla), la Vall de Laguar (Fleix y Benimaurell), Quatretondeta, Facheca o Famorca.

Viernes 14 de marzo:

Llegada a Dénia y al alojamiento. Hotel Port Dénia. Cena incluida, tipo buffet, en el Hotel, de 19 a 21 horas. Si se llega más tarde, hay que comunicarlo al hotel para que puedan dejar preparada una cena fría.

Para aquellos que lleguen antes es interesante realizar una visita al castillo de Dénia, muy interesante por su emplazamiento, las vistas y por los restos históricos que posee. También la ciudad de Dénia y su casco histórico merecen una merecida visita, así como el puerto, desde donde zarpan y arriban barcos diariamente a/de las islas pitiusas.

Sábado 15 de marzo:

A) Quatretondeta – Pla de la Casa – Pico Serrella – Mallà del Llop – Forat de África – Recingle Alt – Els Frares – Quatretondeta.

Ruta calificada como difícil dada la longitud y el desnivel acumulado, además, partes de la ruta transcurren por zona de pedrera donde hay que caminar con cuidado para evitar caídas. La ruta parte de municipio de Quatretondeta, situado en el noreste de la provincia de Alicante, en la comarca del Comtat y que cuenta con 118 habitantes aproximadamente. Comenzamos la ruta aparcando los coches en un descampado junto al camino donde comienza oficialmente la ruta del Frares. Seguimos el camino hacia el sur dirección Serrella, y pronto tomamos una bifurcación a la izquierda por el camino y más tarde por el camino de la derecha. Desde aquí empezamos un ascenso por camino hasta llegar a la fuente de l'Espinal, donde continuamos por la senda. Empezamos una fuerte subida por la senda, atravesando zonas de pedrera, y al llegar a la bifurcación tomaremos la senda a la izquierda dirección Font Roja. Legamos a la nombrada fuente y continuamos hacia arriba por el camino. Enseguida tomamos una senda a la izquierda dirección Pla de la casa. Al llegar al collado, tomamos la senda a la izquierda dirección Pla de la Casa. Aquí tenemos una fuerte subida y empezamos a descubrir las fabulosas vistas que nos va a permitir la ruta. Llegamos al pla y continuamos por la senda hasta llegar al nevero

del Pla de la casa. Desde aquí subiremos a la cima de Pla de la Casa, donde nos deleitamos con increíbles vistas de las montañas y valles colindantes, como son Serra Aitana, Serra Mariola, Benicadell, y otras más costeras como las de Vall d'Ebo y Vall de Gallinera.

Desde aquí volvemos hasta el Pla para comenzar el descenso por el valle formado en dirección al barranco del moro. Al llegar al inicio del valle, tomamos una senda a la izquierda y comenzamos una fuerte subida, por una senda menos clara pero que no presenta problemas ya que iremos ascendiendo siempre por la divisoria de la montaña, teniendo a nuestra izquierda la gran pedrera de ascenso al Pico Serrella. Una vez en la cima se empieza a contemplar el pantano de Guadalest, y al fondo las fértiles tierras de Callosa y Altea. Continuamos por la divisoria dirección Mallà del Llop. Desde allí podemos contemplar con más claridad el embalse y las montañas del fondo, desde Montgó, Bernia y Ferrer, Serra Gelada, Ponoig y Puig Campana entre otros. Por supuesto La cima de Serra Aitana, techo de la provincia de Alicante nos contempla desde lo alto.

Volvemos por nuestros pasos, pero esta vez por el lado sur de la sierra, más pedregoso pero con unas bonitas vistas del valle. Llegamos al collado encontrado tras bajar del Pla de la Casa y continuamos por la senda de nuevo dirección Quatretondeta. Al llegar al Collado de Borrell de nuevo, tomamos la senda para visitar el Forat de Africa. Se trata de un peculiar agujero en la montaña, cuya forma recuerda a la del continente africano. Desde allí tenemos unas bonitas panorámicas de la zona. Volvemos al collado para tomar la pista a la izquierda en dirección a Confrides. Seguimos la pista y llegamos a una balsa de emergencias donde tomamos el camino hormigonado hacia la derecha. Tras un continuo y prolongado ascenso, tomamos una senda a la izquierda para acercarnos al Recingle Alt, donde encontramos una garita de vigilancia contra incendios, y unas espectaculares vistas hacia el norte de la provincia.

Seguimos la ruta por la pista descendiendo hacia Els Frares, y justo antes de un brusco ascenso de la pista encontramos una senda a la izquierda que tomamos para visitar les Agulles. Este tramo puede resultar complicado y hay que hacerlo con cuidado, pues hay zonas de fuerte bajada y mucha piedra suelta. Siguiendo la senda con cuidado llegamos a la zona del Frares. Los Frares o les Agulles son unas impresionantes formaciones de roca caliza en forma de grandes pináculos o agujas, de hasta 50 metros de altura. Esta singular formación geológica, que recibe su nombre por su parecido con unos frailes (*frares* en valenciano), ha sido esculpida por el agua y el hielo a lo largo de milenios, dando lugar a un paisaje asombroso y de extrema fragilidad que desafía a la gravedad con formas imposibles. También visitamos la Foradada, un arco natural de roca. Tras esta visita seguimos caminando transversalmente a la pedrera, siempre con los Frares a nuestra derecha hasta el cruce que nos llevara por nuestros pasos al origen de la ruta.

Se trata pues de una ruta complicada pero muy variada y divertida, ya que une muchísimos puntos de gran interés para el senderista, y donde las espectaculares vistas siempre están presentes.



Cena en el Hotel a las 20h.

B) Els Frares – Cova Foradada – Peña Creus – Pico Serrella – Plà de la Casa.

Ruta especial, espectacular e impresionante, ésta de la Serrella. La ruta recorre la mitad occidental de esta sierra. Se inicia en Quatretondeta, población ubicada en la comarca del Comtat de Cocentaina. Nos dirigiremos hacia el Camí del Clot que poco después se convierte en una dura senda de ascensión por pedrera. Llegará un momento en el que tomaremos una senda hacia la derecha que atraviesa unas grandes pedreras y conduce a la zona donde se encuentran los Frares. Monolitos pétreos con formas que impresionan al verlos. Una maravilla de la naturaleza. Llegaremos a una zona donde veremos claramente la Cova Foradada. Subiremos hacia ella y al llegar, la treparemos y la disfrutaremos, pasaremos a una zona entre más formaciones cársticas. Magníficos cuchillos, e impresionantes los Frares. Continuaremos por una pseudosenda que bordea la pared vertical y seguiremos subiendo de forma costosa y difícil. Continuaremos hasta llegar a la unión con otra pseudosenda que viene de más abajo, la que hubiéramos cogido sin pasar por la Cova Foradada. Subiremos como se pueda por sendas duras y a veces roquedales. En un determinado momento nos desviaremos hacia la izquierda para subir a Peña Creus. Coronaremos Peña Creus, para a continuación bajar, por el cordal hasta una vaguada repleta de pinares, donde volveremos a ascender hasta coronar Peña Creus 2.

Seguiremos cresteando en dirección a la Serrella, y bajamos hacia el camino en dirección al vértice geodésico de la Serrella. Realizaremos un poco de campo a través para recortar el camino para ir dirección hacia el collado de Borrel; circunvalaremos así toda la peña de la Yedra del Plà de la Casa para ascender hasta el Plà de la Casa. Se asciende hasta la cima del Plà y su inmenso nevero. Después descenderemos hasta el collado Borrell, camino de la Font Roja por el barranco del Hondo, hasta enlazar con el punto en que se ha tomado la senda dels Frares. Volveremos hasta el punto de inicio por el mismo camino.

Ruta bellísima, de moderada a difícil, dependiendo de la experiencia de cada uno; y que nos dejará una grata sensación en el cuerpo.



Domingo 16 de Marzo:

A) Entre los valles de Pop y Laguar: el Penyó Roig y la sierra del Cavall Verd.

La sierra del Penyó (o del Cavall Verd) es una sierra de la Marina Alta orientada de este a oeste que separa los valles de Vall de Laguar y la Vall de Pop. La ruta permite hacer un amplio recorrido circular por la sierra desde Murla pasando por los pueblos de la Vall de Laguar y subiendo al Penyó Roig (792 metros), aprovechando parte de las rutas de los PR-CV 147, 181 y 426. A la entrada de Murla por la CV-719 giramos a la derecha por la calle

de la Creu y subimos al cercano cementerio. Seguimos por la pista asfaltada, pasamos un depósito de agua y seguimos por una senda hasta otra pista asfaltada (calle de Sant Antoni), en la confluencia con la subida por pista a la ermita de Sant Sebastiá. Continuamos por la calle de Sant Antoni unos 350 metros y nos desviamos por la derecha para entrar en el área de Fontilles. Vamos a pasar por una verja en los antiguos muros de Fontilles y seguimos la pista hasta la siguiente bifurcación, en la que continuamos por la izquierda. El siguiente tramo de pista pasa por los edificios del complejo de Fontilles, incluido el hospital Ferris si nos desviamos un poco. El sanatorio de Fontilles fue abierto en 1909 para tratar enfermos de lepra. Hay cierta justicia poética en el hecho de que la lucha contra una enfermedad tan desfigurante como lo era la lepra tuviera su acomodo en un lugar de naturaleza privilegiada como es Vall de Laguar. En la actualidad, la asociación Fontilles tiene varios proyectos de lucha contra la lepra en todo el mundo.

Salimos de Fontilles por la puerta principal hacia la CV-721. A 130 metros de las antiguas puertas nos desviamos por una senda a mano izquierda (hay marca de pintura en un árbol). Es un tramo corto y empinado, que termina en una pista de tierra. En la pista seguimos por la izquierda y, a unos pocos metros, en el siguiente cruce a la derecha. Caminamos por una pista que atraviesa una zona conocida como el Garroferal, con vistas por la derecha de Campell, uno de los tres pueblos (junto con Fleix y Benimaurell) que forman Vall de Laguar. En el siguiente cruce por el que pasemos vamos a dejar la pista y bajar por la derecha, cruzar el barranco del Moro y subir a Campell. En la calle de la Plaça (CV-721), giramos a la izquierda y seguimos hasta la fuente que hay a la salida del pueblo, junto a un panel del PR-CV 181. Desde la fuente, subimos por la calle de la derecha en dirección a Fleix. Es un tramo asfaltado entre casas de campo. Una vez en Fleix, cruzamos el pueblo y salimos por la CV-721. Hay que caminar unos 50 metros por la carretera y desviarse por la derecha por el Camí de Cantorres (PR-CV 147). La pista asfaltada pasa por la Font Grossa, punto en el que se desvía el conocido PR-CV 147 (circular de Vall de Laguar). Seguimos sin desviarnos por la pista y llegamos a Benimaurell. Hay una fuente en la que se puede coger agua a la entrada del pueblo.

Cruzamos Benimaurell por la plaza del Sacrament y salimos por la calle del Príncep. Enseguida veremos el poste del PR-CV 181 que vamos a seguir en dirección al coll de Garga. La senda, muy agradable, sube por la umbría de la sierra del Penyó en dirección al coll de Garga. Durante la subida hay un punto en el que salimos a la CV-721, pero solo hay que caminar unos metros para retomar la senda (hay poste de señalización). Una vez en el collado veremos otro poste de dirección con los ramales del PR-CV 181. El coll de Garga está indicado a unos 700 metros en dirección oeste, pero ya no vamos a llegar hasta allí, y seguiremos la ruta por la sierra en dirección este. Desde el collado seguimos en dirección este (Cavall Verd). Caminamos por una senda que discurre por la solana de la sierra, con vistas magníficas de la Marina Alta. Tras pasar el enlace de Benimaurell, la cresta de la sierra se hace algo más abrupta y hay un paso equipado con cadenas de seguridad. Finalmente llegamos a un collado junto al Penyó Roig. Subir a la cima implica dejar el cómodo PR-CV 181 y seguir por su cara sur hasta un paso equipado con asideros artificiales. Es un paso bastante vertical y no apto para todos los senderistas. El resto es terreno abrupto, con uso ocasional de las manos para progresar, siguiendo marcas de pintura e hitos hasta la cima. El Penyó Roig o Cavall Vert (792) es una bella atalaya con vistas a la costa, aunque no es el punto más alto de esta sierra.

Bajamos de la cima y retomamos la ruta que rodea al Penyó Roig para cruzar hasta el pico vecino. Seguimos ahora el PR-CV 426 a Murla. En el siguiente pico hay un pequeño tramo de destrepe (hay hitos) y desde ahí, la senda baja por la cara este de la sierra. El primer tramo de bajada es bastante abrupto y casi no se ve la senda, pero más adelante el camino es evidente. La ruta pasa por la Creueta (una cruz de hierro), la ermita de Sant Sebastiá y baja de regreso a Murla.

B) La Catedral del Senderismo, ruta de los 6800 escalones: el Barranc de l'Infern desde Fleix, vall de Laguar.

El PR-V 147, también conocido como “La Catedral del Senderismo”, es una ruta imprescindible para cualquier senderista y/o amante de la montaña que bordea y cruza el conocido Barranc de L'Infern. Una ruta circular de 14,5km. Una de las características principales de éste bonito itinerario es su origen morisco. Se habla de unos 6800 escalones que servían para acceder a las zonas de labor agrícola. Actualmente encontramos todavía el terreno abancalado con antiguos cultivos como Olivos, higueras, almendros... Comenzamos el itinerario en el Ayuntamiento de la localidad de Fleix (Alicante). Junto a éste hay un gran parking de tierra donde puedes

aparcar el vehículo. En frente del aparcamiento encontramos los primeros paneles informativos del PR-V 147. Caminamos por la carretera CV-721 en dirección a Benimaurell y en poco menos de 200m nos desviamos a la derecha por un camino asfaltado que nos lleva hasta el Lavadero de Fleix y la Font Grossa. A escasos metros más adelante, nos volvemos a desviar a la derecha en dirección a les Juvees D'Enmig (a 3,4km).

El sendero con los primeros escalones mozárabes desciende en forma de Zig-Zag y pronto llegamos al "Forat de la Juvea" un agujero excavado en la roca que nos deja en el otro lado de la montaña. Desde el "Forat" obtenemos una magnífica panorámica del sendero escalonado que continua descendiendo hasta llegar al Barranc de L'Infern, cauce del Rio Girona. Un cauce ancho, seco y de piedras blancas, ya que el Rio Girona pasa por el subsuelo debido a la filtración del agua en esta zona. Dejamos atrás el barranco y comenzamos a ascender por el sendero, de nuevo con escalones mozárabes, que sube en zig-zag.

En esta parte de la ruta, los escalones están mejor conservados y a medida que vamos ganando altura obtenemos unas impresionantes vistas de lo ya caminado y del enclave donde estamos. Sin dejar de ascender por este bonito sendero, llegamos al Pou de Juvea. Se trata de un antiguo pozo .continuamos hasta llegar a les Juvees D'Enmig donde giraremos a la izquierda para en pocos metros llegar al Pla de L'Avenc y la Carrasca. Una vez aquí, comenzamos de nuevo a descender camino del Barranc de L'Infern otra vez. En este bonito sendero que pasa bajo a grandes paredes verticales y que nos ofrece unas magníficas vistas de la Sierra Carrasca que la llevamos en frente hasta llegar de nuevo al Barranco.

A mitad de este sendero y en la zona más húmeda encontramos una bonita fuente natural con forma de abrevador. Se trata de la "Font del Reinós". De ella emana un agua muy fresquita, así que nos refrescamos y continuamos la ruta. Estamos otra vez en el Cauce del Rio Girona. Ahora impresiona mucho más porque estamos entre dos moles rocosas de paredes casi verticales de más de 150 metros de altura. El cauce debe tener unos 10 metros de ancho. Continuamos por la derecha del barranco y las marcas blancas y amarillas del PR-V 147 nos desvía hacia la izquierda dejando atrás el barranco y comenzando a ascender por el sendero escalonado. Tenemos que superar un gran desnivel en menos kilómetros con lo cual se hace más duro, pero poco a poco vamos ganando altura. A mitad subida encontramos un aljibe junto a un corral en ruinas. Paramos y observamos la gran panorámica que desde aquí obtenemos.

A medida que ascendemos obtenemos mejores vistas del Barranc de L'Infern hasta que llegamos a Les Juvees de D'Alt, un conjunto de casas abandonadas con dos pozos con agua. Tras esta pequeña visita por estos corrales en ruinas, volvemos al PR y llegamos a un pozo de agua con unas vistas hacia el Barranco magníficas. Comenzamos la bajada en dirección al Barranc de Racons. Este sendero desciende y presenta unas bonitas vistas, como en casi toda la ruta. En días despejados se ve el Mar Mediterráneo al fondo lo que hace este sendero aún más bonito.

Llegamos al Barranc de Racons, un barranco también de piedras blancas pero bastante más pequeño y estrecho que el de L'Infern. A nuestra izquierda sale el sendero escalonado que comienza a subir ¡¡OTRA VEZ!! El sendero va ganando altura hasta llegar a los grandes cortados que veíamos desde Juvees de Dalt. Aunque es la subida más larga de la ruta no se hace pesada porque los escalones están en muy buen estado. Continuamos ascendiendo y llegamos a un camino asfaltado. Junto a éste volvemos a encontrar el mismo panel informativo sobre el PR-V 147 que había en Fleix. Este camino asfaltado nos lleva hasta Benimaurell pasando por la Font dels Olbis donde hay unas mesas. Continuamos por el PR y tras cruzar el bonito pueblo de Benimaurell descendemos hasta llegar al Lavadero y Font de Benimaurell. Desde aquí y a menos de 2km volveremos a Fleix pasando de nuevo por el Lavadero de Fleix y la Font Grossa, donde daremos por finalizada esta magnífica ruta por la Vall de Laguar.



3. Datos técnicos

Sábado 15 de marzo:

C) Opción A. Ruta Larga: Quatretondeta – Pla de la Casa – Pico Serrella – Mallà del Llop – Forat de África – Recingle Alt – Els Frares – Quatretondeta.

Distancia: **22,33 kms,**
Desnivel acumulado: **+1678m. / - 1678m.**
M.I.D.E.: **3.3.4.4.**

Opción B. Ruta Corta: Els Frares – Cova Foradada – Peña Creus – Pico Serrella – Plà de la Casa.

Distancia: **18,71 kms,**
Desnivel acumulado: **+1268m. / - 1268m.**
M.I.D.E.: **3.3.3.3.**

Domingo 16 de marzo:

Opción A: Entre los valles de Pop y Laguar: el Penyó Roig y la sierra del Cavall Verd.

Distancia: **17,77 kms,**
Desnivel acumulado: **+849m. / - 849m.**
M.I.D.E.: **3.3.4.3.**

Opción B. Ruta Corta: La Catedral del Senderismo, ruta de los 6800 escalones: el Barranc de l'Infern desde Fleix, vall de Laguar.

Distancia: **14,02 kms,**
Desnivel acumulado: **+797m. / - 797m.**
M.I.D.E.: **3.3.3.3.**

4. Fecha, hora y lugar de encuentro

Fecha y Hora:

Viernes 19 de enero a partir de las 14:00 horas

Lugar de encuentro:

HOTEL Port Dénia.

Carretera de Dénia a Xàbia, 48 03700 Dénia (Alicante)

Desde Madrid: 453kms (4h 22m aproximadamente) Se creará un grupo de *whatsapp*, para coordinarse y estar en contacto.

5. Logística: material, transporte, alojamiento, precio

Material

Obligatorio: Botas de montaña, bastones, cortavientos, gorra, gafas de sol, crema solar, ropa de abrigo, comida y agua suficiente. Material de orientación (GPS y/o mapa y brújula)..

Opcional: Frontal , Emisora.

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.

Alojamiento:

Hotel Port Dénia, en Dénia, Alicante.

Habitaciones dobles

Las habitaciones se van asignando según orden de inscripción y preferencias. El precio incluye la pernoctación de las noches del viernes y sábado. Desayuno de Sábado y Domingo y cena del sábado.

Precio:

90 €. Para no asegurados será de **96 €.** (Incluyendo seguro de 3 € por el día de actividad).

Pago obligatorio mediante tarjeta bancaria a través de la web del Club. De no hacer efectiva 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.

Los coordinadores y colaboradores en el momento de la inscripción tendrán un descuento de **8€**

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.

Anulaciones. Las condiciones quedarán sujetas al Apartado 7 del "Protocolo de Participación de Actividades".

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

AVISO, El precio se calcula en el momento de la inscripción y pago, por lo que para evitar hacer devoluciones, con el costo que eso conlleva, quien tenga pensado federarse para esta actividad tiene que asegurarse de haber tramitado la licencia federativa antes de realizar el pago.

Coordinador.

Jose Fco. Pérez Berenguel, jfpberen@gmail.com, 654201585

6. 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.**
-