



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

Sierra Nevada, Valles occidentales

Del 6 al 9 de mayo de 2025



1. Sierra Nevada
 - 1.1. Introducción, espacio protegido
 - 1.2. Orografía, geología y Relieve
 - 1.3. Flora y Fauna
2. Descripción de las Rutas y datos Técnicos
3. Fecha hora y lugar de encuentro
4. Logística: material transporte, alojamiento, precio e inscripciones
5. Normas de seguridad y advertencias

1. Sierra Nevada

1.1. Introducción, espacio protegido

Sierra Nevada es un macizo montañoso de España perteneciente al conjunto de las cordilleras Béticas, concretamente al sistema Penibético. Está situada entre las provincias de Granada y Almería. Es el macizo montañoso de mayor altitud de toda Europa occidental, después de los Alpes. Su altitud máxima se alcanza en el pico Mulhacén, de 3479 m sobre el nivel del mar. En 1986 fue declarada Reserva de la Biosfera por la Unesco, en 1989 una amplísima área de este macizo montañoso fue declarada parque natural y en 1999 una gran parte del mismo pasó a ser considerado parque nacional¹ por sus valores botánicos, paisajísticos y naturales.

1.2. Orografía, geología y relieve

Sierra Nevada, conjuntamente con las Béticas y todas las cordilleras a orillas del mar Mediterráneo, se formó durante la orogénesis Alpina del Terciario en el sur de Europa, con sedimentos de la era Primaria y Secundaria: granos de cuarzo, arcillas y óxidos de hierro, fundamentalmente. La acumulación de una gruesa capa de materiales en el fondo de un sinclinal, cubierto por las aguas marinas del mar de Tetis hace más de 200 millones de años, de entre 3000 y 4000 m, y sometidos a las enormes presiones de las profundidades, transformaron las rocas sedimentarias y las metamorfizaron.

Posteriormente, en la segunda mitad de la Era Terciaria, en el Plioceno, comienza el levantamiento de los materiales ya plegados en antiguas orogénesis y va emergiendo poco a poco de las aguas, como toda la formación alpina que, iniciando su presión en el sur, fue desplazándose hacia el norte, en dirección a la meseta castellana, que actuó parando su avance.

Posteriormente, se llegó a un punto en el que el levantamiento y abombamiento llegó a su límite y los materiales se rompieron, deslizándose unos encima de otros, y formándose una serie de fallas muy características del lugar.

El núcleo de Sierra Nevada está formado por materiales de la era paleozoica, principalmente pizarras micáceas, de poca dureza. En la formación geológica de Sierra Nevada se produjeron contrastes de entidad, como el de los suaves «planos inclinados» (llamados «lomas») de la ladera sur, contra los escarpados y profundos tajos de la vertiente norte, en la que quedó más marcada la erosión glacial del período Cuaternario.

1.3. Flora y Fauna

La peculiar situación de Sierra Nevada permitió que esta se convirtiese en refugio de una gran cantidad de endemismos y especies nórdicas impropias de latitudes medias. Se conocen, según fuentes del Ministerio de Medio Ambiente de España, 66 especies vegetales vasculares endémicas, lo cual representa la mayor biodiversidad de toda la península ibérica y de Europa. En total el número de plantas superiores es de alrededor de 2100, lo que representa la cuarta parte de todas las especies conocidas en España y la quinta parte de Europa.

Ejemplos de endemismos serían: la manzanilla real (*Artemisa granatensis*), narciso de Sierra Nevada (*Narcissus nevadensis*) o la estrella de las nieves (*Plantago nivalis*), siendo esta última uno de los grandes símbolos del macizo, equivalente al edelweiss de los Pirineos o los Alpes.

La reina indiscutible de la fauna en Sierra Nevada es la cabra montés, *Capra pyrenaica*, que suele pastar en los pastizales de alta montaña. El Ministerio de Medio Ambiente de España ha clasificado 80 especies animales endémicas. Además se hallan diversas especies de animales invertebrados singulares.

2. Descripción de las Rutas y datos técnicos

Día1: Martes 6 de mayo:

Hoya de la Mora – Pico Veleta (opcional) - Ref. Carihuela – Río Veleta – Ref. Carihuela
14kms. +1540m/-870m.

Partimos bien temprano desde la Hoya de la Mora (Parking gratuito abierto entre semana) .

Habrà que portear unos 200m horizontales hasta llegar a la pista de El Àguila que aun conservará nieve donde podremos empezar a foquear rumbo al Pico Veleta. Pasaremos bajo la escultura de la Virgen de las Nieves y llegaremos a Cauchiles. Seguramente haya que descalzarse los esquís dos o tres veces por falta de continuidad de nieve o porque haya limpiado la carretera que sube a las posiciones. Pero serán apenas unos metros.

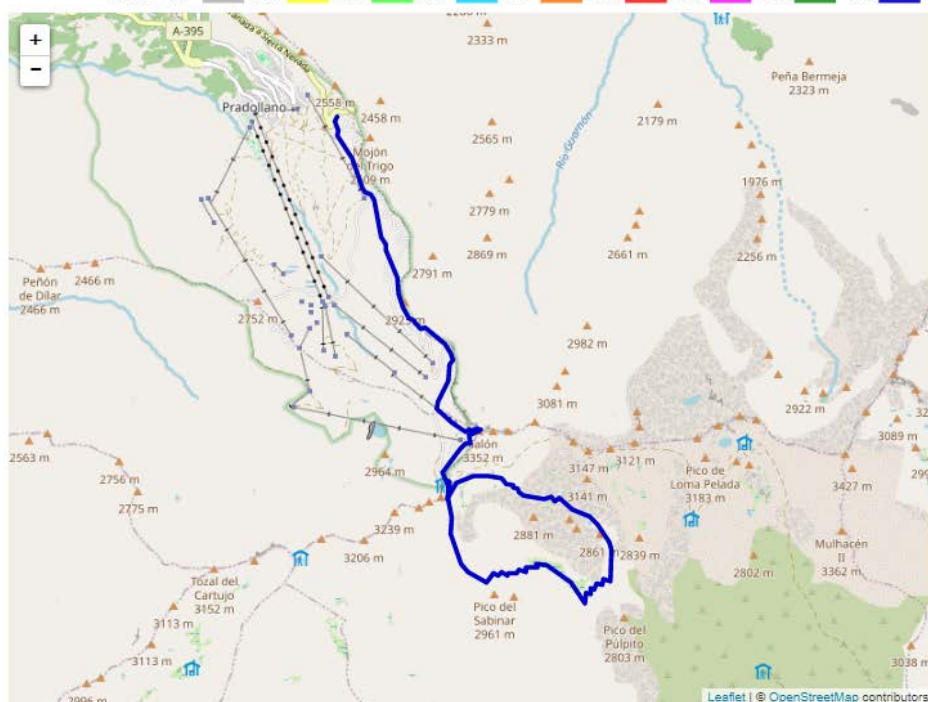
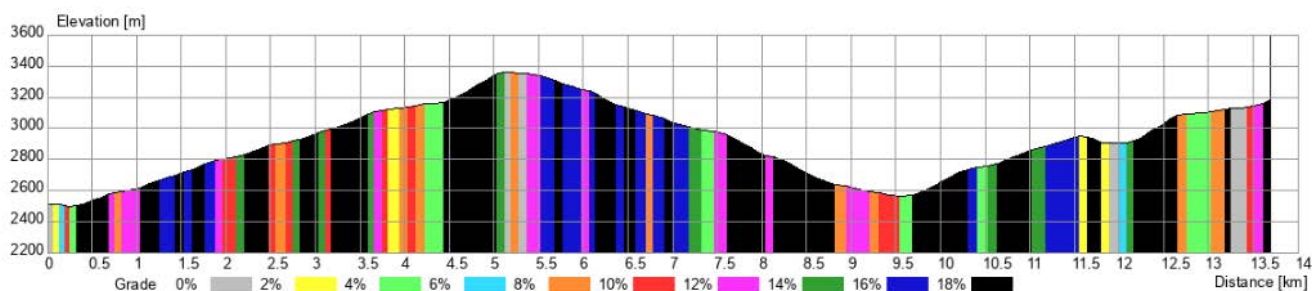
Una vez alcanzadas las posiciones del Veleta podemos disfrutar de las vistas de las caras norte y el circo del Corral del Veleta. Continuaremos hasta el remonte Zayas, donde existe la opción de subir al Pico Veleta (unos 30 o 40 minutos), continuando luego hacia el Refugio Vivac de la Carihuela que será el lugar campamento de esta noche. (La idea es llegar sobre las 11:30 o 12am)

Tras un descanso y dejar allí parte del peso, aprovechamos el resto de mañana para descender al Río Veleta por Loma Púa y volver por Terreras azules y el Paso de los Machos.

Total distance: 13.69 km

Total ascent: 1540 m

Total descent: 871 m



Día2: Miércoles 7 de mayo:

Ref Carihuela – Loma Púa – Toril – Tajo de los Machos – Río Lanjarón - Ref. Elorrieta

14kms. +1080m/-1100m.

Hoy no hace falta madrugar, La etapa es más corta y se empieza bajando pero por zona soleada desde primera hora, por lo que a partir de las 10, ya no estará excesivamente dura. Si a alguien le apetece y no lo hizo el día anterior se podría subir esta mañana al Pico Veleta, pues la bajada de nuevo al refugio no presenta ningún problema incluso con nieve dura.

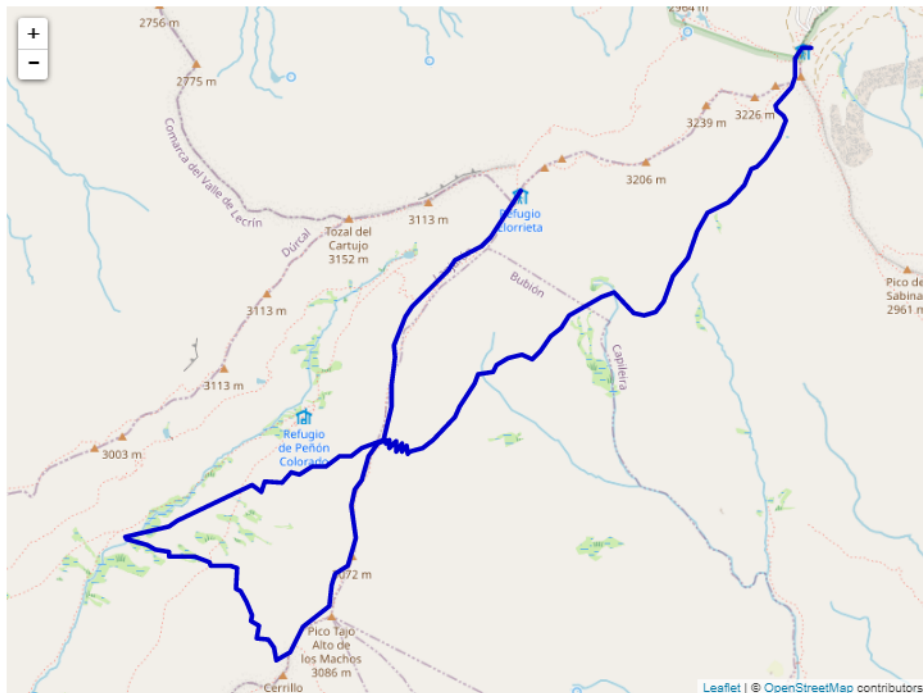
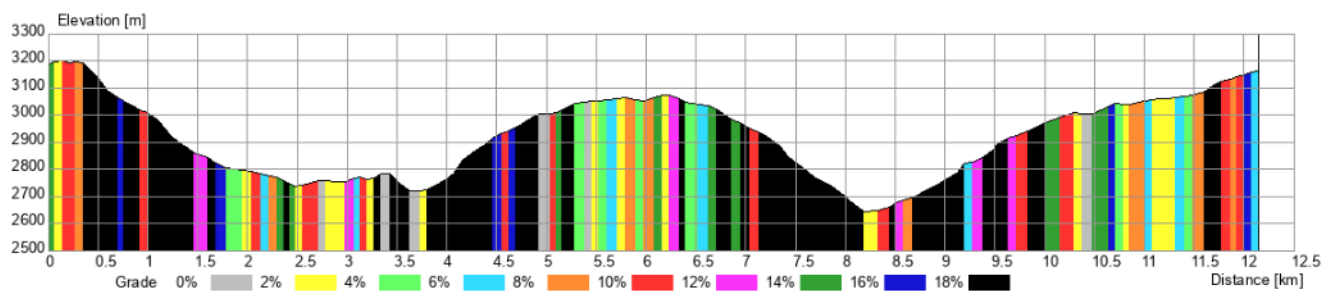
Comenzamos volcando el collado de Loma Púa bajando hacia la cabecera del Valle del Río Toril mientras permita la nieve. En la Loma de Peñón de Abarca habrá que poner las focas y remontar hasta el circo Tajo Lagunillos , donde vamos manteniendo cota hasta Prados Largos y allí volver a subir hasta alcanzar el collado entre Elorrieta y el Tajo de los Machos.

Aquí dejamos las mochilas y sin peso vamos a coronar el Pico Tajo de los Machos para luego disfrutar de la bajada hacia el Río Lanjarón viendo el pico del Caballo al frente. Para acabar el día, habrá que volver a poner las focas y subir hasta donde dejamos las mochilas para continuar hacia el viejo refugio Elorrieta donde haremos las próximas dos noches.

Total distance: 12.14 km

Total ascent: 974 m

Total descent: 997 m



Dia3: Jueves 8 de mayo:

Ref. Elorrieta – Valle de Lanjarón – Pico Caballo – Tajos Altos – Ref. Elorrieta

15kms. +1100m/-1100m.

Hoy tampoco hace falta madrugar, veremos amanecer desde un lugar privilegiado y hoy toca una de las mejores rutas que se puede hacer por Sierra Nevada y además hoy todo el día sin peso pues dejamos en el refugio el material de vivac (saco, esterilla, camping gas.. etc). La bajada del Valle del Río Lanjarón es una auténtica gozada y como la pendiente es muy suave se puede hacer sin peligro incluso con nieve dura.

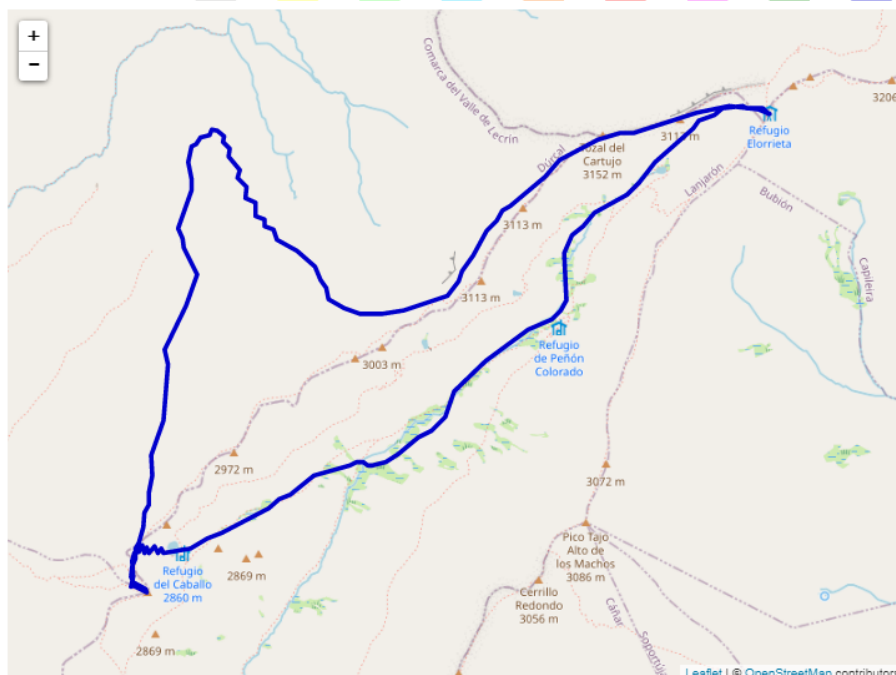
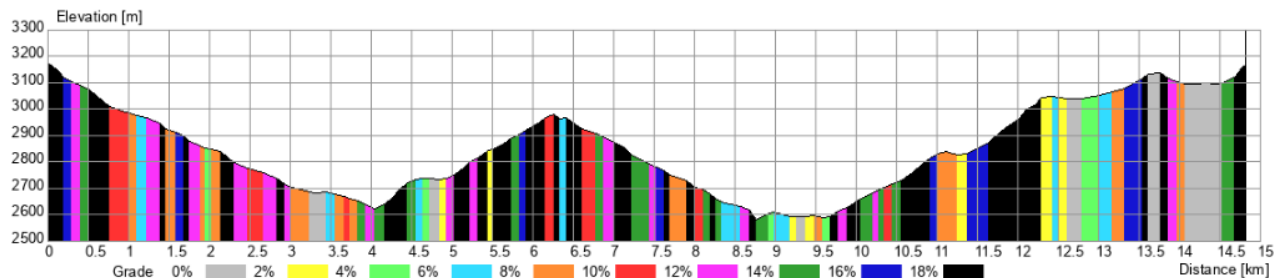
Tras varios kilómetros de bajada, llegaremos casi hasta el fin de la nieve aproximadamente en la cota 2600m donde cruzaremos el Valle y habrá que poner las focas para la subida al Pico del Caballo. Unos 400m de desnivel que se suben en hora y media aproximadamente pasando por La Laguna de Nájera y la laguna y refugio del Caballo.

Antes de volver al refugio vamos a realizar una bajada por la cara oeste del Caballo, una amplia ladera que este año presenta bastante nieve, donde las posibles rutas de bajada son enormes. Siempre vas a poder encontrar palas vírgenes sin una huella de esquí incluso a final de temporada. Bajaremos más o menos manteniendo rumbo norte entre diagonales y giros en las mejores palas hasta llegar más o menos a cota 2600m donde habrá que volver a poner las focas y encarar la subida a Tajos Altos. Subida mantenida pero que se va suavizando conforme vayamos ganando altura. Pasaremos muy cerca de las cumbres de Tajos Altos y El Tozal del Cartujo buscando la mejor ruta por los neveros para volver a Elorrieta.

Total distance: 14.82 km

Total ascent: 1068 m

Total descent: 1079 m



Dia4: Viernes 9 de mayo

Elorrieta – Pico Cartujo – Valle Río Dílar – Collado de la laguna – Hoya de la Mora
11kms +450m/-1110m.

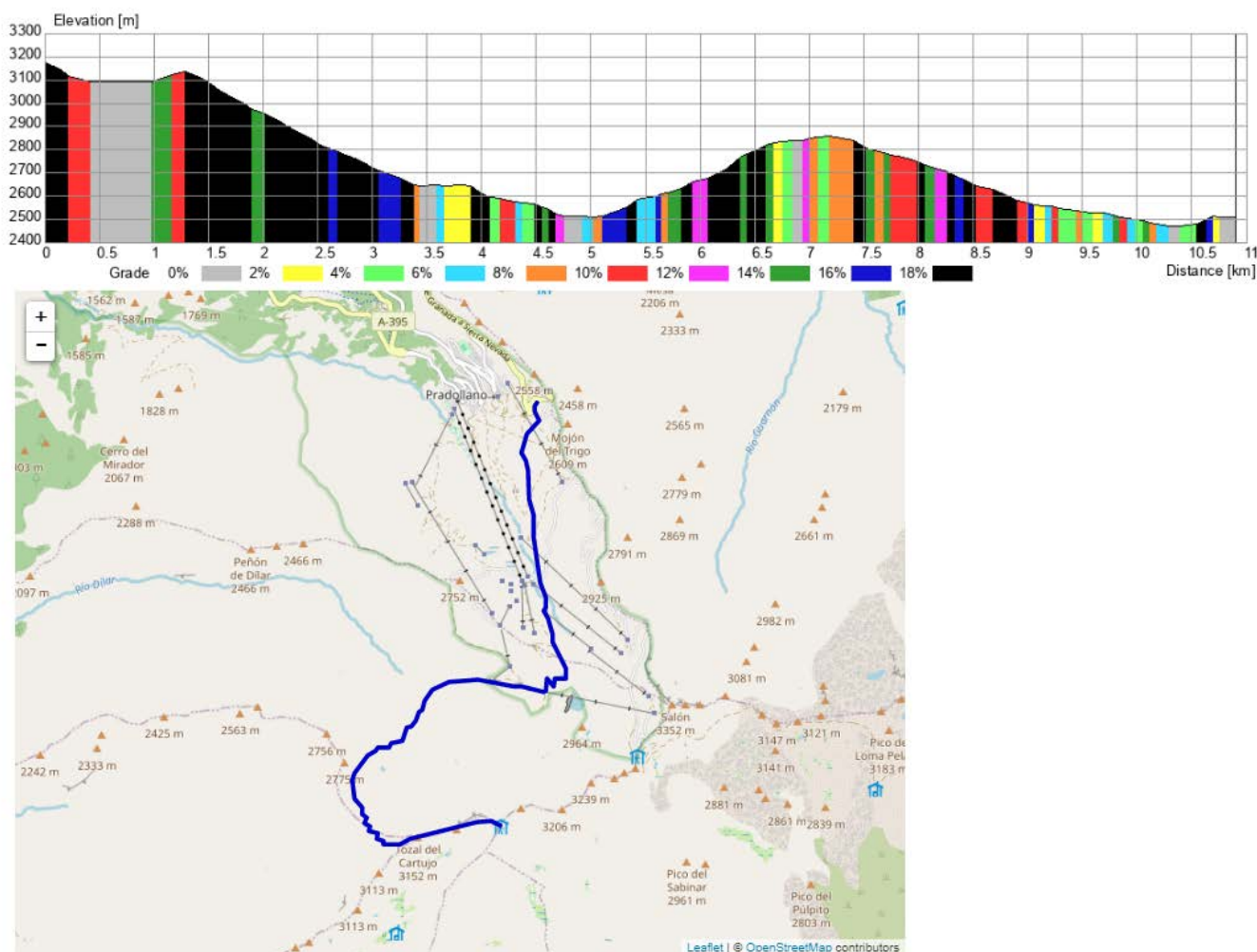
Sin madrugar demasiado, comenzamos retrocediendo el último kilómetro del día anterior hasta el Pico Cartujo para asomarnos a su cara occidental y la cuerda del Cartujo donde hay unas estupendas laderas para esquiar. Bajaremos pasando por la laguna del Carnero hasta situarnos casi al final de la nieve por encima de las Chorreras del Molinillo, cota 2500m aprox. punto donde habrá que ponerse las focas para ascender 350m de desnivel hasta el Collado de la Laguna dando vistas a la estación de esquí.

Ya solo resta bajar por las pistas (ya cerradas), pasando por la pista infantil y las instalaciones de Borreguiles hasta situarnos por encima del restaurante Chalé suizo donde ya, por falta de nieve, habrá que portear los esquís durante un par de kilómetros para volver a la Hoya de la Mora.

Total distance: 10.90 km

Total ascent: 447 m

Total descent: 1113 m



3. Fecha, hora y lugar de encuentro

Martes 6 de mayo. Punto de encuentro **7:45am en Hoya de la Mora .**

Situado a 456kms de Madrid (Mendez Álvaro)

Cómo llegar: [Madrid \(Mendez Álvaro\)-> Sierra Nevada \(Hoya de la Mora\)](#)

La noche del lunes se puede hacer en Granada (muchos alojamientos), vivaquear en Hoya de la Mora, o alojarse en el Albergue Universitario. Al ser un lunes, no creo que haya problema de plazas y se puede gestionar un par de días antes cuando se sepa seguro el Nº y preferencias de los interesados.

Se creará un grupo whatsapp, para coordinarse y estar en contacto.

4. Logística: material, transporte, alojamiento, precio ...

Material

Material de esquí de Montaña: Botas, bastones, esquíes, pieles, **cuchillas!**, cortavientos, gafas de sol,

Material de Vivac: Saco (con uno de confort 0º es suficiente) aislante, infiernillo (a compartir cada 2 o tres personas), cazo, comida suficiente, agua y pastillas potabilizadores, pues habrá que derretir nieve.

Material de seguridad como: GPS,ARVA, pala, sonda, casco, crampones, piolet, linterna, etc.

Transporte.

Coches particulares.

Alojamiento:

Refugios libres:

Refugio Vivac de la Carihuela (20 plazas, con tarima de madera y mesa)

Refugio Elorrieta (en estado deficiente, pero cuenta con varias habitaciones y ofrece la protección necesaria para vivaquear)

Precio:

15€. (+12€ adicionales si no se dispone de seguro de montaña)

(descuento de 12€ a coordinadores/colaboradores)

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.

Inscripciones.

En la web www.montanapegas.com. 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.montanapegas.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.

Luis Cano vivacazorla@yahoo.es 639041165

5. 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.**