



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO



CORDALES

Pinares de Valsaín y el Eresma

22 de Junio de 2025

CONTEXTO GEOGRÁFICO

Rutas Corta y Larga discurren por los Pinares de Valsaín, subiendo al Montón de Trigo y La Pinareja, dos montes emblemáticos de la Sierra de Guadarrama. En la parte final recorreremos un tramo del Río Eresma, que corresponde con las **Pesquerías Reales** tramo de gran belleza y que servirá para ir frescos y remojarnos.

La diferencia entre la Ruta Corta y la Ruta Larga es que el autobús parará en el Puerto de Navacerrada y dejará a las personas que quieran hacer la Ruta Corta, con lo que se ahorran 480 mts de desnivel positivo y 2 kms. menos de distancia.

En la Ruta Corta existe la opción de no subir a la Pinareja y se eliminan 200 mts. positivos mas y 2 kms. adicionales de ida y vuelta.

Todo el recorrido se realiza por senderos bien marcados.

MORFOLOGÍA

Los Montes de Valsaín, situados en la vertiente norte de la Sierra de Guadarrama en Segovia, presentan una morfología variada y espectacular que ha sido moldeada por procesos geológicos a lo largo de millones de años. Este entorno es perfecto para los amantes de la naturaleza y la geología.

Características Generales

- **Valle de Valsaín:** Este valle se extiende de sur a norte, con una anchura media de 6 km y una longitud aproximada de 9 km [\[1\]](#). Está coronado por los puertos de Navacerrada y de la Fuenfría, y rodeado por la Sierra de Guadarrama al este y el cordal de La Mujer Muerta al oeste [\[1\]](#).
- **Altitud:** La altitud de la zona varía entre los 1,100 metros sobre el nivel del mar en las partes más bajas y los 2,125 metros en los picos más altos, como Siete Picos [\[1\]](#).

Formaciones Destacadas

- **Siete Picos:** Una formación rocosa emblemática que ofrece vistas panorámicas y es un punto de referencia para los excursionistas [\[1\]](#).
- **La Mujer Muerta:** Un cordal montañoso que recibe su nombre por la forma que parece tener desde ciertos ángulos, asemejándose a una figura humana acostada [\[1\]](#).

Ríos y Arroyos

- **Río Eresma:** Principal curso de agua que atraviesa el valle, junto con sus afluentes el Acebeda y el Peces [\[1\]](#). Estos ríos han esculpido el paisaje y creado valles fértiles y zonas de ribera.

Suelos

- **Suelos Ácidos:** Predominan los suelos ácidos, con base en granito y gneis, que son ideales para la vegetación de la zona [\[1\]](#).

Accesos y Caminos

- **Carretera CL-601:** Une Segovia con Madrid pasando por el puerto de Navacerrada [\[1\]](#).
- **Camino de la Fuenfría:** Un paso histórico que ha evolucionado desde un camino prehistórico hasta una calzada romana, y finalmente una carretera asfaltada [\[1\]](#).

GEOLOGÍA

El entorno de los montes de Valsaín es perfecto para los amantes de la geología y la naturaleza.

Formación Geológica

La Sierra de Guadarrama, donde se encuentran los Montes de Valsaín, está compuesta principalmente por **granitos** y **gneises**. Estos materiales rígidos se fracturaron a lo largo de diversas líneas de falla, creando bloques que se hundieron formando fosas y otros que se elevaron formando macizos montañosos.

Estructura del Terreno

- **Granitos:** Rocas ígneas de gran dureza y resistencia, que forman la base de muchos de los picos y crestas de la sierra. Son visibles en formaciones como Siete Picos y La Mujer Muerta [\[2\]](#).
- **Gneises:** Rocas metamórficas que se encuentran en diversas partes de la sierra, caracterizadas por su estructura laminada y su resistencia.

Procesos Geológicos

Los procesos de **erosión** y **meteorización** han esculpido el paisaje de los Montes de Valsaín, creando valles, crestas y formaciones rocosas únicas. La acción del agua, el viento y los cambios de temperatura han contribuido a la formación de suelos ácidos, ideales para la vegetación de la zona [\[2\]](#).

Puntos de Interés Geológico

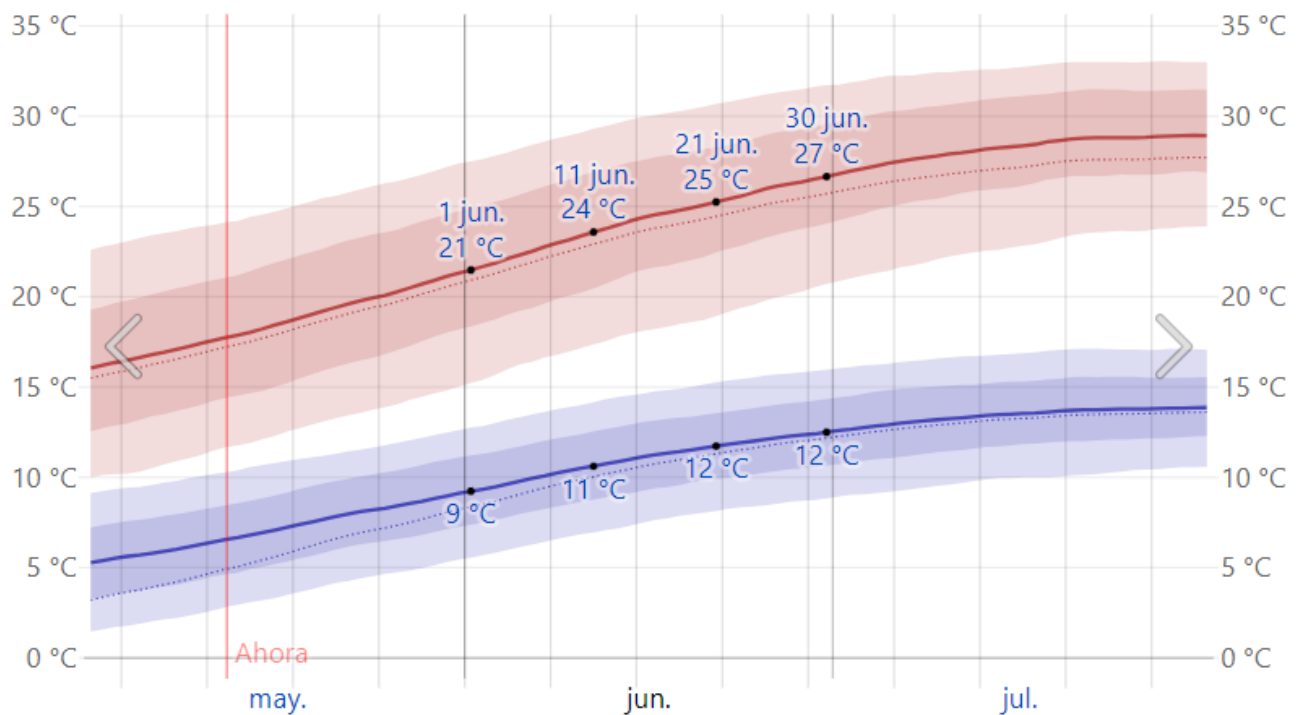
- **Puerto de Navacerrada:** Un paso histórico de la sierra que muestra la interacción entre la geología y la actividad humana [\[2\]](#).
- **Puerto de la Fuenfría:** Con restos de calzada romana, es un ejemplo de cómo la geología ha influido en las rutas de comunicación a lo largo de la historia [\[2\]](#).

CLIMA

En Junio el Valle de Valsaín es uno de los lugares mas frescos de la Sierra de Guadarrama, el tramo final al lado del río es de lo mas refrescante.

- Las temperaturas máximas se sitúan entre los 21°C y los 27 °C y rara vez bajan de 15°C o exceden de 32°C.
- Las temperaturas mínimas se sitúan entre los 9°C y los 12°C y rara vez bajan de 6°C o exceden de 16°C.

Como referencia, el 30 de julio, el día más caluroso del año, las temperaturas en Valsaín generalmente varían de 14°C a 29°C, mientras que el 15 de enero, el día más frío del año, varían de -1°C a 7°C.



FLORA

Los Montes de Valsaín, situados en la Sierra de Guadarrama en Segovia, son un enclave natural de gran riqueza botánica. Este entorno es perfecto para los amantes de la naturaleza y la botánica.

Formaciones Vegetales Principales

- **Pinares de Pino Silvestre (*Pinus sylvestris*):** Esta es la formación vegetal más extendida, ocupando desde los 1,200 metros hasta más de 1,900 metros de altitud. Los pinares son el hábitat predominante y ofrecen un paisaje característico de la zona [\[1\]](#).
- **Robledales de Rebollo (*Quercus pyrenaica*):** Se encuentran en las cotas más bajas, especialmente en los fondos de valle. Estos bosques de robles proporcionan un ambiente fresco y sombreado [\[1\]](#).
- **Matorrales y Piornales:** En las zonas más altas y soleadas, se pueden encontrar matorrales de **Genista florida** (retama) y **Cytisus balansae** (piorno), que florecen en primavera y verano, ofreciendo un espectáculo de color [\[1\]](#).

Plantas Notables

- **Digitalis purpurea** (Dedalera): Con sus vistosas flores púrpuras, es una planta bienal que se encuentra en claros y bordes de caminos [\[2\]](#).
- **Aquilegia vulgaris** (Aguileña): Sus flores de colores variados son un atractivo para los insectos polinizadores [\[2\]](#).
- **Gentiana lutea** (Genciana amarilla): Planta perenne que crece en prados y claros de bosque, conocida por sus propiedades medicinales [\[2\]](#).
- **Lilium martagon** (Martagón): Un lirio silvestre que se encuentra en zonas húmedas y sombreadas [\[2\]](#).

Vegetación de Ribera

- **Sauces (*Salix* spp.) y álamos (*Populus* spp.):** Crecen a lo largo de los ríos y arroyos, proporcionando sombra y refugio para la fauna acuática [\[1\]](#).
- **Helechos:** Como el **Pteridium aquilinum** (helecho común), que cubre el suelo en las zonas húmedas y sombreadas [\[1\]](#).

FAUNA

Los Montes de Valsaín, ubicados en la Sierra de Guadarrama en Segovia, son un verdadero tesoro natural que alberga una rica y variada fauna. Este entorno es perfecto para los amantes de la naturaleza y la observación de animales.

Aves

Los Montes de Valsaín son un paraíso para los observadores de aves. Entre las especies más destacadas se encuentran:

- **Águila imperial ibérica** (*Aquila adalberti*): Una de las aves más emblemáticas y en peligro de extinción.
- **Buitre negro** (*Aegypius monachus*) y **buitre leonado** (*Gyps fulvus*): Majestuosas aves carroñeras que se pueden ver planeando en los cielos.
- **Pico picapinos** (*Dendrocopos major*) y **pico menor** (*Dendrocopos minor*): Habitantes de los bosques de pinos.
- **Chova piquirroja** (*Pyrrhocorax pyrrhocorax*): Con su característico pico rojo y su vuelo acrobático.

Mamíferos

Entre los mamíferos que habitan estos montes, podemos encontrar:

- **Nutria** (*Lutra lutra*): Frecuenta los ríos y arroyos.
- **Corzo** (*Capreolus capreolus*): Común en los claros del bosque.
- **Jabalí** (*Sus scrofa*): Habitante de los bosques y matorrales.
- **Murciélagos**: Varias especies, incluyendo el **murciélago grande de herradura** (*Rhinolophus ferrumequinum*) y el **murciélago ratonero grande** (*Myotis myotis*).

Reptiles y Anfibios

La diversidad de reptiles y anfibios es notable:

- **Lagarto verdinegro** (*Lacerta schreiberi*) y **lagartija serrana** (*Lacerta monticola*): Comunes en zonas rocosas y soleadas.
- **Víbora hocicuda** (*Vipera latastei*): Precaución al caminar por zonas de matorral.
- **Salamandra** (*Salamandra salamandra bejarae*) y **rana ibérica** (*Rana ibérica*): Habitantes de zonas húmedas y bosques.

Peces

En los ríos y arroyos de los montes, la **trucha** (*Salmo trutta*) es la especie más destacada, ideal para los aficionados a la pesca.

Invertebrados

Los Montes de Valsaín también son hogar de una gran cantidad de invertebrados, incluyendo:

Lepidópteros:

- **Graellsia isabelae**: Una mariposa que depende de los pinares de pino silvestre para su ciclo de vida [\[1\]](#).
- **Parnassius apollo**: Otra mariposa que se encuentra en los prados de alta montaña [\[1\]](#).

OTROS VALORES ETNOGRÁFICOS, HISTÓRICOS O CULTURALES

Los Montes de Valsaín, situados en la Sierra de Guadarrama en Segovia, no solo son un enclave natural de gran belleza, sino también un lugar cargado de historia y cultura. Este entorno es perfecto para los amantes de la naturaleza y la historia.

Historia y Patrimonio

- **Propiedad y Gestión Histórica:** Desde la Reconquista hasta el siglo XVII, los Montes de Valsaín pertenecieron a la Comunidad de la Ciudad y Tierra de Segovia, compuesta por más de un centenar de pueblos [\[1\]](#). La gestión de estos montes ha sido objeto de numerosos cambios y conflictos a lo largo de los siglos, reflejando la importancia de estos recursos naturales para la región [\[2\]](#).
- **Expropiación y Conservación:** En el siglo XVIII, Carlos III expropió los montes, y durante la Segunda República pasaron al patrimonio del Estado [\[3\]](#). Este cambio marcó el inicio de una gestión más centrada en la conservación y el aprovechamiento sostenible de los recursos forestales.

Cultura y Tradiciones

- **Aprovechamiento Forestal:** Históricamente, los Montes de Valsaín han sido una fuente esencial de madera para la región. La extracción de madera ha sido una actividad tradicional que ha moldeado la vida y la economía local [\[3\]](#).
- **Fiestas y Celebraciones:** Las comunidades locales han mantenido vivas diversas tradiciones y celebraciones relacionadas con el entorno natural, reflejando la profunda conexión entre la gente y el paisaje [\[3\]](#).

Etnografía

- **Nobles Linajes y Pecheros:** La historia de los Montes de Valsaín está marcada por la presencia de nobles linajes y pecheros (habitantes comunes) de la ciudad de Segovia [\[2\]](#). Estos grupos han dejado una huella significativa en la gestión y el uso de los recursos naturales.
- **Documentación Histórica:** La abundante documentación histórica sobre los Montes de Valsaín permite un acercamiento profundo a su evolución y a las prácticas tradicionales de gestión forestal [\[2\]](#).

Puntos de Interés Cultural

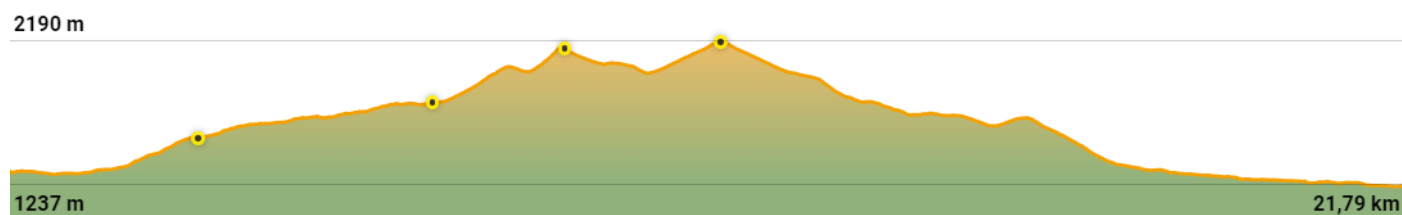
- **Calzada Romana de la Fuenfría:** Un antiguo camino que atraviesa los montes, utilizado desde tiempos romanos y que hoy en día es un testimonio de la historia y la cultura de la región [\[2\]](#).
- **Puerto de Navacerrada:** Un paso histórico que ha sido crucial para la comunicación y el comercio entre Segovia y Madrid [\[2\]](#).

Este entorno natural no solo es un refugio para la flora y fauna, sino también un lugar de gran valor histórico y cultural. ¡Disfruta de tu visita y respeta siempre la naturaleza!

ITINERARIOS. Mapas y características

Opción Larga

Puente de la Cantina – Pto. Fuenfría (1.796m) – Cerro Minguete (2.026m) – Montón de Trigo (2.161m) – La Pinareja (2.197m) – Boca del Asno → 21,8km / +1.180m / -1.225m



RECORRIDO. Distancias. Tiempos. Perfil altimétrico

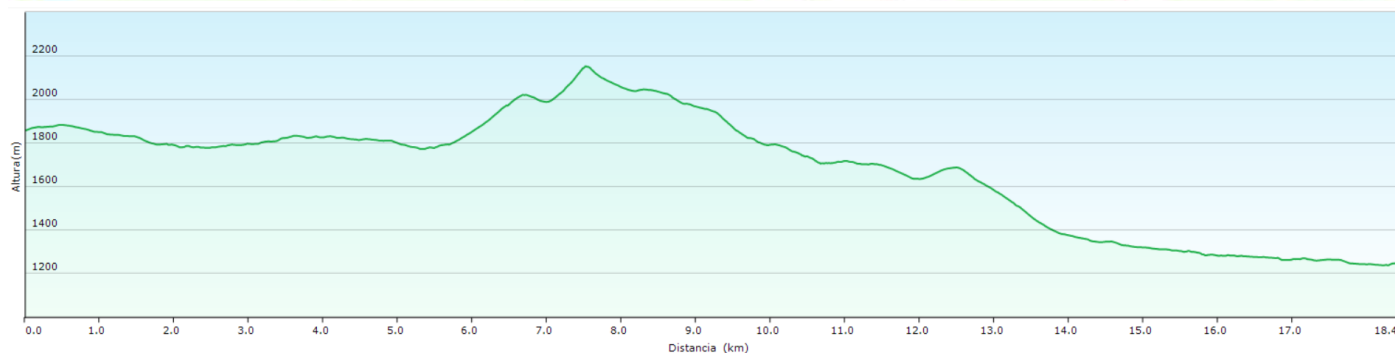
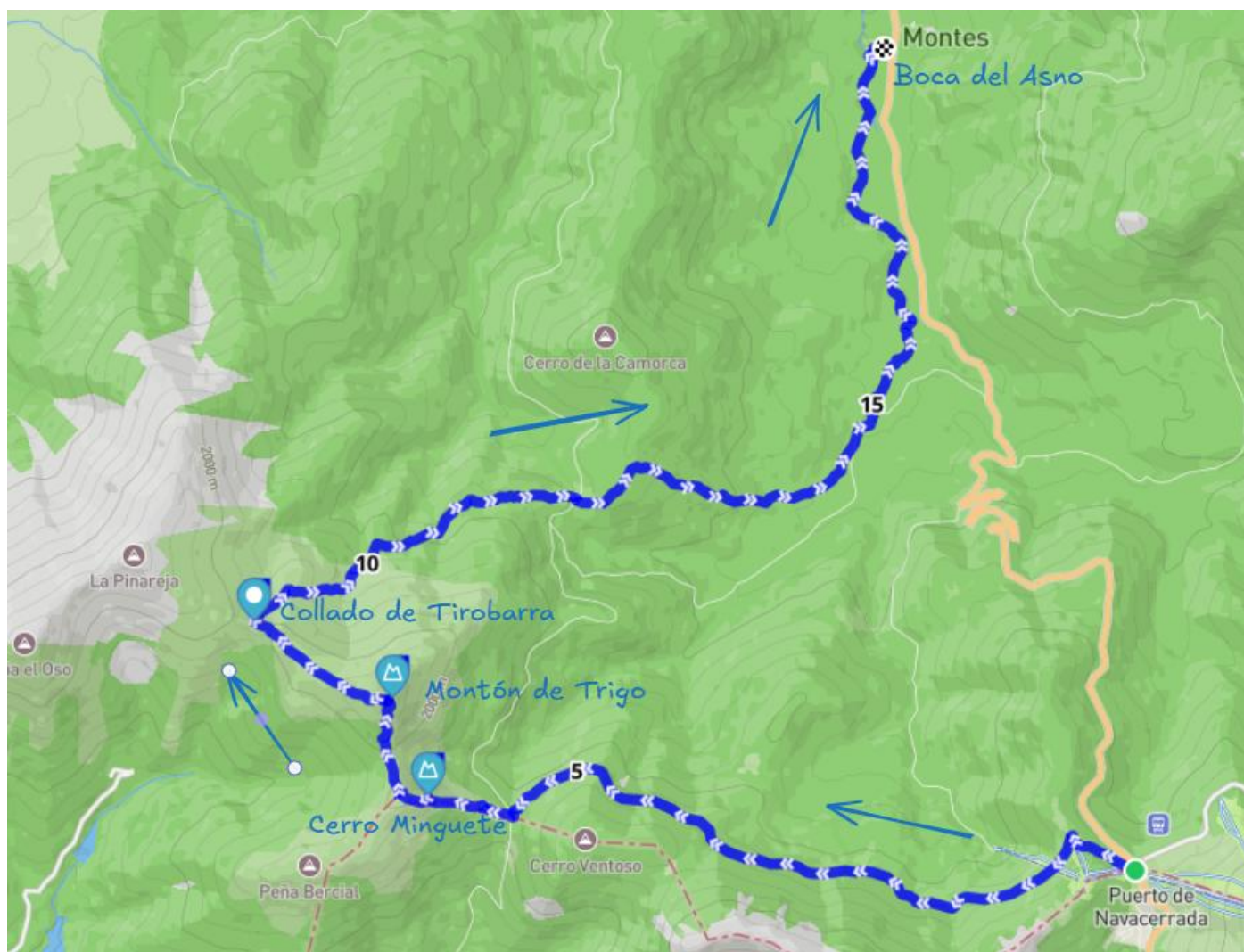
PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel parcial		Tiempo parcial	Tiempo a inicio
			Subidas	Bajadas		
Inicio: Pte. de la Cantina	1316 m	0 km	–	–	–	0'
Cerro Minguete	2026 m	7,8 km	775 m	95 m	2h 15'	2h 15'
Montón de Trigo	2161 m	8,7 km	135 m	30 m	0h 40'	2h 55'
La Pinareja	2197 m	11,1 km	180 m	160 m	1h 30'	4h 25'
Final: Boca del Asno	1246 m	21,8 km	90 m	940 m	2h 50'	7h 15'

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

Horarios ruta 		Tiempo estimado: 7h 15' (Tiempo estimado sin paradas) Orto: 6:45 Ocaso: 21:50		
Distancia y desniveles		 21,8km	 +1180m	 -1225m
Tipo recorrido		 Travesía		
Dificultad		Física	ALTA	Técnica MEDIA
M	3	- Exposición en el itinerario a desprendimientos de piedras provocados por el propio grupo u otro - Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente - Paso de torrentes sin puente - Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0 °C - Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta - 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...) - En algún tramo del recorrido existe algún factor de riesgo, propio de cada zona, que no ha sido tenido en cuenta en el listado anterior		
I	2	Sendas o señalización que indica la continuidad		
D	3	Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares		
E	4	Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva		
Perfil del participante		Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio		Botas de montaña, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua suficiente.		
Material recomendado		Impermeable y ropa de abrigo de reserva, algo de comida, gafas de sol, bastones, protección solar, teléfono, frontal, manta térmica.		
Teléfonos emergencias		Emergencias: 112 Guardia Civil: 062	Emisora Club: 143,925MHz Coordinador: 682 794 711	
Cartografía		- IGN MTN25 507-4, IGN MTN25 532-2, (1:25.000) - La Tienda Verde. Sierra de Guadarrama (1:50.000)		

Opción Corta

Ruta Corta: Puerto de Navacerrada (1.858m)– Cerro Mingüete (2.026m) – Montón de Trigo (2.161m) – Boca del Asno 18,4km / +575m / -1.185m



RECORRIDO. Distancias. Tiempos. Perfil altimétrico.

PUNTOS DE PASO		Distancias	Desnivel parcial		Tiempo	Tiempo
REFERENCIAS	Altitud	a origen	Subidas	Bajadas	parcial	a inicio
Inicio: Pto. de Navacerrada	1858 m	0 km	—	—	—	0'
Cerro Mingüete	2026 m	6,7 km	355 m	185 m	2h 00'	2h 00'
Montón de Trigo	2161 m	7,5 km	165 m	30 m	0h 30'	2h 30'
Collado de Tirobarra	1984 m	8,8 km	5 m	180 m	0h 35'	3h 05'
Final: Boca del Asno	1246 m	18,4 km	50 m	790 m	2h 40'	5h 45'

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

Horarios ruta 		Tiempo estimado: 5h 45' (Tiempo estimado sin paradas) Orto: 6h 45 Ocaso: 21:50		
Distancia y desniveles		 18,4 km	 +575m	 -1185m
Tipo recorrido		 Travesía		
Dificultad		Física	MEDIA	Técnica MEDIA
M	3	- Exposición en el itinerario a desprendimientos de piedras provocados por el propio grupo u otro - Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente - Paso de torrentes sin puente - Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0 °C - Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta - 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...) - En algún tramo del recorrido existe algún factor de riesgo, propio de cada zona, que no ha sido tenido en cuenta en el listado anterior		
I	2	Sendas o señalización que indica la continuidad		
D	3	Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares		
E	3	Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva		
Perfil del participante		Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito		
Material obligatorio		Botas de montaña, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua suficiente.		
Material recomendado		Impermeable y ropa de abrigo de reserva, algo de comida, gafas de sol, bastones, protección solar, teléfono, frontal, manta térmica.		
Teléfonos emergencias		Emergencias: 112 Guardia Civil: 062	Emisora Club: 143,925MHz Coordinador: 682 794 711	
Cartografía		- IGN MTN25 507-4, IGN MTN25 532-2, (1:25.000) - La Tienda Verde. Sierra de Guadarrama (1:50.000)		

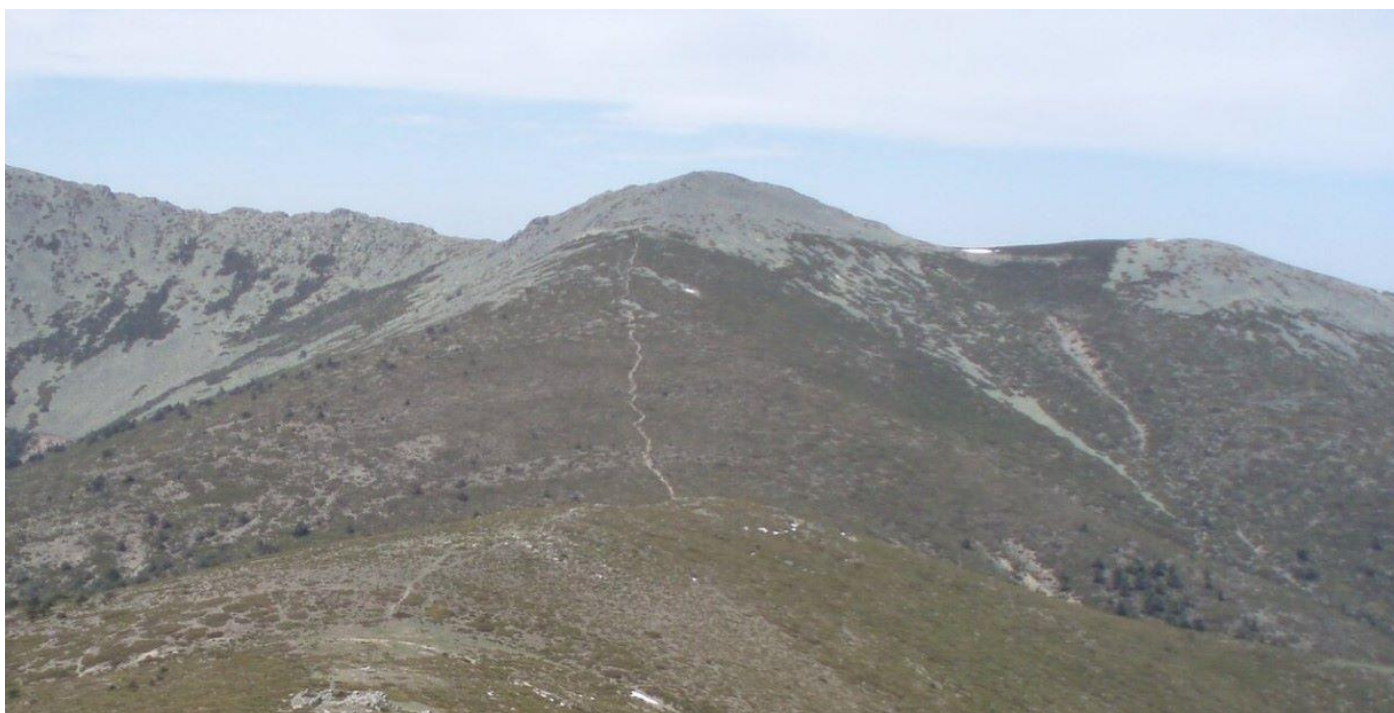
Opción Larga

Puente de la Cantina – Pto. Fuenfría (1.796m) – Cerro Minguete (2.026m) – Montón de Trigo (2.161m) – La Pinareja (2.197m) – Boca del Asno → 21,8km / +1.180m / -1.225m

La Ruta Larga sale del Puente de la Cantina al lado del Río Eresma, desde donde cruzamos la carretera para internarnos en los Pinares de Valsaín.

Empezamos atravesando un paso/torno ganadero por un camino que nos lleva en breve a una antigua carretera que discurre paralela al Arroyo Minguete, que pronto dejamos desviándonos a la izquierda siguiendo el camino de Lumbralejos, para empezar a subir dirección al Mirador de Navalazor, desde donde tenemos unas estupendas vistas de los Pinares de Valsaín.

Seguimos ascendiendo hacia la senda de los Cospes y al puerto de la Fuenfría desde donde subimos al cerro Minguete, de ahí al Montón de Trigo y a La Pinareja por el Collado Tirobarra, desde este collado se puede optar por girar hacia la derecha y no subir a la Pinareja.



Desde aquí bajaremos a la sombra por senderos bien marcados de los Pinares de Valsaín hasta encontrar el Río Eresma y recorrer el tramo de las Pesquerías Reales hasta la Boca del Asno

Todo el recorrido se realiza por senderos bien marcados.



Fin de la ruta, espero que tengamos un buen día y que la disfrutemos todos, un saludo y gracias por acompañarme.

Opción Corta

Ruta Media/Corta: Puerto de Navacerrada – Cerro Minguete (2.026m) – Montón de Trigo (2.161m)– Boca del Asno → 18,4km / +645m / -1.255m

La Ruta Corta sale del Puerto de Navacerrada por el camino Schmid/Senda de los Cospes hacia el puerto de la Fuenfría, desde donde subimos al cerro Minguete, de ahí al Montón de Trigo y al Collado Tirobarra, **(recorrido conjunto con la Ruta Larga a partir de aquí).**





Fin de la ruta, espero que tengamos un buen día y que la disfrutemos todos, un saludo y gracias por acompañarme.

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 ayudarlo 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

En autobús.

Los siguientes horarios son orientativos y pueden variar sustancialmente en función de las condiciones meteorológicas existentes o de otros incidentes que se puedan presentar.

- Salida de Canillejas: 8:00 (Calle Alcalá 628)
- Salida de Plaza Castilla: 8:15 (Depósito Canal de Isabel II)
- Salida de Las Rozas: 8:40 (rotonda del Carrefour del Pinar de la Rozas)
- Inicio de las marchas: 10:00
- Finalización de las marchas: 18:00
- Salida autobús desde la Boca del Asno hacia Madrid (mismas paradas que a la ida en sentido inverso): 18:30
- Llegada a Madrid (Canillejas): 20:30

Se estará en el autocar con, al menos, 15 minutos de antelación sobre la hora prevista de regreso.

PRECIO

- Federados (con Licencia A o superior) **18€.**
- Otros. (Incluye seguro 3€/día) **21€.**

Los colaboradores y coordinadores tendrán un **descuento de 3€ sobre el precio correspondiente.**

INSCRIPCIONES

Directamente en la [web de Pegaso](#) a partir del **8 de Junio de 2025.**

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 de anulación son las definidas en el apartado 7º del [Protocolo de Participación](#) en actividades.

COORDINADOR/A

Nombre. Pedro Díaz Teléfono: **682 79 47 11.** Correo electrónico: **pedrohiijano@gmail.com**