# SIERRA DE GREDOS. MACIZO CENTRAL

## "Travesía de las gargantas: Bohoyo – Navamediana"

**FECHA**: 25 de marzo de 2018.

Travesía que nos permitirá conectar dos de las gargantas más largas del macizo central de Gredos. Se comenzará en la localidad abulense de Bohoyo (inicio de la garganta en la carretera local AV-P-542) y se finalizará en la localidad de Navamediana. Esta actividad incluye la ascensión al pico Meapoco (2.396 m).

**Actividad de montaña** en el que se transitará por distintos tipos de terreno principalmente sendas y veredas balizadas (PR-AV 16 de subida y PR-AV 38 de bajada) de distinta entidad en los recorridos por las gargantas y zonas de rocas sin vereda señalizadas con hitos, en la zona de conexión entre gargantas.

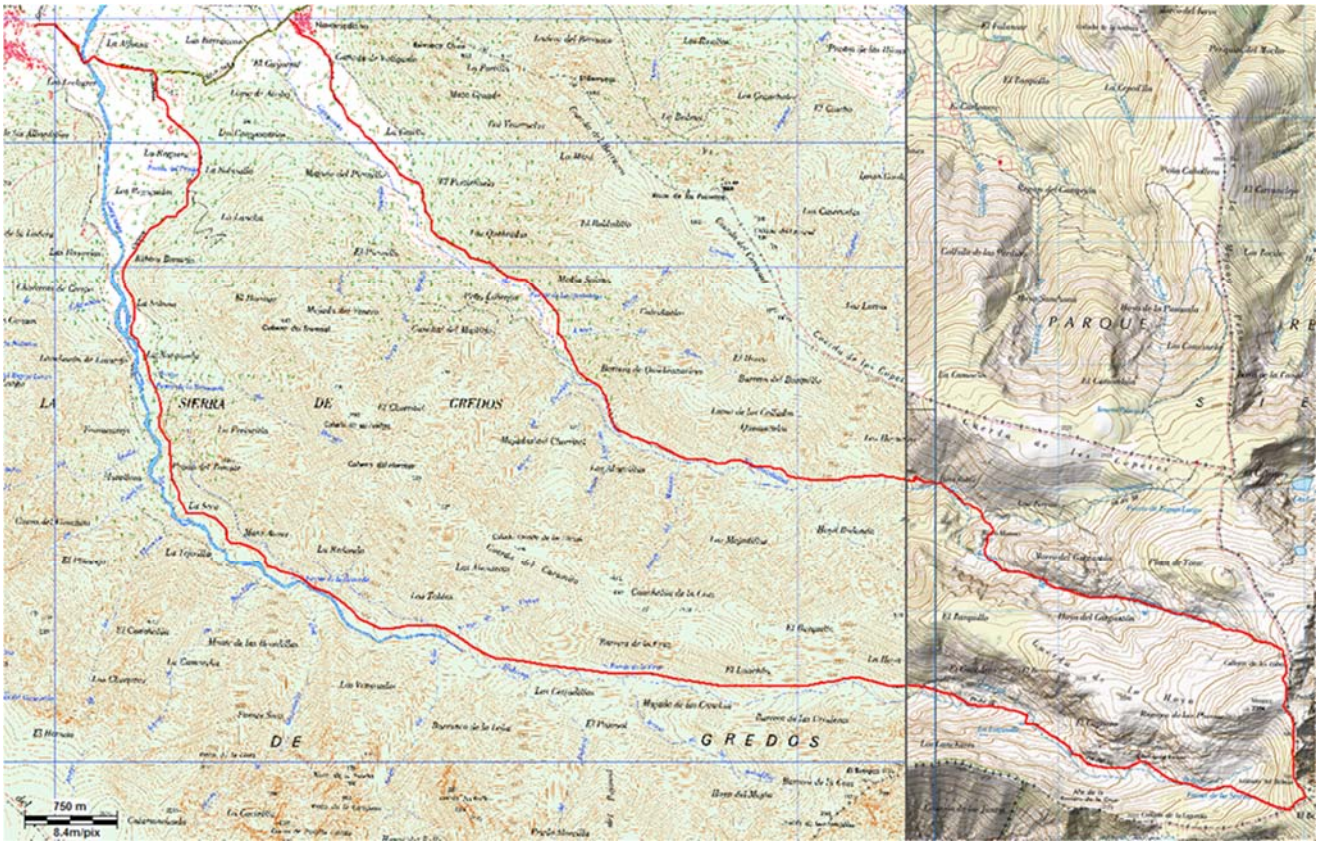
Las dos gargantas a recorrer se encuentran prácticamente paralelas a la divisoria de aguas principal (a la altura de Sierra Llana) y están limitadas por el norte por la cuerda de los Copetes. Las Cuerdas del Caramito y de la Hoya las separan entre sí, siendo la garganta de Navamediana la más meridional y un poco más corta que la de Bohoyo. Ambos valles son semejantes desde un punto de vista geológico y paisajístico y antes de la construcción de la carretera de ascenso a la Plataforma, eran la forma de acceso más común desde el oeste (a través de la venta Faustina), a la zona de la Laguna Grande y Cinco Lagunas.

- **Recorrido, lugar de salida y regreso.**

Bohoyo (1.142 m) – Refugio de la Secá (1.340 m) – Refugio del Belesar (2.113 m) – Meapoco (2.396 m) – Callejón de Los Lobos (2.321 m) – Las Hoyuelas (1.840 m) – Refugio de Quemaculos (1.580 m) - Navamediana (1.138 m).

- **Descripción de la ruta.**

La ruta comenzará en el aparcamiento situado en la carretera AV-P-540, un kilómetro antes de la localidad de Bohoyo. Desde este punto tomamos una pista (Camino de Peñagorda) que a la altura de la fuente de la Navazuela y tras un tramo empedrado, se convertirá en sendero (unos dos kilómetros desde el inicio). Este itinerario transcurrirá por la margen geográfica derecha de la garganta de Navamediana y nos permitirá recorrer el robledal y pasar junto a los refugios de La Secá y la Redonda. Una vez fuera del robledal y tras un pequeño zigzag pasaremos los refugios de La Longuilla y El Lanchón y accederemos a



una zona de lanchares desde donde cruzaremos el arroyo a la derecha (cascada del "Baño de las Sirenas). Después de volver a cruzar el arroyo a la izquierda, a la altura de una pequeña charca natural, y sobrepasar un pequeño ascenso, llegaremos al Refugio del Belesar (2.117 m). En unos pocos minutos podremos atravesar la Hoya del Belesar y comenzar a ascender pegados al arroyo en dirección a un pequeño collado en el que se sitúan los restos de un antiguo refugio.

Por debajo de estos restos se tomará una senda hitada a la izquierda que flanqueando nos permitirá cruzar hasta la Portilla de Cantos Colorados (2.372 m) desde la que en unos minutos podremos acercarnos al Pico Meapoco (2.396 m). Un corto descenso nos acercará al Callejón de Los Lobos desde el que nos podremos asomar a la Hoya de las Berzas y al Circo de Cinco Lagunas.

En este lugar comenzaremos la segunda parte de la actividad que consistirá en adentrarnos en la garganta de Navamediana. Descenderemos por el arroyo del Gargantón durante unos 2,5 kilómetros hasta su confluencia con la Garganta de Navamediana. La zona de confluencia (escarpada y con mucho matorral) la sortearemos rodeando por el este el Risco Moreno.

Una vez en la zona llana de las Hoyuelas (1.840 m), llegaremos al inicio del sendero señalizado que nos lleva a una zona de rocas escalonada en la que el río forma pequeñas cascadas y que tendremos que rodear por la derecha, bajamos para pasar por debajo de una pequeña pared rocosa desde la que en unos minutos nos acercaremos al refugio de Quemaculos. Desde este punto el descenso se realizará de una forma suave y nos adentrará en el robledal desde el que apenas nos restará una hora escasa para entrar por la parte alta de la localidad de Navamediana donde finalizará esta larga actividad.

- **Alternativas.**

En caso de nieve y hielo en la parte alta del tramo Belesar-Portilla de Los Lobos y una vez situados en el fondo de la garganta de Bohoyo (antes de la última subida a las ruinas del antiguo refugio del Belesar), giraríamos a la izquierda para rodear bloque del Meapoco por el oeste a bajar a media altura del arroyo del Gargantón.

En caso de la que nieve apareciera a una cota baja e impidiera completamente la travesía entre gargantas habría que remodelar completamente la actividad. Una de las muchas alternativas a realizar podría ser remontar el valle de Navamediana para cruzar la Cuerda de los Copetes a la altura del refugio de la Pascuala, punto desde que se podría o bien, descender a la Aliseda de Tormes, o bien por la Cuerda de la Majada Peña, descender a la localidad de La Angostura.

- **Dificultad y Factores de Riesgo**

Actividad de Montañismo.

- Actividad que en las partes más altas (divisoria de aguas en la Sierra Serranillos) carece de protección ante el viento. Posibilidad de índices altos de ultravioleta (ver parte meteorológico).
- La zona se caracteriza por la abundancia de fuentes (Navazuela, de la Redonda, de la Cruz, etc....) pero será la estacionalidad de las lluvias las que determinará si tienen caudal por lo que se aconseja repostar toda el agua necesaria en las fuentes existentes en Bohoyo.
- El esfuerzo físico es sin duda lo más reseñable en cuanto a la dificultad de la actividad. Tanto los fuertes desniveles a salvar como los más de 25 kilómetros supondrán un esfuerzo considerable si no realizamos montañismo de manera habitual.
- Presencia de nieve y hielo en la zona entre El Belesar y la Portilla de los Lobos.

➢ ***Datos técnicos de los itinerarios.***

Distancia reducida o proyectada: 27,260 km.

Distancia geométrica o con alturas: 27,670 km.

Ascensión acumulada: 1.254 m.

Descenso acumulado: 1.237 metros.

Altura máxima (Meapoco): 2.396 m.

Altura mínima (Bohoyo): 1.142 m.

Horario actividad (estimación M.I.D.E.): 09h 25 minutos (sin contar paradas y descansos).

**DIFICULTAD M.I.D.E.: 4-2-3-4**

| **MIDE** | |
|---|---|
| **Travesía gargantas Bohoyo-Navamediana** | |
| Horario | 09h 25 min |
| Desnivel de subida | 1254 m |
| Desnivel de bajada | 1237 m |
| Dist. horizontal | 27,670 km |
| Tipo de recorrido | Travesía |
| Invierno - nieve | |

4 Severidad del medio natural

2 Orientación en el itinerario

3 Dificultad en el desplazamiento

4 Cantidad de esfuerzo necesario

20º Pendiente

http://www.montanasegura.com/euromide/index2.php

- **Material necesario.**

Importante: El material será evaluado por los guías antes de realizar la actividad pudiendo impedir la participación a cualquier asistente que porte un material inadecuado.

Material específico obligatorio: Mochila de 35-45 litros. Debido a la duración de la actividad es posible que el regreso se efectúe con poca luz por lo que es obligatorio **una linterna frontal** (con pilas de repuesto). **Botas** de trekking (no zapatillas) preferiblemente de caña alta, **impermeable, ropa térmica y de recambio por si llueve** (la cual se podrá dejar en el autobús), bastones (opcionales), **guantes, gorro.** Especialmente recomendada ropa con membrana cortaviento para las zonas altas.

Otros Materiales: gafas de sol, crema solar (factor alto) y protector de labios, medicaciones específicas en caso de ser necesarias.

Comida: Bocadillos, fruta, frutos secos, chocolate, etc.

Agua: 2 litros por persona (no hay fuentes en toda la ruta).

El material hay que adecuarlo a las condiciones climáticas del día de la actividad. Consultar con antelación el parte meteorológico

- **LUGAR Y HORA DE SALIDA.** Del Colegio Oviedo (Campus Universitario Miguel de Unamuno) a las **06:00 h**. Presentarse 10 minutos antes.

- **SEGURO:** Aquellos que no estén federados en montaña o no posean un seguro que cubra la actividad, deberán abonar el mismo al hacer la inscripción. El precio de este es **1.85 €.**

- **PRECIOS:** Comunidad Universitaria: **12 €.**
  Socios ALUMNI y Federados con el GUM-USAL: **15 €.**
  Ajenos: **19 €.**

- **PLAZAS:**
  Mínimo: **25 personas** para que se realice la actividad. Máximo: **35.**

- **RESERVA y ANULACIÓN:**
  Es imprescindible pagar la totalidad del importe para realizar la reserva. Dicho importe sólo se recuperará si la actividad es anulada por la organización. Las anulaciones por parte del usuario no tienen derecho a ninguna devolución.

- **INSCRIPCIONES:**
  Del **6 al 22 de marzo del 2018** o hasta que se agoten las plazas en el Servicio de E. F. y Deportes de la USAL. Plaza San Bartolomé, 1. Horario de inscripción: lunes y miércoles de 10:15 a 14:00 horas y de 16:30 a 19:00 horas. Martes y jueves de 9:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 horas. Viernes de 9:00 a 14:00 horas.

**ACTIVIDAD DISEÑADA Y TEXTOS ELABORADOS POR:**

- Felipe Sánchez Martín (TDEM II Media Montaña).
- Alberto Sanchez (TDEM II Media Montaña).