



VNIVERSIDAD
D SALAMANCA
Campus de Excelencia Internacional



Montañismo en la Sierra de Gredos.
“LA MIRA – PUERTO DE CANDELEDA”
11 de NOVIEMBRE del 2018

Travesía de montaña por zonas históricas de la Sierra de Gredos. Partiremos del apeadero del km 6 de la conocida carretera de la Plataforma de Gredos (Hoyos del Espino) y recorreremos la “Garganta de la Covacha” por una cómoda pista en la que se inicia el PR-AV-18 “Senda del Puerto del Peón”. Una vez en el fondo de la garganta acometeremos el desnivel más fuerte de la jornada: 300 metros de subida por unas cómodas “zetas”. El Puerto del Peón (2.065m), antiguo paso de mercancías y ganaderos, será nuestro primer hito del día.



Recorreremos la cuerda de la Tarayuela hasta la cima de La Mira (2.343m), atalaya desde la que tendremos vistas 360°, incluidos los Galayos.



UNIVERSIDAD
DE SALAMANCA
Campus de Excelencia Internacional



Desde aquí, recorreremos toda la divisoria de aguas de la Sierra de Gredos hasta el Puerto de Candeleda, otro punto de conexión Norte-Sur, desde donde iniciaremos la suave bajada por la garganta de Prao Puerto, para terminar en la Plataforma de Gredos.





➤ **DIFICULTAD Y OTRAS INFORMACIONES DE LA RUTA.**

Tipo de Actividad: MONTAÑISMO










La actividad transita en su mayoría por sendas cómodas de montaña sin dificultad. El carácter de la actividad viene marcado por la altitud de la misma (mayormente a más de 2000 metros) y el desnivel a salvar para llegar al Puerto del Peón. El resto de la actividad consistirá en un “sube-baja”, con la cómoda bajada al final hasta la Plataforma de Gredos.

DIFICULTAD MIDE: 3-2-2-4 (M.I.D.E.).

(<http://www.montanasegura.com/euomide/index2.php>)

MIDE

Travesía LA MIRA – PUESTO DE CANDELEDA (Sierra de Gredos)

 Horario	6 h 10 min		
 Desnivel de subida	1.050 m	 3	Severidad del medio natural
 Desnivel de bajada	830 m	 2	Orientación en el itinerario
Distancia horizontal	21 km	 2	Dificultad en el desplazamiento
 Tipo de recorrido	Travesía	 4	Cantidad de esfuerzo necesario
Tres estaciones tiempos estimados según		 0°	Pendiente de nieve muy probable

Dificultad:

Dificultad física: **Media.**

Dificultad técnica: **Media.**



➤ DATOS TÉCNICOS DEL ITINERARIO.

DISTANCIA GEOMÉTRICA o con alturas: 20,90 Km.

DESNIVEL SUBIDA: 1050 m.

DESNIVEL BAJADA: 830 m.

ALTURA MÁXIMA (La Mira): 2.343 metros.

ALTURA MÍNIMA (localización): 1.542 metros.

➤ HORARIO PREVISTO: 06 h. 10 min. (sin contar paradas y descansos).

➤ ALTERNATIVA/AS:

Plataforma – Refugio del Rey – Puerto de Candeleda – Plataforma.

Pinar de Navarredonda.



➤ **MATERIAL NECESARIO.**

El material será evaluado por los guías antes de realizar la actividad.

Material técnico mínimo: **Obligatorio Botas de Montaña o senderismo** (*descartar calzado, que, aun siendo deportivo, no sea específico para montañismo y senderismo*), mochila de día, chubasquero, ropa de abrigo (forro polar), guantes, gorro o gorra y ropa de repuesto por si llueve.

Especialmente recomendada ropa con membrana cortaviento debido a la existencia de tramos en ambas actividades expuestas al viento. Gafas de sol, crema solar (factor alto) y protector de labios.

Comida: Bocadillos, chocolates, fruta, frutos secos y agua. 2 litros por persona (hay fuentes por el camino, pero si hay sequía puede que no viertan agua).

Material personal: Medicación si está en tratamiento, ropa de repuesto, etc...

Material específico para esta actividad: Incluir frontal en la mochila.

Atención a la previsión meteorológica y adecuar el material a las condiciones del medio ese día.

➤ **LUGAR Y HORA DE SALIDA.** A las **6:00 h.** del Colegio Oviedo (Campus universitario Miguel de Unamuno).

➤ **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 €** por un día de esta actividad.

➤ **PRECIOS:** Socios ALUMNI y Federados con el GUM-USAL: **15 €.**

Comunidad Universitaria: **12 €.**

Ajenos: **19 €.**

➤ **PLAZAS:**

Mínimo: **35** personas para que se realice la actividad.

Máximo: **50.**



➤ **RESERVA y ANULACIÓN:**

Es imprescindible pagar la totalidad del importe para realizar la reserva.

Las salidas se realizarán siempre que se cubra el cupo mínimo de inscritos establecido por la organización en cada caso, por lo que ésta podrá tomar la decisión de ANULAR O SUSPENDER una salida por este motivo o cualquier otro de fuerza mayor, en cuyo caso, SE PROCEDERÍA A LA DEVOLUCIÓN DE LAS TASAS.

En las anulaciones por parte del usuario y la solicitud de devolución de las tasas, SE ATENDERÁ a lo estipulado por LA NORMATIVA VIGENTE sobre LA DEVOLUCIÓN DE PRECIOS PÚBLICOS del SEFYD-USAL (la cual se podrá consultar en la web del SEFYD).

➤ **INSCRIPCIONES:**

A partir del miércoles 10 de octubre al jueves 8 de noviembre de 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 lunes a jueves de 9:00 a 14:00 y de 16:30 a 19:00 horas.
Viernes de 9:00 a 14:00 horas.

➤ **ACLARACIONES:**

Los desniveles y distancias son APROXIMADOS. Los horarios propuestos son estimativos y pueden variar, en algunos casos INCLUSO horas, según la experiencia de los participantes. En el caso de que las condiciones (meteorológicas, del grupo, etc.) fuesen tales que impidieran el desarrollo de la actividad en condiciones aceptables de seguridad, existen dos posibilidades:

-alterar el orden de las rutas.

-desarrollar alguna actividad alternativa (de menor duración y nivel de exigencia).

La elección de las actividades, el orden en que se desarrollarán, así como la decisión de anular, por motivos de seguridad corresponde ÚNICAMENTE a los guías responsables de la actividad (Técnicos Deportivos).



VNIVERSIDAD
DSALAMANCA
Campus de Excelencia Internacional



➤ *Actividad diseñada y textos elaborados por:*

- Pablo Nieto Santos (*Guía de Media montaña*).
- Felipe Sánchez Martín (*TDEM II Media Montaña*).