Ascensión al monte JÁLAMA desde El Payo.
(Salamanca).
14 de marzo de 2021.

SISTEMA CENTRAL. Sierra de Gata. Espacio Natural Protegido del Rebollar. Términos municipales de El Payo, Navasfrías y Peñaparda (Salamanca) y San Miguel de Trevejo (Cáceres).

Actividad de senderismo de montaña en el que se transitará principalmente por pistas de tierra con tramos de sendas y veredas balizadas (marcas de SL y balizado con cintas carrera de montaña) de distinta entidad en las zonas más altas del recorrido.

Cumbre Jálama desde vértice geodésico. (Fotografía: De Binaca - Trabajo propio, CC BY-SA 4.0 https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=10331532).

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

La Sierra de Gata se sitúa entre las provincias de Cáceres y Salamanca en su zona de contacto más occidental. Forma junto con las Hurdes y Sierra de Francia las estribaciones más occidentales del Sistema Central. Dada su antigüedad geológica la Sierra de Gata se presenta como un conjunto montañoso de suaves formas, con cumbres onduladas donde asoman numerosas risquerías en las laderas y gargantas más pendientes.

Sus cumbres no alcanzan cotas notorias, las principales elevaciones son junto con el Monte Jañona (1367 m.), el Espinazo (1332 m.) y el Monte Jálama (1492 m.).

Esta actividad presenta tres posibles opciones de recorrido una vez ascendido el Jálama que dependerán de las condiciones meteorológicas, pero sobre todo de las medidas de control de la pandemia COVID19 que en la fecha de realización de la actividad limiten la hora de llegada (toque de queda) y el tránsito entre comunidades autónomas vecinas (ver alternativas en descripción de ruta:

- **1ª Opción**: El Payo – Pico Jálama – San Martín de Trevejo.

Esta opción es la favorita al contar con autobús pues nos recogería en el punto de llegada permitiéndonos realizar una larga travesía norte-sur. Debido al cambio de CC.AA. hay que estar pendiente de las posibles perimetraciones y prohibiciones de paso.

- **2ª Opción**: El Payo – Pico Jálama – Peñaparda.

Esta segunda travesía sería la opción en el caso de no poder realizar la primera y tuviéramos que permanecer en nuestra CC.AA.

- **3ª Opción**: El Payo – Pico Jálama – El Payo.

Esta opción sería algo más corta y nos permitiría estar antes en Salamanca en el caso de que se restringiera la hora del toque de queda.

- ***Dificultad y otras informaciones de la ruta.***

Dificultad física: ***ALTA.***
Dificultad técnica: ***MEDIA.***

DIFICULTAD MIDE: **4-2-2-4** (M.I.D.E.).
(http://www.montanasegura.com/euromide/index2.php)

MIDE			
Ascensión al monte JÁLAMA desde El Payo.			
Horario	7 h 50 min		
Desnivel de subida	750 m	4	Severidad del medio natural
Desnivel de bajada	888 m	2	Orientación en el itinerario
Distancia horizontal	22,100 km	3	Dificultad en el desplazamiento
Tipo de recorrido	Travesía.	4	Cantidad de esfuerzo necesario
Tres estaciones tiempos estimados según		0º	Pendiente de nieve muy probable

Nota: *Aunque los desniveles y distancias están calculados con rigor, no dejan de ser una aproximación y por tanto los horarios son estimativos pudiendo variar en dos o más horas según la experiencia de los participantes y las incidencias que pudieran producirse.*

DISTANCIA GEOMÉTRICA o con alturas: *22,100 kilómetros.*
ALTURA MÁXIMA (Cima Jálama): *1.487 metros.*
ALTURA MÍNIMA (S. Martín de Trevejo): *600 metros.*
ALTURA SALIDA (El Payo): *933 metros.*
ALTURA LLEGADA (S. Martín de Trevejo): *600 metros.*
ASCENSO ACUMULADO: *750 metros.*
DESCENSO ACUMULADO: *888 metros.*
HORARIO ACTIVIDAD (estimación M.I.D.E.): *07h 50 minutos (sin contar paradas y descansos).*

- ***Factores de riesgo***

- Debido a realizar la actividad en invierno en el caso de contar con pronóstico meteorológico desfavorable tendríamos condiciones de alta montaña muy duras.

- La diferencia entre las horas de luz disponibles y la duración de la actividad es pequeña.

- Alta probabilidad de que de noche la temperatura descienda de –10°C.

- ***Vías de Escape:***

- La ruta justo antes de iniciar la subida (se volverá a pasar por este punto durante el descenso) atraviesa la carretera DSA-370 por el Pk 775. Desde este punto se puede trasladar en vehículo a cualquier participante que tuviera problemas.

Localidad San Martín de Trevejo

(Fotografía: www.lospueblosmasbonitosdeespana.org/extremadura/san-martin-de-trevejo)

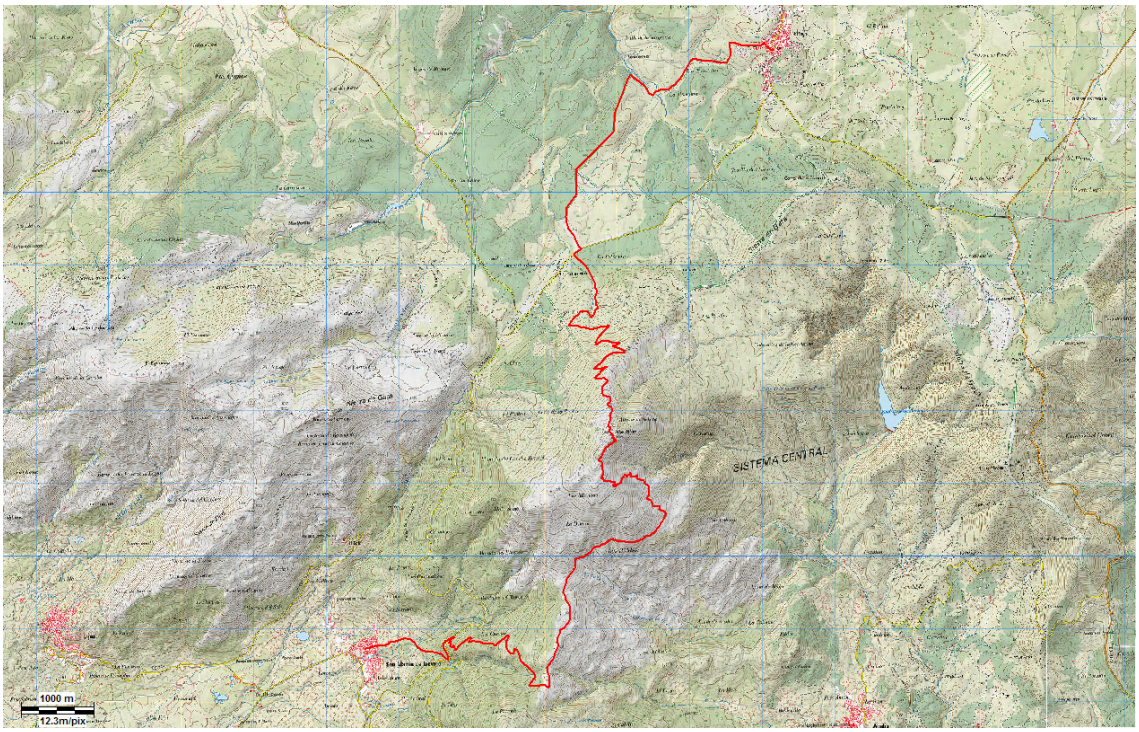
- ***RECORRIDO:***

Secuenciación:

(1ª opción): **El Payo (935 m)** – Puente del Gaz (860 m) – Corte con DSA-370 (Pk 700 Tramo El Payo–San Martín de Trevejo) - Antena repetidora móvil (1.231 m) – Pico Jálama (1.487 m) - Camino Viejo El Payo-S. Martin - **San Martín de Trevejo (600 m)**.

- ***Descripción de la ruta:***

Saldremos de la localidad de El Payo por su extremo noroeste a la altura de la iglesia y en principio con dirección oeste (dejamos la cima del Jálama a la izquierda en el horizonte), avanzamos hasta el puente del Gaz sobre el río del Payo. En este punto comenzaremos a girar a sur a través de pistas que atraviesan bosques de pinos resineros y que nos acercarán a la carretera DSA-370 que une El Payo con San Martín de Trevejo a través del Puerto de Santa Clara. En este punto comenzará el auténtico ascenso al Pico Jálama, al principio por camino en cortafuegos y después por zigzagueante pista hasta llegar a la antena repetidora y un poco más allá hasta la caseta de vigilancia de los forestales. En este punto abandonamos la pista y seguiremos por senda ancha hasta el Pozo de la Nieve y luego por senda estrecha entre los berrocales de granito hasta el mismo vértice geodésico situado en la cima del Jálama/Xalama.



- **Alternativas:**

- **1ª ruta alternativa**: Ascender al pico Jálama desde la localidad salmantina del Payo y descender por la vertiente extremeña a conectar con el camino histórico que unía El Payo con la localidad de San Miguel de Trevejo. Camino cómodo de bajada que nos acercaría al pueblo medieval de San Martín de Trevejo declarado B.I.C. con la categoría de Conjunto Histórico.

- **2ª ruta alternativa**: Ascender al pico Jálama desde la localidad salmantina del Payo y descender por la misma vertiente con tendencia al este lo que nos permitiría ver la cascada de la Cervigona. Desde las inmediaciones del Puerto de Perales empalmaríamos con la Cañada Real de Extremadura lo que nos permitiría conocer parte del Espacio Natural Protegido del Rebollar. Finalizaríamos en la localidad de Peñaparda.

- **3ª ruta alternativa:** Ascender al pico Jálama desde la localidad salmantina del Payo y regresar a la misma localidad realizando una circular. El descenso lo realizaríamos por la misma divisoria principal de la Sierra de Gata hasta el Cerro de la Pizarra desde donde volveríamos al valle del río Payo.

- **MATERIAL NECESARIO.**

El material será evaluado por los guías antes de realizar la actividad, pudiéndose impedir realizar la actividad a los participantes que no tuvieran dicho material conforme a unos mínimos de seguridad.

Material técnico mínimo obligatorio:

- Importante llevar una **mochila de 35-45 litros** (descartar bolsas, mochilas promocionales con hombreras de cuerda, etc…).
- Debido a la pequeña diferencia en horas entre la duración de la actividad y las horas de luz disponibles se recomienda específicamente llevar un **frontal o linterna.**

Material personal mínimo:

- **Botas de trekking** resistente e impermeable (alta probabilidad de pisar nieve), ropa térmica y de recambio, bastones (opcionales).
- Especialmente recomendada **ropa con membrana cortaviento** debido a que una parte importante de la ruta estará muy expuesta al viento.

Material de seguridad: gafas de sol, crema solar (factor alto) y protector de labios, medicaciones específicas.

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

Agua: 2 litros por persona (aunque hay agua en distintas fuentes del camino).

El material hay que adecuarlo a las condiciones climáticas del día de la actividad. Consultar con antelación el parte meteorológico, para adaptar la ropa de repuesto y de abrigo (especial atención a la lluvia, viento o frio).

- **HORA DE SALIDA Y LUGAR DE SALIDA.**

A las **7:30 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 **1,87 € por un día** de **esta actividad**.

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

- **PLAZAS:**

Mínimo: 15 personas para que se realice la actividad.

Máximo: 20.

- **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 esta 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:**

Del **2 al 11 de marzo de 2021** o hasta que se agoten las plazas.

Las inscripciones se harán a través del correo electrónico inscripciones.deportes@usal.es y en el teléfono 923294419 a partir del segundo día de inscripción. Únicamente aquellas personas que ya dispongan de un bono de 4 salidas de 1 día podrán inscribirse por teléfono el primer día.

- **Sólo se atenderán correos recibidos a partir de las 9h. del primer día de inscripción.**
- Únicamente se inscribirá a **una persona por correo**.
- No se harán reservas a aquellas personas que escriban más de un correo para una misma actividad.

"NO SE HARÁN INSCRIPCIONES PRESENCIALES".

- **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, capacidades del grupo, etc., fuesen tales que impidieran el desarrollo de la actividad en condiciones aceptables de seguridad, se podrá variar el itinerario o incluso suspendes la actividad. Esta decisión corresponde ÚNICAMENTE a los guías responsables de la actividad (Técnicos Deportivos).

- ***COVID 19***: Normativa y formulario ***AQUÍ.***

Actividad diseñada y textos elaborados por:

- Felipe Sánchez (TDEM II Media Montaña).
- Jairo Hernández (TDEM II Media Montaña).