

## *“Travesía de las gargantas”*

### **Bohoyo-Navamediana.**

Domingo 10 de octubre de 2021

Actividad de montaña que 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.

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).



Crestas del risco del Bollo y la Campana desde la garganta de Bohoyo a la altura del Refugio de La Longuilla (Fotografía: Felipe Sánchez)

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.

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

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

## MIDE Travesía gargantas Bohoyo-Navamediana

 Horario	09h 25 min	 4	Severidad del medio natural
 Desnivel de subida	1254 m	 2	Orientación en el itinerario
 Desnivel de bajada	1237 m	 3	Dificultad en el desplazamiento
 Dist. horizontal	27,670 km	 4	Cantidad de esfuerzo necesario
 Tipo de recorrido	Travesía	0°	Pendiente nieve
Tres Estaciones			

**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 a lo largo del desarrollo de la actividad.

### Factores de Riesgo

- 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 senderismo de manera habitual.

**DISTANCIA REDUCIDA o proyectada:** 27,260 kilómetros.

**DISTANCIA GEOMÉTRICA o con alturas:** 27,670 kilómetros.

**ASCENSIÓN ACUMULADA:** 1.254 metros.

**DESCENSO ACUMULADO:** 1.237 metros.

**ALTURA MÁXIMA (Meapoco):** 2.396 metros.

**ALTURA MÍNIMA (Bohoyo):** 1.142 metros.

**HORARIO ACTIVIDAD (estimación M.I.D.E.):** 09h 25 minutos (sin contar paradas y descansos).

## **RECORRIDO:**

### Secuenciación:

**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 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. Seguiremos descendiendo por la divisoria de aguas hasta las inmediaciones del Refugio de La Pascuala desde donde podremos tener panorámicas en altura del Circo de Cinco Lagunas.

En este lugar comenzaremos la segunda parte de la actividad que consistirá en adentrarnos en la garganta de Navamediana a través del itinerario de la PR-AV 38. 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.





- **Vías de Escape: alternativas en caso de mal tiempo o nieve:**
  - En caso de nieve y/o 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 el bloque del Meapoco por el oeste (sin ascenderlo) 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.

## Material necesario:

**Importante:** Actividad de montaña en la que llevar el material adecuado es fundamental. Este 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: Importante llevar una mochila de 35-45 litros. Debido a la larga duración de la actividad es posible que el regreso se efectúe con poca luz por lo que es obligatorio un frontal (con pilas de repuesto), botas de montaña resistentes preferiblemente de caña alta.

Material personal mínimo: Impermeable, ropa térmica y de recambio, bastones (aconsejables si se saben utilizar).

Especialmente recomendada ropa con membrana cortaviento debido a que la última parte de la ruta estará 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 (es posible que, todavía a principios del otoño, las fuentes carezcan de agua).

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 campus Miguel de Unamuno, junto al colegio Oviedo, a las 06:00 h. Se solicita estar allí 10 minutos antes (05:50) para poder salir a la hora en punto. Gracias.
- **INSCRIPCIONES:** Del 20 de septiembre al 7 de octubre de 2021 o hasta que se agoten las plazas.

Las inscripciones se harán a través del correo electrónico [inscripciones.deportes@usal.es](mailto:inscripciones.deportes@usal.es) y en el teléfono 923 294419 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".**

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

**Seguro:** Aquello 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 1,91 €.

- **PLAZAS:**

Mínimo: 25 personas para que se realice la actividad.

Máximo: 25.

- **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).

- **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 suspender la actividad. Esta decisión corresponde ÚNICAMENTE a los guías responsables de la actividad (Técnicos Deportivos).



ANEXO I: <http://www.montanasegura.com/euromide/index2.php>

## MIDE (Método de Información De Excursiones)

MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

 <p><b>Medio.</b> Severidad del medio natural</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 El medio no está exento de riesgos</li> <li>2 Hay más de un factor de riesgo</li> <li>3 Hay varios factores de riesgo</li> <li>4 Hay bastantes factores de riesgo</li> <li>5 Hay muchos factores de riesgo</li> </ol>	
 <p><b>Itinerario.</b> Dificultad de orientarse en el itinerario</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Caminos y cruces bien definidos</li> <li>2 Sendas o señalización que indica la continuidad</li> <li>3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales</li> <li>4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza</li> <li>5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear</li> </ol>	
 <p><b>Desplazamiento.</b> Dificultad en el desplazamiento</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Marcha por superficie lisa</li> <li>2 Marcha por caminos de herradura</li> <li>3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares</li> <li>4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio</li> <li>5 Requiere pasos de escalada para la progresión</li> </ol>	
 <p><b>Esfuerzo.</b> Cantidad de esfuerzo necesario</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Hasta 1 h de marcha efectiva</li> <li>2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva</li> <li>3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva</li> <li>4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva</li> <li>5 Más de 10 h de marcha efectiva</li> </ol>	<p>Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado</p>

El MIDE está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

Más información: [www.euromide.info](http://www.euromide.info)

ANEXO II: **COVID 19:** Normativa [AQUÍ.](#)

- **Actividad diseñada y textos elaborados por:**
  - Felipe Sánchez (TDEM II Media Montaña).
  - Jairo Hernández (TDEM II Media Montaña).