



Travesía Entrecuencas: Fuentes del Alberche y del Tormes (Herguijuela-Navarredonda) (Ávila).

12 de febrero de 2023.

➤ **LUGAR:** SIERRA DE GREDOS (Macizo Central). Sierra de Villafranca y Valle del Tormes. Términos municipales de San Juan de Gredos, Hoyos del Espino y Navarredonda de Gredos (Ávila).

➤ **CARACTERÍSTICAS:**

Travesía que nos permitirá conectar las fuentes de origen de los ríos Alberche y Tormes, pertenecientes a las cuencas hidrográficas del Tajo y del Duero respectivamente. Actividad de senderismo en la que se transitará por antiguas vías pecuarias, caminos carreteros y sendas.

Situación:

El nacimiento del río Alberche se sitúa en una pequeña estribación de la Sierra de Villafranca (a la altura del puerto de Peña Negra) llamada Loma de los 40 Pinos en el paraje conocido como Fuente Alberche. Después de recorrer la fosa tectónica del Alto Alberche a los pies de la Serrota, el río se dirige hacia el Puerto del Pico, donde realiza un brusco giro a la izquierda (este). En este punto el cauce del Alberche apenas se encuentra a 9 kilómetros del nacimiento del Tormes, pero por caprichos de la tectónica ambos ríos discurren por cuencas hidrográficas distintas.



Laguna de la Cañada del Gallo con macizo central de Gredos al fondo (Foto Felipe Sánchez)



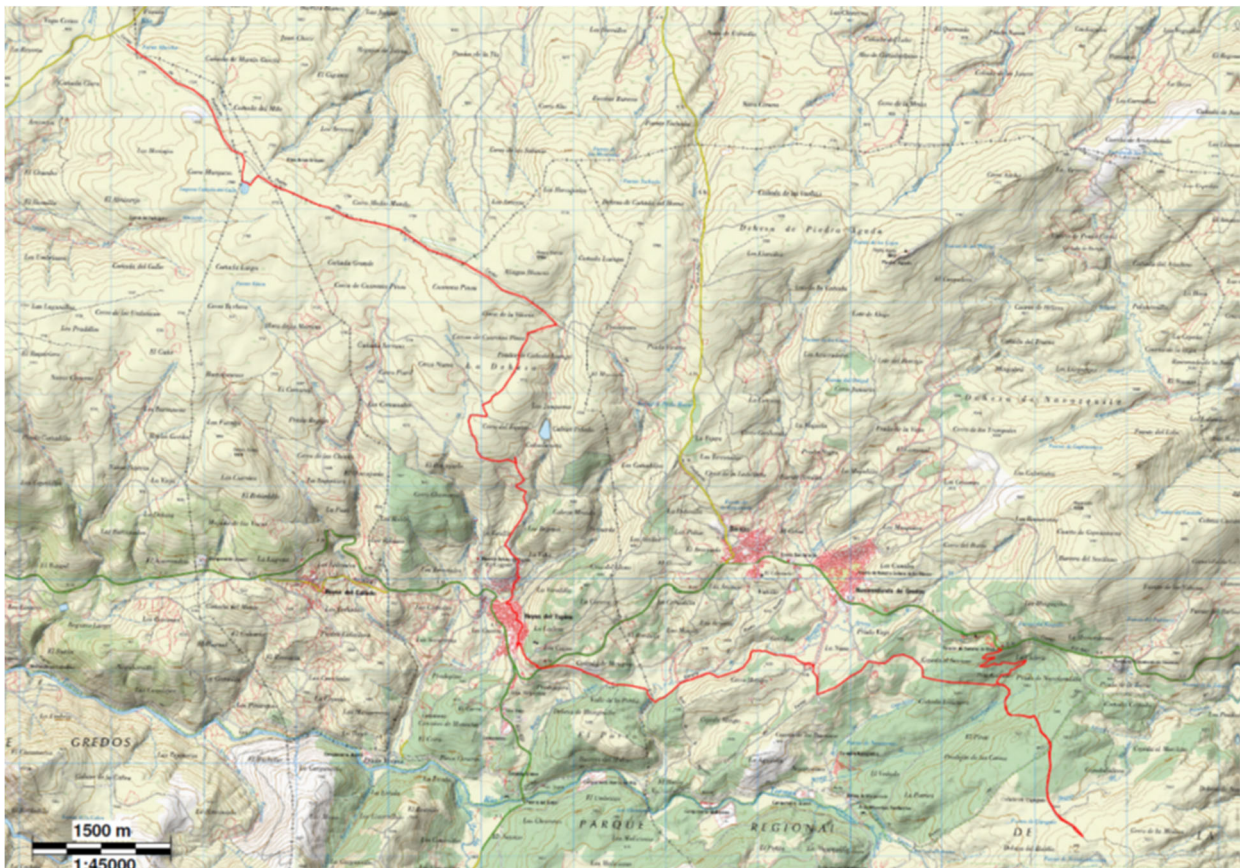
El río Tormes no tiene un manantial concreto en el que se puede ubicar su nacimiento sino más bien en una zona de cervunales inundados denominados Praderas de Navapalenciana ya dentro del Parque Regional de la Sierra de Gredos en la localidad de Navarredonda de Gredos.

➤ **RECORRIDO:**

Secuenciación: **Nacimiento del río Alberche (1.703 m)** – **Laguna Cañada del Gallo (1.775 m)** – **Hoyos del Espino (1.490 m)** – **La Nava (tentadero) (1.520 m)** – **Peña Histórica (1.500 m)** – **Nacimiento del río Tormes (1.605 m)** – **Parador Nacional de Gredos (1.595 m).**

➤ **Descripción de la ruta:**

En esta actividad uniremos en la misma ruta los nacimientos de los ríos Alberche y Tormes que, a pesar de su relativa cercanía (apenas 20 kilómetros), por caprichos de la orografía discurren por cuencas hidrográficas distintas, el Alberche perteneciente a la del Tajo y el Tormes a la del Duero después de atravesar Barco de Ávila.





Iniciaremos esta ruta desde la estrecha carretera de montaña que une las localidades de la Herguijuela y San Martín de la Vega del Alberche, a unos 2,5 kilómetros de la primera. Estos dos pueblos son dos de las localidades con más altitud sobre el nivel del mar de toda la península ibérica.

Desde este punto, donde podrá dejarnos el autobús, tomaremos al sureste el cordel de Piedrahita al Puerto del Pico que después de pasar por la pequeña laguna de la Cañada del Gallo descenderá a la localidad de Hoyos del Espino, punto neurálgico del Alto valle del Tormes.

Atravesaremos esta localidad abulense y una vez cruzada la carretera AV-941, nos adentraremos por la Cañada de Mesegoso a través del camino conocido como “Camino de Piedra Picada”. Este camino tradicional nos permitirá recorrer las navas y prados situados en las laderas situadas entre la localidad de Navarredonda de Gredos y el mismo río Tormes y nos acercará a la Peña Histórica situada a la altura del Parador Nacional y punto de cruce por el que volveremos de regreso. Desde aquí el camino que traemos se dirige a sur adentrándose en el Parque Regional de Gredos acercándonos a un área inundada por varias fuentes, conocida como las praderas de la Navapalenciana y que tradicionalmente se considera el nacimiento del Tormes.

Regresaremos sobre nuestros pasos hasta el cruce con la Peña Histórica desde donde ascenderemos hasta el Parador Nacional por senda balizada donde podrá recogerlos el autobús.

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

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

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

MIDE
Ruta de Entrecuecas (Nacimientos ríos Alberche y Tormes)

Horario	06h 30 min	2	Severidad del medio natural
Desnivel de subida	305 m	2	Orientación en el itinerario
Desnivel de bajada	214 m	2	Dificultad en el desplazamiento
Dist. horizontal	23,620 km	4	Cantidad de esfuerzo necesario
Tipo de recorrido	Travesía	0º	Pendiente nieve
Otoño			



VNIVERSIDAD
D SALAMANCA

Campus de Excelencia Internacional



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**

- No existen factores de riesgo.
- El esfuerzo físico es sin duda lo más reseñable en cuanto a la dificultad de la actividad. Los más de 20 kilómetros supondrán un esfuerzo considerable si no realizamos senderismo de manera habitual.

➤ **RUTAS ALTERNATIVAS:**

Desde la localidad de Hoyos del Espino podemos ir a las localidades de Barajas o Navarredonda de Gredos por caminos tradicionales.

DISTANCIA REDUCIDA o proyectada: 23,620 kilómetros

DISTANCIA GEOMÉTRICA o con alturas: 23,810 kilómetros.

ALTURA MÁXIMA (Nacimiento del Alberche): 1.775 metros.

ALTURA MÍNIMA (Hoyos del Espino): 1.490 metros

ALTURA SALIDA (Nacimiento del Alberche): 1.775 metros.

ALTURA LLEGADA (Parador Nacional de Gredos): 1.595 metros.

ASCENSO ACUMULADO: 305 metros.

DESCENSO ACUMULADO: 214 metros.

➤ **MATERIAL NECESARIO.**

Importante: Actividad de senderismo 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.



- **Material de seguridad:** Gafas de sol, crema solar (factor alto) y protector de labios, medicaciones específicas y kit antigarrapatas.
- **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.**

- **HORA Y LUGAR DE SALIDA:** A las 07:00 horas frente al Colegio Oviedo (Campus Miguel de Unamuno). Hay que presentarse a las 06:50 horas.
- **INSCRIPCIONES:** del 18 de enero de 2023 al 9 de febrero de 2023 o hasta que se agoten las plazas. Las inscripciones se harán a través del correo inscripciones.deportes@usal.es
No se atenderán correos anteriores a las 9 h. de la mañana del primer día de inscripción.
- **PRECIOS:**
Comunidad Universitaria de la USAL 14 €.
Asociados ALUMNI y Federados con el GUM USAL 17 €.
Ajenos a la USAL 21 €.
- **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 la 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 (consultar [AQUÍ](#)).



Mínimo: 35 personas para que se realice la actividad.

Máximo: 48.

- **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 1,91 €. Ver coberturas y teléfono de emergencias en el PDF. En el caso de que haya que comunicar alguna emergencia deberá hacerse el mismo día de la actividad.





ACTIVIDAD DISEÑADA Y TEXTOS ELABORADOS POR:

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

ANEXO I

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