



III JORNADAS DE CELEBRACIÓN DEL DÍA INTERNACIONAL DE LA MONTAÑA

15, 16 y 17 DE DICIEMBRE DE 2017

Con motivo del día internacional de la montaña el próximo 11 de diciembre, el club de senderismo ha organizado un fin de semana repleto de actividades, que finalizarán con la subida al Rocigalgo, techo de nuestros Montes. Allí celebraremos la cercana Navidad. A continuación, se detallan las actividades que realizaremos, así como los enclaves donde se celebrarán y los diferentes horarios. Todas las actividades son gratuitas, y el acceso es libre hasta completar aforo. Consideramos que son de mucho interés para todas las personas que visitamos la montaña o el medio natural en mayor o menor medida. Además, el club ha contratado un autobús para la ruta del día 17 para comodidad de todos los socios y amigos del club que decidan acompañarnos a realizar la ruta.

JORNADAS INFORMATIVAS



Información general

- Las jornadas están orientadas a los socios, y a los familiares y amigos, que deseen asistir para ampliar sus conocimientos sobre los temas a tratar.
- Éstas se celebrarán en la sala de usos múltiples del Centro Social Polivalente "Santa María de Benquerencia" sito en la calle Rio Bullaque, 24 del Polígono residencial de Toledo (<https://www.google.es/maps/place/Centro+Social+Santa+Mar%C3%ADa+de+Benquerencia/@39.8647358,-3.9489068,19z/data=!4m12!1m6!3m5!1s0xd6a0902f1f7a1fb:0xd776272ee6f08d40!2sCentro+Social+Santa+Mar%C3%ADa+de+Benquerencia!8m2!3d39.8647101!4d-3.9488719!3m4!1s0xd6a0902f1f7a1fb:0xd776272ee6f08d40!8m2!3d39.8647101!4d-3.9488719>)

Programación

Viernes 15 – 19:00 Inauguración de las jornadas

El presidente del club D. Luis Antonio Rodríguez inaugurará las jornadas, en las que se proyectará la presentación de las actividades realizadas durante este año 2017 realizada por D. Antonio Izquierdo.

Viernes 15 – 19:30 a 20:30: Caminos y senderos por los Montes de Toledo.

La comarca de los Montes de Toledo históricamente ha sido una zona de tránsito bien de norte a sur o de este a oeste. Durante siglos y debido a la trashumancia, se han utilizado algunos de estos caminos conocidos como Cañadas Reales para llevar a los animales de unas regiones a otras. En esta charla se evaluarán tanto las Cañadas Reales que cruzan nuestra comarca, como los caminos más importantes de la comarca. Además, se analizará el estado de señalización actual de los mismos, y la problemática de dichos caminos en la actualidad.

El presidente del club D. Luis Antonio Rodríguez, pretende dar a conocer brevemente la historia de los caminos, así como la importancia de los mismos en la comarca y la situación actual que atraviesan.

Al final de la charla se degustará un aperitivo para todos los asistentes cortesía del club.

Sábado 16 – 10:30 a 11:30: Montes de Toledo en los Picos de Europa.

El pasado agosto, algunos integrantes y miembros de la junta directiva del club realizaron una ruta circular por los Picos de Europa en la que visitaron 3 refugios (Ref. Collado Jermoso, Ref. Cabrones y Ref. Urriellu). Además visitaron lugares interesantes como Cabaña Verónica y varias cumbres como Horcados Rojos, Torre de la Palanca y Torrecerredo. D. Antonio Ganduz, experto montañero y escalador, que entre otros tiene en su haber subido al Kilimanjaro, e integrante de la expedición, nos contará la aventura, explicando en detalle aspectos como la falta de agua en días calurosos que pasaron, anécdotas, etc ...

Sábado 16 – 11:45 a 12:45: Equipamiento básico y seguridad en la montaña.

Uno de los aspectos más importantes de la práctica del senderismo y del montañismo es saber qué material debemos llevar a cada ruta que realicemos, tanto el material imprescindible como el recomendable, así como saber evaluar los riesgos a los que nos enfrentamos cuando realizamos nuestras rutas.

El miembro de la junta directiva D. Marcos Paniagua, experto montañero y escalador, nos mostrará lo importante de la evaluación prematura de los riesgos, así como los parámetros a tener en cuenta a la hora de elegir el material que nos acompañará a las rutas.

Sábado 16 – 12:45 a 13:15: Clausura

Se procederá a la clausura de las jornadas y se degustará un aperitivo cortesía del club para todos los asistentes.

Domingo 17 – 07:00 a 18:00: XLII Ruta: Circular Rocigalgo

Fecha: 17/12/2017

Salida:

Opción A: 07:00 de la explanada de Santa Teresa en Toledo, en la puerta de la iglesia de San Ildefonso.

Opción B: 09:00 horas aprox. 9 km después de atravesar Los Navalucillos, pasado el punto kilométrico 16 de la carretera CM- 4155 a Robledo del Buey, tomar la pista de tierra que baja desde el alto al área recreativa de Las Becerras, donde atraviesa el río Pusa y continuar hasta la caseta de información del Parque.

<https://www.google.es/maps/place/Caseta+Parque+Caba%C3%B1eros/@39.5789089,-4.6674114,16z/data=!4m2!1m6!3m5!1s0xd6a9134f85276c1:0x662ad77f6ed0c5b6!2sLas+Becerras!8m2!3d39.5970572!4d-4.6731209!3m4!1s0xd6a94bc1866f331:0x92fe3f009fd7fde3!8m2!3d39.5753307!4d-4.6600217>

SE RUEGA PUNTUALIDAD DE LOS ASISTENTES. TRANSCURRIDOS 10 MINUTOS COMO MÁXIMO DE LA HORA DE SALIDA EL GRUPO PARTIRÁ HACIA EL LUGAR DE INICIO DE LA RUTA.

El club facilitará transporte subvencionado, para lo que contratará un minibús de 24 plazas. El precio para cada socio será de 10€ para el viaje (ida y vuelta) y las plazas se asignaran según las siguientes prioridades:

1. Socios que asistan los dos días a las Jornadas de la Montaña (15 y 16 de diciembre) acumulando además una bonificación del 50% (Solo pagaran 5€ para el viaje, ida y vuelta) y según orden de inscripción en Doodle.
2. Resto de socios y según orden de inscripción en Doodle.
3. Simpatizantes, no socios y según orden de inscripción en Doodle.

Retorno aproximado: 18:00 al punto de salida (**opción A**)

Distancia: 22 Kms. aprox.

Duración aproximada de la ruta: 7 horas.

Desnivel: 1000 m positivo aprox.

Dificultad: DIFÍCIL (ver catalogación de niveles)

Preparación: Necesario tener resistencia a caminar largas distancias. Se comerá en la ruta, por lo que cada asistente deberá llevar su propia comida y bebida en la cantidad que considere oportuna. Respecto a la comida y agua, al ser elevado el desnivel, el club recomienda llevar comida energética suficiente y agua en abundancia. Muy recomendable contar con gafas de sol adecuadas (nivel 3/nivel 4). La ropa la decidirá el asistente, dependiendo de la climatología y de su propia necesidad. Igualmente, recomendamos el uso de bastones durante la travesía.

Qué vamos a ver: La ruta discurre por una pista forestal acondicionada, cómodo pero con algunos repechos exigentes. Tras salvar el arroyo del Chorro, comienza el primer tramo, una larga subida de 5.7 km con una sucesión de curvas en herradura. A medida que se gana altura, el encinar deja paso al robledal que coloniza las escarpadas laderas de la Sierra Fría. Poco a poco las vistas van desvelando las agrestes crestas de las sierras circundantes y es frecuente

ver el vuelo de los buitres leonados. Una vez en el alto la ruta cambia a la vertiente sur del cordal y tras pasar el collado Frío comienza un verdadero tobogán de subidas y bajadas durante 4.8 km.

Dejamos a un lado el magnífico robledal de altura, y empieza el último repecho que acaba en la alomada cumbre del Rocigalgo a 1448 m de altura. Las vistas son espléndidas a lo largo de la mayor parte de la ruta, en días claro incluso se alcanza a ver la sierra de Gredos.

IMPORTANTE

La asistencia de NO socios estará limitada al 20% sobre el número de socios (con un mínimo de dos) y se aceptarán las solicitudes por estricto orden de llegada, quedando el resto en lista de espera. Como en el caso de los socios, si son aceptados para la actividad, es obligatorio que lleven seguro de montaña. Toda persona que no esté asegurada/federada el día de la ruta no podrá realizar dicha actividad.

Los animales domésticos deberán ir atados en todo momento y bajo responsabilidad de su dueño.

La organización se reserva el derecho de modificar la fecha de dicha actividad.

TRAMITACIÓN DEL SEGURO

Toda aquella persona que necesite seguro, será requisito indispensable para inscribirse a la ruta/actividad el nombre y apellidos, acompañado de su D.N.I. (En el caso de ser socio con el nombre y apellidos es suficiente).

La cuota para dicho seguro es de 5€. Al realizar la transferencia o ingreso, se deberá poner en el concepto el nombre y apellidos de la persona asegurada. Dicho ingreso se puede realizar de forma gratuita en cualquier oficina del banco Santander. Es preciso enviar el justificante de pago si corresponde, a la dirección de correo: csmontesdetoledo@gmail.com. En el caso de las personas que necesiten seguro para realizar una ruta/actividad programada y causen baja, el importe de dicho seguro no será reembolsado.

INSCRIPCIÓN:

Accediendo al siguiente enlace web <https://doodle.com/poll/uduepz5p63i4n73z> y marcando el recorrido a realizar, si se dispone de vehículo propio y en caso de disponer de plazas libres hay que marcar la opción, y a continuación, se introduce un comentario con el número de plazas libres de las que se dispone en el vehículo. Además, hay que señalar el lugar de salida, si se es socio del club y si se está federado. Ya se ha introducido un ejemplo.

En caso de duda, llamar a los teléfonos: 626-07-33-72 (Antonio)

Fecha límite de inscripción: 12/12/2017

TITULAR	CÓDIGO CUENTA OPENBANK				
Club Senderismo Montes de Toledo	CODIGO IBAN	ENTIDAD	OFICINA	D.C.	Nº CUENTA
CIF : G-45834397	ES78	0073	0100	50	0503921817

CATALOGACIÓN NIVELES DE DIFICULTAD RUTAS

MUY FÁCIL: Ruta por asfalto, pista forestal, camino vecinal accesible en coche o, eventualmente, vereda de fácil acceso. Distancia inferior a 5 km aprox. y desnivel acumulado no superior a 300 metros aprox. Se desarrolla con buena climatología. No es necesario ningún material particular excepto calzado cómodo y, dependiendo de la persona, protección solar (gafas, gorra y crema solar). No es necesario llevar comida ni bebida, aunque esto depende de cada persona. No es necesario estar federado.

FÁCIL: Ruta por pista forestal o vereda no superior a 10km aprox. Puntualmente puede discurrir por campo a través. Desniveles positivos no superiores a 400 metros aprox. Climatología variada descartando lluvia torrencial y nieve. Obligado llevar agua y algo de comida. Recomendable el uso de botas específicas de montaña y vestimenta técnica. Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

MODERADO: Ruta con más de 10km y/o más de 400 metros de desnivel positivo acumulado que discurre por cualquier terreno. Pensada para gente habituada a moverse por el campo. Climatología variada descartando nieve y lluvia torrencial. Obligación de llevar agua y comida para un día. Obligatorio uso de calzado específico de montaña y vestimenta técnica acorde a la climatología.

Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

DIFÍCIL: Ruta con más de 15km y/o más de 600 metros de desnivel positivo acumulado que discurre por cualquier terreno, pudiendo llegar el caso de tener que efectuar pequeñas trepadas (sin necesidad de asegurarse). Pensada para gente habituada a moverse por montaña. Puede durar más de un día.

Climatología variada, incluso nieve, lluvia, altos vientos y frío extremo. Imprescindible calzado y ropa técnicos, adecuados a la climatología. Necesario llevar agua y comida para los días en los que se desarrolle.

Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

MUY DIFÍCIL: Aplica las mismas normas que para la ruta DIFÍCIL pero requiere el uso de material específico de alpinismo (crampones y piolet) así como el conocimiento de sus técnicas de uso (progresión por glaciar, autodetención, ...)

Eventualmente puede ser necesario saber el manejo de material de aseguramiento (cuerda, arnés, mosquetones, ...) en función de la ruta o el estado de la misma. Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

ACTIVIDAD ESPECIAL: Actividad o ruta que no está catalogada en ninguna de las anteriores y que puede requerir del uso de material específico de escalada o alpinismo. El acceso del usuario a este tipo de rutas dependerá, en todo caso, del criterio del organizador/es en función de la dificultad de la actividad, la climatología, de la habilidad del asistente y de su forma física. Siempre se desarrollarán bajo la supervisión del organizador/es. Puede ser obligatorio estar federado o contar con seguro diario de la FEDME, a criterio del organizador.

ORGANIZA:



COLABORAN:

EXCMO. AYUNTAMIENTO DE TOLEDO



FISIOTERAPIA CENTRO TOLEDO

