



## **XLVI Ruta: La Cabrera - Pico de la Miel - Cancho Gordo – La Cabrera**

Fecha: **17/03/2018**

Salida:

**Opción A: 08:00** horas de la explanada de Santa Teresa en Toledo, en la puerta de la iglesia de San Ildefonso.

**Opción B: 09:30** horas en el parking ubicado en la zona del Hostal el Cancho del Águila, en la Cabrera.

<https://www.google.es/maps/place/Hostal+El+Cancho+del+Aguila/@40.8753968,-3.6048844,17z/data=!4m2!1m6!3m5!1s0xd43dd1df0e82317:0x5177a6f53934473b!2sHostal+El+Cancho+del+Aguila!8m2!3d40.8756726!4d-3.6035326!3m4!1s0xd43dd1df0e82317:0x5177a6f53934473b!8m2!3d40.8756726!4d-3.6035326>

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

Se recomienda pagar a los conductores de los vehículos en los que se viaje **15 €**, en compensación a los gastos de combustible. En función del número de asistentes la junta valorará la contratación de un autobús.

**Retorno aproximado: 17:00** horas al punto de salida (Opción A).

**Distancia: 17 kms aprox.**

**Duración aproximada de la ruta: 6 horas.**

**Desnivel: 700 m aprox.**

**Dificultad: Dificil** (ver catalogación de niveles)



**Preparación:** Necesario tener resistencia a caminar. Se comerá en la ruta, por lo que cada asistente deberá llevar su propia comida y bebida en la cantidad que considere oportuna. No existen manantiales o fuentes en la ruta, por lo que se aconseja llevar suficiente cantidad de bebida. Muy recomendable contar con gafas de sol adecuadas (nivel 3/nivel 4), así como protección solar para piel y cabeza. La ropa la decidirá el asistente, dependiendo de la climatología y de su propia necesidad. Igualmente, recomendamos el uso de bastones durante la travesía.

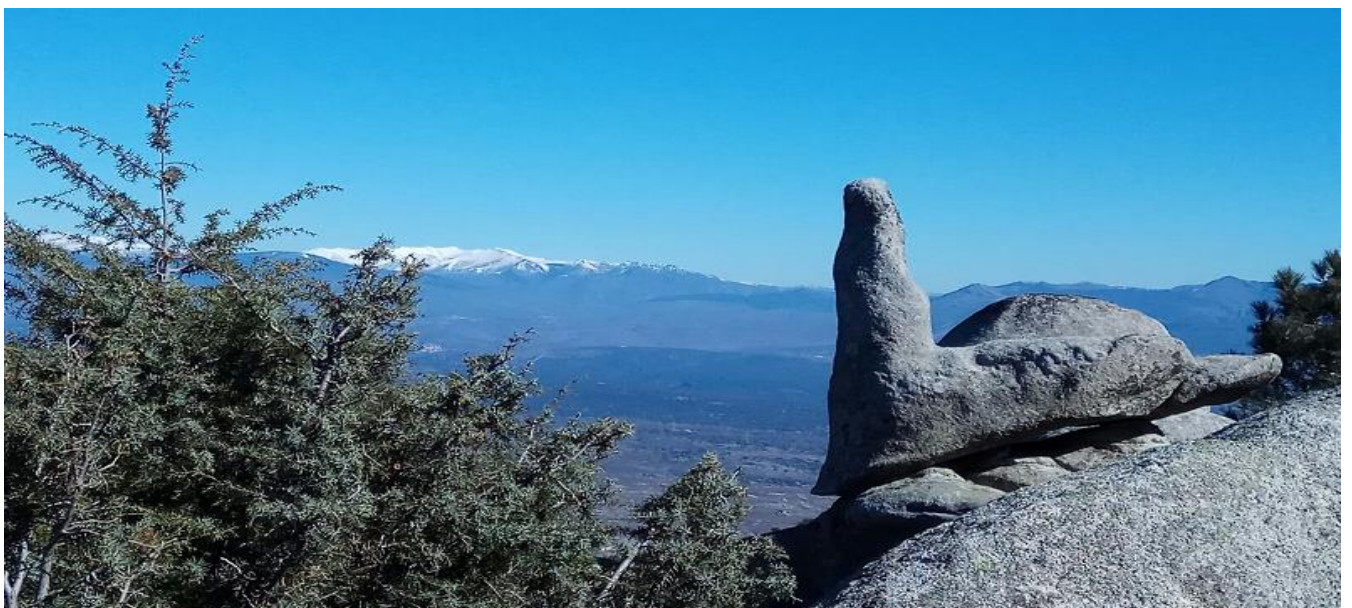
#### **Qué vamos a ver:**

A poco más de 50km de Madrid tenemos la Cabrera y sus dos cimas emblemáticas, el **Cancho Gordo** y el **Pico de la Miel**. La Cabrera es una larga prolongación de la Sierra de Guadarrama que forma uno de los núcleos graníticos más importante de la sierra. No hablamos de uno de los puntos más altos del norte de Madrid, ya que la cima más alta, el Cancho Gordo, apenas supera los 1.500m. Pero si es cierto que es uno de los lugares más interesantes para avistar buitres y para practicar escalada y una ruta circular que es la que vamos a realizar.

El **Pico de la Miel** es famoso por ser una de las mejores zonas para **practicar escalada cerca de Madrid**. Tiene 1.392m, pero aunque no es el más alto de la Cabrera sí que es el más transitado, sobre todo por la cara por donde ascienden los escaladores.

El **Cancho Gordo**, con 1.564m de altura, es el punto más alto de La Cabrera. Desde allí es posible ver tanto Madrid y sus cuatro torres o el **Pico de la Miel** al fondo. Ofrece una de **las vistas más bonita de toda la sierra**, ya que es posible observar el relieve perfectamente.

De vuelta a La Cabrera, pasaremos al lado del **Convento de San Antonio**, ubicado a media ladera de Cancho Gordo y a unos dos kilómetros del pueblo. La historia de esta construcción, una de las más valiosas de patrimonio medieval madrileño, está llena de conjeturas pues no existen datos documentales sobre su fundación. La hipótesis más aceptada es que el rey castellano Alfonso VI, coincidiendo con sus planes de atravesar el fronterizo Sistema Central para la conquista de Toledo, fomentara la ubicación de un pequeño cenobio benedictino-cluniacense bajo la advocación de San Julián en esta agreste sierra madrileña. Dependiendo del número de participantes a la ruta y los interesados, se evaluará la opción de realizar una visita guiada al Convento.



## 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. Este seguro se tramitará por el propio asistente NO socio, teniendo la obligación de demostrarlo con antelación al organizador de la ruta.

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.

Por otra parte, es una ruta sencilla. La junta directiva considera que es apropiada y recomendable para realizar con niños, siempre bajo la vigilancia de sus progenitores o acompañantes.

## 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 6€. 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](mailto: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/vmusbpeybnu7ev7c> y marcando el recorrido a realizar, si se dispone de vehículo propio y si, 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, contactar con los teléfonos: 649-84-21-21 (Ángel) o 607-20-27-44 (Luis)

**Fecha límite de inscripción: 14/03/2018**

| TITULAR  | CÓDIGO CUENTA OPENBANK |         |         |      |
|--|------------------------|---------|---------|------|
| Club Senderismo Montes de Toledo<br>CIF : G-45834397 | CODIGO IBAN            | ENTIDAD | OFICINA | D.C. |
|  | ES78                   | 0073    | 0100    | 50   |

## 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, auto detención,...) 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.