



# SENDERISMO EN GRANADA

**Veleta, Cerro de los Machos y Cahorros  
Sierra Nevada**

**muntania**  
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	Destino .....	2
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel físico requerido para este viaje.....	3
4	Programa.....	3
4.1	Programa resumen .....	3
4.2	Programa detallado .....	4
5	Precio. Incluye/No incluye.....	5
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye .....	5
6	Más información .....	5
7	Puntos fuertes .....	7
8	Otros viajes similares .....	8
9	Contacto.....	8

## 1 Presentación

**Sierra Nevada** es el macizo montañoso más alto de **Europa Occidental** después de los **Alpes** y alberga una **geográfica accidentada** con innumerables especies vegetales y animales más propias de países nórdicos que de la cuenca mediterránea.

**Sierra Nevada** es hoy el área de mayor riqueza biológica de la península, muchas especies endémicas y varios ecosistemas que la convierten en un **paraíso para la práctica del senderismo**.

Alojados en el encantador pueblo de Monachil, hemos preparado dos rutas que te permitirán explorar algunos de los rincones más emblemáticos de la zona: desde la imponente ascensión al **Veleta** y **Cerro de los Machos**, hasta la sorprendente ruta circular por los **Cahorros** y los miradores del río Monachil. Todo ello acompañado de la **deliciosa gastronomía local** y el ambiente acogedor de Andalucía.

¿Te apuntas?

## 2 Destino

**Sierra Nevada** es un macizo montañoso perteneciente al conjunto de las Béticas, concretamente a los **sistemas Penibéticos**. Está situada en **Andalucía**, España, extendiéndose por la zona centro-este de la provincia de **Granada**. Es el macizo montañoso de mayor altitud de toda Europa occidental después de los Alpes. Su altitud máxima se alcanza en el pico **Mulhacén**, de 3.482 msnm.

**Sierra Nevada**, juntamente con las Béticas, se formó durante la orogénesis Alpina en la era Terciaria. A causa de su aislamiento y altitud, desde el fin de la Glaciación de Würm el macizo ha quedado como refugio de innumerables plantas y endemismos impropios de las latitudes mediterráneas en las que se sitúa, según fuentes del Ministerio de Medio Ambiente de España, 66 especies vegetales vasculares endémicas y otras 80 especies animales propias del lugar.

La "**Sierra del Sol**", como la denominaban en la Edad Media, alberga un rico patrimonio cultural e histórico en el que se solapan y enriquecen legados tartesos, romanos y visigodos, singularmente en la vertiente alpujarreña. Lo más significativo del período musulmán son las sofisticadas técnicas de regadío, cuyas acequias y regatos surcan las laderas recogiendo agua del deshielo y la escorrentía para ser aprovechada en usos y actividades tradicionales. Parte del recorrido pasa por estas **acequias** de origen **árabe**, que son un legado de ingeniería, historia y cultura única en nuestro país.

La monumental **Granada** cuenta con un legado artístico y cultural, como **La Alhambra**, el interesante **Albahicín** y la sugerente **Calderería**, así como otra multitud de lugares que podremos descubrir.

Mención también merece el buen comer, a través de la costumbre cultural de la tapa que siempre acompaña gratuitamente a cada bebida, muchas de ellas realmente suculentas y elaboradas. Esta costumbre del **tapeo** se extiende por toda la provincia de Granada y todos sus pueblos.

La conocida y atractiva **Alpujarra** es otro de los lugares para perderse en unos días de turismo de montaña, disfrutar del paisaje, la gastronomía, sus vinos y sus gentes.

**Motril**, **Salobreña** o **Almuñecar** se encuentran a tan solo media hora, es otra alternativa interesante, terminar pasando unos días en la playa, lo que completa más si cabe nuestras vacaciones

## 3 Datos básicos

Destino: Sierra Nevada. Andalucía.

Actividad: Senderismo y ascensiones

Nivel físico requerido: B+

Duración: 3 días.

Época: de abril a noviembre

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

### 3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido	
<b>A</b>	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
<b>A+</b>	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
<b>B</b>	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
<b>B+</b>	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
<b>C</b>	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

#### Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El **nivel físico exigido lo marca** el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El **tipo de terreno** varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El **ritmo de progresión** se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

## 4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje al destino.

Salida desde Madrid a las 16:30 pm. Punto de encuentro en Nuevos Ministerios. [Localización](#)

Día 2. Ascensión al **Veleta y Cerro de los Machos** por el **Veredón Inferior**.

Distancia 15 km Desnivel + 1.200 m Desnivel – 1.200 m

Día 3. **Circular de los Cahorros. Miradores del Río Monachil**

Distancia 10,5 km Desnivel + 430 m Desnivel – 430 m

Tras la excursión y tomarnos unas tapas, emprenderemos el viaje de regreso.

## 4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje al destino.

Salida desde Madrid a las 17:00 pm. Punto de encuentro en Nuevos Ministerios. [Localización](#)

Día 2. Ascensión al **Veleta** y **Cerro de los Machos** por el **Veredón Inferior**.

El **Veleta** es quizás la montaña mas representativa del parque nacional de **Sierra Nevada**.

Nuestro objetivo será realizar una ruta circular partiendo desde la **Hoya de la Mora**, alcanzando dos de las cumbres más altas de Sierra Nevada: el **Cerro de los Machos** (3327 m) y el **Veleta** (3396 m).

Comenzaremos bordeando el **Mojón del Trigo** y avanzaremos por el valle del **Arroyo de San Juan**, esculpido hace miles de años por glaciares que avanzaban y erosionaban todo lo que encontraban a su paso. Cruzaremos el arroyo y subiremos hasta la **Hoya del Moro**, donde se inicia el paso del **Veredón Inferior**, un tramo aéreo y estrecho que cruzaremos con precaución. Luego alcanzaremos los Corrales del Veleta y seguiremos ascendiendo hacia la laguna del Veleta y el collado del **Cerro de los Machos**, desde donde coronaremos nuestra primera cumbre.

Tras disfrutar de las vistas, bajaremos hacia el **paso de los Guías**, un tramo expuesto pero equipado con cadenas, que superaremos con cuidado. Podremos evitar este paso descendiendo por una senda más larga y segura.

Continuaremos hacia el **refugio de la Carihuela** y desde allí emprenderemos el ascenso final al **Veleta** por su vertiente más accesible.

Finalizaremos nuestra ruta descendiendo por alguna de las veredas que se presentan a nuestro paso hacia la **Hoya de la Mora**.

Distancia 15 km Desnivel + 1.200 m Desnivel – 1.200 m

Día 3. **Circular de los Cahorros. Miradores del Río Monachil**

En el dialecto Andaluz **cahorros** quiere decir estrechos. Esto ya nos da una idea de que nos vamos a encontrar.

La **Circular de los Cahorros** es una ruta clásica de **Granada** que comienza en el agradable pueblo de **Monachil**.

Caminaremos por las entrañas del río **Monachil** que nace en las estribaciones del pico **Veleta**. El estrecho sendero discurre bordeando el río entre **desfiladeros** que la corriente de agua ha ido erosionando durante siglos. El resultado es un espectacular valle en el que iremos cruzando túneles, cascadas y antiguos puentes colgantes.

Iniciaremos nuestra ruta cruzando el puente sobre el **río Monachil**, para adentrarnos por el cómodo y agradable **Sendero del Río**. Caminaremos junto al cauce, rodeados de vegetación de ribera, hasta alcanzar el inicio del famoso tramo de los **Cahorros**. A partir de ese momento, dejaremos atrás el tranquilo paseo para adentrarnos en un cañón más técnico y espectacular, lleno de escalinatas, puentes colgantes y paredes verticales que se irán estrechando a medida que avancemos. Antes de cruzar el quinto y último puente colgante, nos desviaremos brevemente para situarnos bajo el salto de agua del dique, disfrutando del sonido y la frescura del agua, y luego volveremos para cruzar el puente y continuar nuestra travesía.

Después de superar las zonas más estrechas, caminaremos por pasarelas con ayuda de asideros metálicos hasta llegar al **Túnel de las Palomas**, un angosto pasillo natural que nos conducirá a un tramo más amplio del cañón, donde encontraremos verdes prados ideales para una parada.

Cruzaremos otro pequeño puente y subiremos por la ladera opuesta, enlazando con la **Senda de los Miradores**. Desde allí, avanzaremos por un cómodo sendero que discurre bajo una acequia, con vistas impresionantes del desfiladero.

Tendremos la oportunidad de detenernos en varios miradores naturales antes de llegar al **Mirador de la Era**.

Finalmente, descenderemos hacia el sendero que nos devolverá al pueblo de **Monachil**, cerrando así una ruta variada, entretenida y muy visual que seguro disfrutaremos.

Distancia 9,5 km Desnivel + 360 m Desnivel – 360 m

Tras la excursión y tomarnos unas tapas, emprendaremos el viaje de regreso.

## 5 Precio. Incluye/No incluye

Precio: 330 €. Suplemento de 65 € en habitación individual.

### 5.1 Incluye

- Transporte desde Madrid.
- Guía de montaña
- 1 noche de alojamiento con desayuno y otra en régimen de media pensión. [Hospedería los Cahorros](#)
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.

### 5.2 No incluye

- Almuerzos. Se harán en montaña mediante bocadillo, fruta etc.
- Cena el día de llegada. Se hará de camino o ya en el lugar de destino.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

## 6 Más información

### Material y ropa necesaria

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.

- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

Rogamos sean comedidos con el tamaño de su maleta ya que el espacio del vehículo así lo requiere, además de que necesitará pocas prendas de recambio tras finalizar las excursiones.

### **Flexibilidad de fechas**

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

### **Habitación doble/individual**

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que este interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo, pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

### **Seguro de accidente y rescate incluido**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**.

Este seguro cubre exclusivamente los riesgos derivados de las actividades de turismo activo previstas en la excursión o viaje, es decir durante la práctica del senderismo, montañismo, esquí, bici, etc.

Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar un seguro de cancelación.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con Ergo, Iris Global e Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: [Información de seguros](#)

[Seguro de accidentes y rescate incluido en la península \(España, Portugal y Pirineo Francés\)](#)

### **Capital asegurado**

- Fallecimiento accidente 7.500 €
- Incapacidad permanente absoluta accidente 15.000 €

- Incapacidad accidente según baremo 15.000 €
- Salvamento, rescate u otros gastos derivados del accidente hasta 12.000 €
- Asistencia sanitaria accidente ilimitada en centros españoles concentrados.

#### **Delimitación de cobertura de gastos asistenciales por accidente**

- Periodo máximo cobertura de asistencia dental en centros concertados 365 días
- Importe máximo centros NO concentrados 12.000. Los gastos serán abonados por el cliente y reembolsados por la aseguradora con posterioridad.
- Importe máximo para cobertura de material protésico y endoprotésico ilimitado
- Importe máximo para cobertura en centros No concertados, hasta 12.000 €
- Importe máximo para cobertura de material protésico dental ilimitado.

\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Compañía Previs seguros. Nº PÓLIZA 4020015582-0 Global Adventure Team. Teléfono de asistencia 24h 913840330.

\*\* Hay que dar parte a la aseguradora con la mayor brevedad posible. La compañía facilitará un número de expediente. Ese número de expediente es imprescindible para acudir al centro de atención médica. Se tendrá que facilitar ese número de expediente al centro médico.

\*\*\* El guía de la actividad tendrá que mandar un parte de accidentes a la compañía aseguradora durante las siguientes 48 horas del accidente.

\*\*\*\* Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

\*\*\*\*\* Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

#### **Otras cuestiones**

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

#### **Enlaces de interés**

[Sierra Nevada](#)

## **7 Puntos fuertes**

- Escapada de fin de semana.
- Ascender en el día a dos tresmiles, Veleta y Cerro de los Machos.
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística.

## 8 Otros viajes similares

- Senderismo en el Mediterráneo. Andalucía. Cabo de Gata y la Axarquía
- Senderismo en el Pinsapar. Parque Natural de Grazalema

## 9 Contacto

**Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)**

Telf. +34 91 00 52047 / WhatsApp: +34 629 37 98 94 / c/ de Miguel Yuste, n.º 3, 3E 28037 Madrid

[info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) / [www.muntania.com](http://www.muntania.com) / [www.geographica.es](http://www.geographica.es)