



SENDERISMO EN EL CABO DE GATA

Almería, Andalucía

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

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

1 Presentación

Escapando del frío y buscando el **Mediterráneo**, su luz y naturaleza visitaremos dos zonas de **Andalucía** donde el buen tiempo, la gastronomía y una magnífica red de senderos hacen obligada su visita para cualquier amante del senderismo.

Nuestro campo base será el **Cabo de Gata**, en el Levante Almeriense, donde vamos a encontrar los contrastes del **mar** y el paisaje **semidesértico**, con temperaturas que permiten agradables jornadas de senderismo en la misma orilla del **Mediterráneo**.

Vamos a recorrer algunos de los senderos más reseñables de la red del **Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar**,. Extremaremos la protección del entorno vegetal y el paisaje en general, en un ecosistema especialmente delicado y único en **Europa**.

2 Destino

El Cabo de Gata es un enclave único en la **Península Ibérica**. Encierra en su zona aledaña uno de los paisajes volcánicos más desérticos de Europa, sin embargo, contrastado con una riquísima flora y vegetación autóctona destacando “la Pita”, que son las flores de los agaves. También destacan las chumberas y los palmitos.

Tierra de contrastes, calas ocultas, aguas transparentes; la singularidad de su edificación natural y los fondos marinos de su costa han obligado a la conservación de este entorno bajo la figura del **Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar**.

Un interior despoblado y desértico acompañado de una costa atormentada, salpicada de infinidad de bellas calas, permiten combinar recorridos de sorprendente originalidad en **Europa**, bien sea en caminando o en bicicleta. El pueblo de **San José**, de gran belleza, es el centro neurálgico y base de operaciones para visitar la zona.

3 Datos básicos

Destino: Cabo de Gata, Almería.

Punto de encuentro: Madrid o destino.

Actividad: Senderismo

Nivel físico: A.

Duración: 5 días.

Época: Septiembre a Junio

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
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+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	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 en furgoneta al destino desde Madrid (5h,30m, 590km).

Salida a las 7:30 am desde Nuevos Ministerios en Madrid. Una vez llegado a **San José** haremos una visita de esta pintoresca población.

Día 2. **La ruta de las Calas.**

Nos adentraremos en la zona más occidental y meridional del **Parque Nacional**, un entorno que promete

Distancia 14 kms. Desnivel + 320 m. Desnivel – 320 m

Día 3. Ascenso al **Cerro Cinto** desde **Rodalquilar**. Atardecer en la **Isleta del Moro**.

Distancia 10 km. Desnivel + 300 m Desnivel – 300 m

Tras la excursión nos desplazaremos a la **Isleta del Moro** donde daremos un paseo y veremos el atardecer sobre el Mar Mediterráneo.

Día 4. **Calas de San Pedro y Enmedio.**

Distancia 12 km. Desnivel + 240 m Desnivel – 240m

Día 5. **Camino Costero de Cala Higuera.** Viaje de regreso.

Distancia 10 km. Desnivel + 150 m Desnivel – 110m

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje en furgoneta al destino desde Madrid (5h,30m, 590km).

Salida a las 7:30 am desde Nuevos Ministerios en Madrid. Una vez llegado a **San José** haremos una visita de esta pintoresca población.

Día 2. **La ruta de las Calas.**

Nos adentraremos en la zona más occidental y meridional del **Parque Nacional**, un entorno que promete dejarnos sin palabras por la espectacularidad de su paisaje. Acantilados vertiginosos, antiguos picos volcánicos y calas escondidas entre formaciones rocosas de aspecto casi irreal nos acompañarán a lo largo del recorrido.

Durante la travesía, pasaremos por la **Ensenada de la Media Luna**, la del **Mónsul** y también por la playa del **Barronal o Genoveses** la cual ha sido escenario de varias películas, como “Indiana Jones y la última cruzada” o “Lawrence de Arabia” y sí, debe su nombre a los genoveses, que desembarcaron en esta playa para echar una mano contra los moriscos.

Partiremos del mismo pueblo de San José y nos encontraremos en primera instancia a la media hora de marcha la primera playa, “**Los Genoveses**”, para cruzarla y subir al morrón de los Genoveses.

El camino es un constante sube y baja permitiendo alcanzar diferentes playas y calas, como la **cala del Príncipe**, las diferentes **playas del Barronal**, la ensenada de **Mónsul**, **ensenada de Media Luna** y **cala Carbón**, por este orden.

Regresaremos por el interior ascendiendo a los cerros del Barronal.

Distancia 14 kms. Desnivel + 320 m. Desnivel – 320 m



Día 3. Ascenso al **Cerro Cinto** desde **Rodalquilar**. Atardecer en la **Isleta del Moro**.

Esta jornada la dedicaremos a conocer el bonito e interesante paisaje interior que nos ofrece **Almería**.

Desde **Rodalquilar**, caminaremos hacia el **Cortijo del Fraile** y alcanzaremos el **Cerro Cinto** que es una magnífica atalaya con unas amplias vistas de la zona.

El camino es un espectáculo geológico, disfrutando de buenas vistas de la Caldera Volcánica de Rodaquilar, pasaremos por antiguas minas auríferas, yacimientos de Ignimbritas, etc.

Distancia 10 km. Desnivel + 300 m Desnivel – 300 m

Tras la excursión nos desplazaremos a la **Isleta del Moro** donde daremos un paseo y veremos el atardecer sobre el Mar Mediterráneo.

Día 4. **Calas de San Pedro y Enmedio**.

Hoy recorreremos uno de los itinerarios más emblemáticos del **Parque Natural de Cabo de Gata**, siguiendo el sendero litoral que atraviesa enclaves tan conocidos como Cala de San Pedro y Cala de Enmedio. Partiendo desde Las Negras, caminaremos por el tramo de costa que conecta con Agua Amarga, descubriendo a nuestro paso calas singulares, paisajes volcánicos y rincones de gran belleza natural bañados por el **Mediterráneo**.

Partiendo desde **Las Negras**, seguiremos el sendero costero en dirección a **Agua Amarga**, tomando primero el camino que conduce a la **Cala de San Pedro**, conocida por su manantial de agua dulce y por la riqueza de sus fondos marinos, ideales para quienes disfrutan del snorkel o el buceo.

Tras dejar atrás esta cala, ascenderemos por la **Sierra de la Higuera** para ganar perspectiva sobre el litoral y descender después hacia las espectaculares **Calas del Plomo** y de **Enmedio**. Esta última sorprende por el intenso color blanco de sus formaciones, con paredes moldeadas por el viento y el mar que han esculpido la arenisca creando un paisaje de formas suaves y casi escultóricas.

Después de un merecido baño, continuaremos caminando hasta **Agua Amarga**, antiguo fondeadero utilizado en época musulmana y hoy convertido en un encantador pueblo de aire mediterráneo y esencia moruna, donde pondremos fin a nuestra ruta junto al mar.

Distancia 12 km. Desnivel + 240 m Desnivel – 240m

Día 5. **Camino Costero de Cala Higuera**. Viaje de regreso.

Nos despedimos de **Cabo de Gata** con una última caminata junto al mar, siguiendo el sendero litoral que bordea Cala Higuera. Partiendo desde el **Castillo de San Felipe** y siempre acompañados por amplias vistas sobre el Mediterráneo, avanzaremos por la costa hasta alcanzar la **Torre Vigía de Cala Higuera**. Desde este punto privilegiado se abren magníficas panorámicas del Morrón de los Genoveses y de la bahía de San José, uno de los paisajes más representativos del parque.

Tras finalizar la ruta, emprendemos el viaje de regreso poniendo el broche final a nuestra estancia en Cabo de Gata.

Iniciaremos la ruta en el **Castillo de San Felipe**, antigua fortaleza que vigilaba el histórico fondeadero de Los Escullos. Desde allí seguiremos el trazado del GR 92, que rodea el macizo del Fraile, una de las elevaciones más emblemáticas y reconocibles del litoral almeriense.

Con el **Mediterráneo** siempre presente como telón de fondo, avanzaremos por el sendero hasta alcanzar la Torre Vigía de Cala Higuera. Desde este punto disfrutaremos de amplias panorámicas que abarcan el **Morrón de los Genoveses** y la bahía de **San José**, ofreciendo una de las imágenes más representativas de este tramo de costa.

Distancia 10 km. Desnivel + 150 m Desnivel – 110m



5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 695 €. Supl. Individual a partir de 120€.

5.1 Incluye

- Transporte en furgoneta desde Madrid.
- Guía de montaña durante todo el viaje.

- 3 noches en hotel en régimen de media pensión y 1 noche con desayuno (el día de llegada) en el [Hotel Atalaya](#) ** en San José.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.

5.2 No incluye

- Almuerzos. Será de picnic en ruta (bocadillo, fruta, etc.).
- Cenas.
- 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 corto y 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.
- Bañador, crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con distintas fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran y programaremos una salida para ti.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te mandaremos información sobre el lugar y la hora de encuentro, así como el nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Seguro de accidentes, viaje y cancelación

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. 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 únicamente 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 **Galia** y **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 pinchando [aquí](#)

Seguro de accidentes y rescate incluido

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

*** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

**** El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en el ámbito nacional y un límite de 12.000 € tanto en asistencia sanitaria como en rescate en el extranjero, teniendo que ser esta cantidad, o la correspondiente si fuera superior, por el asegurado.

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.

Una vez iniciado el viaje, cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

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

- [Guía del Parque Natural Cabo de Gata](#)

7 Puntos fuertes

- Paisajes de gran belleza y contraste mar-desierto.
- Singularidad de los pueblos de las zonas.
- Historia y tradición de las zonas visitadas.
- Entorno natural bien conservado y habitualmente poco transitada.

8 Otros viajes similares

- Senderismo en Granada Sierra Nevada
- Senderismo en el Pinsapar. Parque Natural de Grazalema. Andalucía

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 / www.muntania.com / www.geographica.es