



SENDERISMO EN GRANADA

SIERRA NEVADA

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Destino	2
3	Datos básicos	2
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	3
4	Programa	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	3
5	Más información	4
5.1	Incluye	4
5.2	No incluye	5
5.3	Material y ropa necesaria para las excursiones	5
5.4	Observaciones	5
5.5	Enlaces de interés	6
5.6	Puntos fuertes	6
6	Otros viajes similares	7
7	Contacto	7

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 un cómodo alojamiento en **Monachil**, hemos preparado cuatro rutas, que te ayudarán a descubrir este singular lugar.

Además, podrás degustar cada día, la variedad culinaria que ofrece este rincón de **Andalucía**.

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**

Actividad: Senderismo

NF: **/ NT: **

Duración: 4 días.

Época: de abril a noviembre

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1000 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Es necesario tener la capacidad de hacer **800-1000** metros positivos a ritmo tranquilo de forma cómoda y estar acostumbrado a **caminar en montaña**.

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. Encuentro a las 08:00 en Madrid. Excursión en la zona (**Circular de los Cahorros**).

Distancia 11 km Desnivel + 500 m Desnivel – 500 m

Día 2. Pico del Caballo.

Distancia 13 km Desnivel +1000 m Desnivel – 1000 m

Día 3. Ascensión al cerro de los Machos y el Veleta por el veredón inferior.

Distancia 15 km Desnivel + 1200 m Desnivel - 1200 m

Día 4. Barranco de la Luna.

Distancia 4 km Desnivel + 90 m Desnivel - 90 m

Viaje de vuelta.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje al destino. Encuentro a las 08:00 en Madrid. Excursión en la zona (**Circular de los Cahorros**).

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**.

Con un desnivel suave nos introduciremos 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.

Distancia 11 km Desnivel + 500 m Desnivel – 500 m

Día 2. Pico del Caballo (3.005 m).

El **Pico del Caballo** es el primer o último 3000m de sierra Nevada. Con sus 3005m se alza sobre el pueblo de **Nigüelas**. Lugar solitario y hermoso en el que podremos ver la singular laguna del caballo. El camino de vuelta lo realizaremos por el mismo itinerario al de subida. Una cumbre algo alejada de los grandes picos **Mulhacén**, **Veleta** y **Alcazaba** y con unas vistas de gran belleza.

Distancia 13 km Desnivel +1000 m Desnivel – 1000 m

Día 3. Ascensión al cerro de los Machos y el Veleta por el veredón inferior.

El **Veleta** es quizás la montaña mas representativa del parque nacional de **Sierra Nevada**. Andaremos por la base de su impresionante cara Norte para llegar a la cumbre del **Cerro de los Machos** en la que cogeremos una sencilla loma para ascender hasta el **pico Veleta** pasando previamente por el **refugio de la carihuela**.

Distancia 15 km Desnivel + 1200 m Desnivel - 1200 m

Día 4. Barranco de la Luna

Para este último día os tenemos preparada una ruta muy especial: **El Barranco de la Luna**. Déjate sorprender por este mágico paseo en el que verás un paisaje excavado por el río Luna con singulares formaciones

Distancia 4 km Desnivel +90 m Desnivel -90 m

Viaje de vuelta.

5 Más información

Precio:

- Si el grupo alcanza los 6-8 participantes 450 euros por persona.
- Si el grupo alcanza los 4-5 participantes 470 euros por persona.

*Suplemento de 115 euros en habitación individual para todas las noches, dependiendo de disponibilidad.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Transporte desde Madrid.
- 3 noches de hotel en habitación doble en régimen de alojamiento y desayuno*.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.

*[Hospedería Los Cahorros](#)

5.2 No incluye

- Almuerzos. Se harán en montaña mediante bocadillo, fruta etc.
- Cenas.
- Pago de entrada a cualquier museo, iglesia, monasterio etc. que requiera el pago de esta.

5.3 Material y ropa necesaria para las excursiones

- 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.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

El resto de equipaje que no lleve en las excursiones estará en su hotel.

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.

5.4 Observaciones

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.

Hora y lugar de encuentro

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

Habitación doble/individual

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

Información sobre el seguro que se incluye en el viaje y otras opciones

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 <https://www.muntania.com/seguros>

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.

**** 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.

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.

5.5 Enlaces de interés

- www.sierranevada.es

5.6 Puntos fuertes

- Recorrido variado con bosques, prados y grandes montañas.
- Óptimo ratio guía/cliente que permite un máximo aprovechamiento de la actividad.
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística.

6 Otros viajes similares

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

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).