



VIVAC EN LA LAGUNA DE LA MOSCA. MULHACÉN

Sierra Nevada

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	Datos básicos.....	2
2.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje.....	2
3	El destino	2
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.....	4
5.3	Material y ropa necesaria para la actividad	4
5.4	Observaciones	5
5.5	Enlaces de interés.....	6
5.6	Puntos fuertes	6
6	Otros viajes similares.....	6
7	Contacto	6

1 Presentación

En este viaje disfrutaremos de dos jornadas de montaña en una **travesía lineal**, que nos llevará desde la **Loma de Maitena** al **Puntal de las Calderetas** (3.071m.), uno de los tresmiles más salvajes de **Sierra Nevada**

Tras recorrer esta ruta increíble por sus paisajes, alcanzaremos la **Laguna de la Mosca**, a los pies de la cara **Norte del Mulhacén**, la montaña más alta de la **Península Ibérica**. Aquí será donde montaremos nuestro vivac.

Al día siguiente continuaremos nuestra travesía hasta alcanzar la **Hoya de la Mora** punto final de nuestra travesía.

2 Datos básicos

Destino: **Sierra Nevada** (España).

Actividad: Vivac

Nivel físico: ** Tipo de terreno: **

Duración: 2 días.

Época: Junio-Noviembre

Grupo mínimo-máximo: 3-8 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(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).

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

Observaciones. Excursiones aptas para gente activa que camina por la montaña los fines de semana y que es capaz de hacer desniveles de entre 700 y 1.250 metros diarios a ritmo tranquilo con una duración entre 5 y 7 horas incluyendo paradas.

3 El 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.

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. Loma de Maitena-Laguna de la Mosca

Distancia 16 km Desnivel +1300 m

Día 2. Laguna de la Mosca-Hoya de la Mora

Distancia 11 km Desnivel +1100 m

4.2 Programa detallado

Día 1. Loma de Maitena-Laguna de la Mosca

El punto de partida será la **Loma de Maitena** que nos llevará primero hacia el **Puntal de las Calderetas** (3.071m.), uno de los tresmiles más salvajes de **Sierra Nevada**, y al finalizar la etapa, a la **Laguna de la Mosca**, a los pies de la cara **Norte del Mulhacén**, la montaña más alta de la **Península Ibérica**. Aquí será donde montaremos nuestro vivac.

Distancia 16 km Desnivel +1300 m

Día 2. Laguna de la Mosca-Hoya de la Mora

Al día siguiente continuaremos nuestra travesía en un tramo muy atractivo por las impresionantes vistas: Los **Tajos de la Virgen, El Cartujo, Tajos Altos, el Caballo** y al fondo el **Mar Mediterráneo**, hasta alcanzar la **Hoya de la Mora**, final de nuestra travesía.

Distancia 11 km Desnivel +1100 m

5 Más información

Precio. 170 €.

5.1 Incluye

- Guía de montaña
- Cena y desayuno
- Gestión de la actividad.
- Seguro de accidentes y rescate

5.2 No incluye

- Transporte. Muntania Outdoors puede gestionar el transporte del mismo en función de la procedencia de los participantes.
- Muntania Outdoors puede gestionar el alojamiento del día de viaje en un pueblo cercano.
- Almuerzos.

5.3 Material y ropa necesaria para la actividad

- Mochila de día (entre 30-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña
- Ropa técnica:
 - Calcetines y otros de repuesto.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa) y otra de repuesto
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Gorro
 - Gorra para el sol.
 - Guantes
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1,5 litros
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).
- Saco de dormir (al menos 0 º confort) y esterilla (aislante).
- Comida de ataque para dos días: barritas, sándwich, frutos secos...

5.4 Observaciones

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.

Transporte a la zona donde se desarrolla la actividad

Si quiere compartir transporte desde la zona donde reside, cuando haga la reserva y nos mande sus datos, nos podrá indicar su disponibilidad. Tendrá que permitirnos por escrito a compartir su nombre y teléfono con otros participantes que residan por su zona y que también estén dispuestos para que se puedan poner de acuerdo.

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 <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 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 posible.

5.5 Enlaces de interés

[Sierra Nevada](#)

5.6 Puntos fuertes

- Disfrutar de una noche estrellada en el corazón de la cordillera.
- Conocer el entorno del **Mulhacén**, corazón de **Sierra Nevada**.
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística.

6 Otros viajes similares

- Vivac en el Bisaurín. Pirineo aragonés
- Vivac en los Ibones Azules. Pirineo aragonés
- Vivac en el Jou de los Cabrones. Circular de los Urrieles. Picos de Europa
- Vivac en las Cinco Lagunas. Sierra de Gredos

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).