

Salida Grupo de Montaña 'Hermano Pablo' a: Cueva Valiente. 9 de Junio de 2012

iAd Astra!

Fecha: sábado 9 de Junio 2012.

Objetivo: Cueva Valiente (Cota máxima: 1903m.) Guadarrama

Dificultad: Media. Aun así se ruega acudir en una forma física aceptable. A pesar de su modesta altitud es uno de los miradores más generosos del Sistema Central. Las vistas se extienden desde la lejana Sierra de Gredos, al Oeste, hasta la porción central de la Sierra de Guadarrama, con Peñalara, Montón de Trigo y La Peñota, como referencias más fácilmente identificables.

Distancia: 17Km en ruta lineal: Aparcamiento Puerto de Los Leones, Cueva Valiente (opción de subir a Cabeza Lijar a la vuelta) Aparcamiento Puerto de Los Leones.

Cota de salida: 1.511m - Cueva Valiente 1.903 m. Altitud acumulada: 620m: 510 m ida y 110 m vuelta.

Si se opta por hacer la vuelta por Cabeza Lijar hay que añadir 80 m más de desnivel

Tipo de recorrido: Pista y sendas.

Tiempo estimado del recorrido: 5 horas

Punto de encuentro: Aparcamiento Puerto de Los Leones queda a la izquierda al llegar al Alto, delante del Asador, es fácilmente visible.

Hora de encuentro: 08:30-08:45 para empezar el ascenso en cuanto estemos todos, preferiblemente a las 09:00 como máximo. Si alguien llega más tarde solo tiene que seguir el camino que sale por encima del aparcamiento.

Se ruega puntualidad (si fuera necesario podéis contactar conmigo, Brendan, en el 606308676)

Cómo llegar:

Al puerto de Guadarrama o Alto del León se llega por la carretera de la Coruña (A-6) hasta Guadarrama, donde hay que seguir por la antigua Nacional VI hacia el puerto.

Para información más detallada sobre la zona (no la ruta) podéis echar un vistazo a las siguientes direcciones:

<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=186294>

<http://rutasdeespana.blogspot.com.es/2008/09/alto-del-len-cabeza-ljar-cerro-de-la.html>

http://es.wikipedia.org/wiki/Cueva_Valiente

<http://www.elmundo.es/elmundo/2010/07/23/ocio/1279878662.html>

Salida Grupo de Montaña 'Hermano Pablo' a: Cueva Valiente. 9 de Junio de 2012

iAd Astra!

Comida: no está prevista; una cervecita y una tapa en el Asador al terminar.

- La supervisión de los menores será responsabilidad de sus padres o acompañantes en todo momento.
- Si alguien viene con perros, deberán estar supervisados y controlados por sus amos.

Previsión meteorológica, recomendaciones:

- Sol y nubes (previsión mín. 9° máx. 26°).
- Llevar calzado adecuado (de travesía) y ropa que proteja contra la lluvia -si es que llueve- de todos modos el chubasquero en la mochila nunca está de más.
- Llevar agua (no hay fuentes en el camino), fruta (naranjas, plátanos, manzanas, etc.) y frutos secos, chocolate y/o 'bocatas'.
- No olvidar protección solar y gorras, etc.

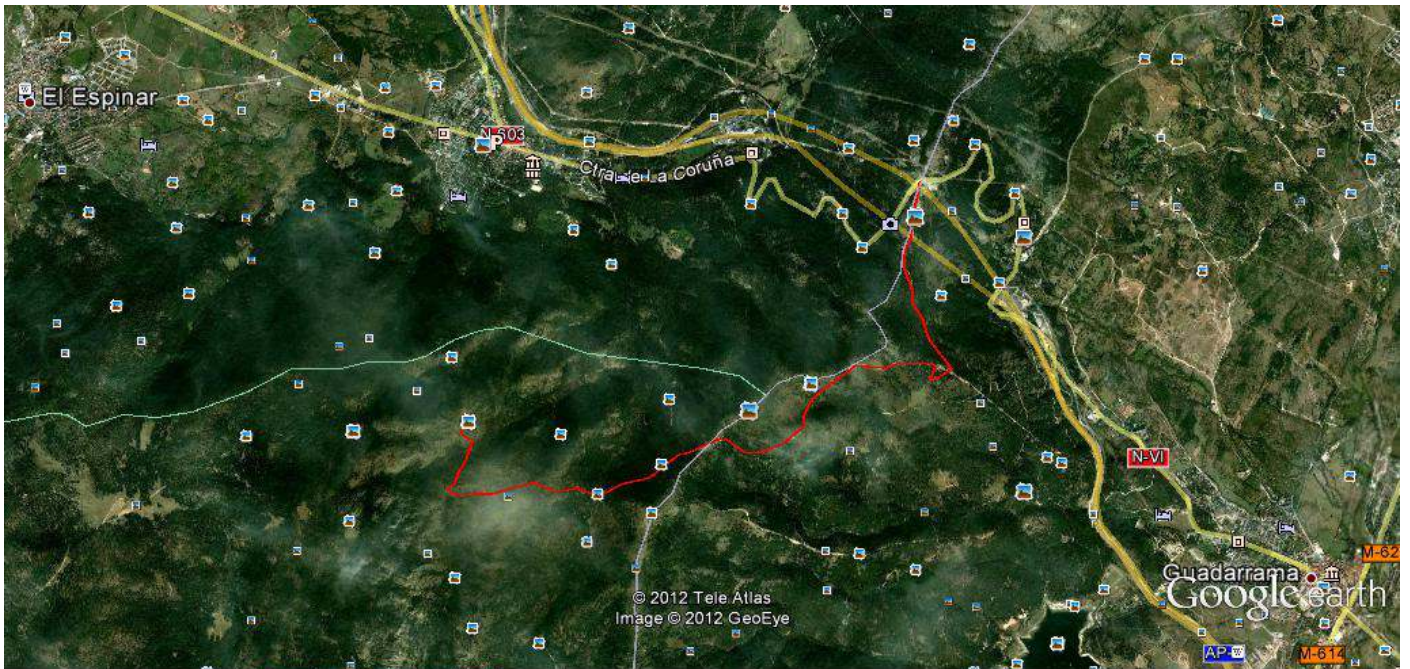


Gráfico: min, media, máx: Elevación: 1510, 1656, 1884 m
Total de intervalo: Distancia: 8.86 km Incremento/pérdida de elevación: 549 m, -177 m Pendiente máxima: 26.5%, -17.9% Pendiente media: 9.0%, -5.8%



Google earth

