



**ASCENSIONES OTOÑALES EN
SIERRA NEVADA**

**Picó de Jerez, Cerro del
Mirador y Chullo**

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	El 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.....	4
5	Más información.....	5
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye.....	5
5.3	Material y ropa necesaria para las ascensiones.....	5
5.4	Observaciones.....	6
5.5	Enlaces de interés.....	7
5.6	Puntos fuertes.....	8
6	Otros viaje similares.....	8
7	Contacto.....	8

1 Presentación

Os proponemos una escapada en **Andalucía**, en **Sierra Nevada**, entre las altas cumbres de la cordillera (**Mulacén, Alcazabar...**) y la provincia de **Almería**, donde las montañas poco a poco van perdiendo altura y el exotismo de la alta montaña junto con la cercanía del mar, generan un ecosistema digno de explorar.

Alojándonos en el **refugio Postero Alto**, cada día realizaremos interesantes ascensiones en la vertiente norte de **Sierra Nevada**. Nuestros objetivos para este viaje son el **Picón de Jérez** (3.090 m), **Cerro del Mirador** (2.674 m) y el **Chullo** (2.608 m).

Viaja al **sur** en busca del **sol**, de la luz del otoño y del invierno, siempre más cálida y acogedora en esta fecha que en otras regiones de nuestra geografía.

2 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.

3 Datos básicos

Destino: **Sierra Nevada**, España.

Actividad: Ascensiones.

Nivel físico: ** Tipo de terreno: **/**

Duración: tarde de viaje + 3 días de actividad.

Época: De septiembre a junio.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

Se requiere estar habituado a caminar por la montaña y poder realizar desniveles de 1000-1200 metros a ritmo tranquilo.

Técnicamente las ascensiones son fáciles y se alcanzan las cimas caminando. No es necesario conocimientos de escalada pero si estar habituados a caminar en caminos y zonas con piedras donde en ocasiones desaparece la trazada.

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	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 + 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

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada, dificultad, desniveles etc.) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Encuentro en la estación de Chamartín a las 18:00 pm. Traslado a **Jerez del Marquesado**. Presentación de la rutas, revisión del material, etc.

Alojamiento en el refugio **Postero Alto**.

Día 2. **Tajos de Chorreras Negras- Cerro del Mirador (2.674 m)**.

Distancia total 16 km. Desnivel + 1.250 m. Desnivel - 1.250 m. Tiempo 6-7 horas.

Alojamiento en el refugio **Postero Alto**.

Día 3. **Picón de Jérez (3.090 m)**.

Distancia total: 15 km. Desnivel + 1.300 m. Desnivel - 1.300 m. Tiempo 7 horas.

Alojamiento en el refugio **Postero Alto**.

Día 4. **Puerto de la Ragua-Chullo (2.608 m)**.

Desplazamiento al **Puerto de la Ragua** y plácido ascenso a esta cumbre ya situada en la provincia de **Almería**.

Distancia total 8 km. Desnivel +650 m. Desnivel – 650 m. Tiempo 3 horas.

Almuerzo en un pueblo de la zona. Fin de la actividad.

*No se finalizará más tarde de las 14 pm para iniciar el viaje de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Encuentro en la estación de Chamartín a las 18:00 pm. Traslado a **Jerez del Marquesado**. Presentación de la rutas, revisión del material, etc.

Alojamiento en el refugio **Postero Alto**.

Día 2. Tajos de Chorreras Negras- Cerro del Mirador (2.674 m).

Primer día de actividad donde recorreremos un sendero que nos permitirá alcanzar los **Tajos de Chorreras Negras**, tristemente famoso porque en 1960 se estrelló un avión del ejército americano pero con la suerte que no hubo fallecidos. Al ascenso entretenido discurre primero por un bosque para a medida que se gana altura pasar a un paisaje de bosque bajo, prados alcanzando especies de líquenes y musgos de alta montaña. Durante el camino nos encontraremos varias acequias que en ocasiones las atravesaremos y en otras serán nuestras compañeras de viaje. En algunos tramos nos abandonará el camino y nos exigirá transitar en campo a través.

Distancia total 16 km. Desnivel + 1.250 m. Desnivel - 1.250 m. Tiempo 6-7 horas.

Alojamiento en el refugio **Postero Alto**.

Día 3. Picón de Jérez (3.090 m).

Jornada de altura, en la que alcanzaremos una de las cimas más emblemáticas de esta región de **Sierra Nevada**, nos referimos al **Picón de Jérez**. Para ello realizaremos una excursión circular donde el camino de ascenso por el **barranco de Alhori** será distinto al de descenso. La vuelta la realizaremos por un camino algo más largo pero menos inclinado recorriendo el **Puntal de Juntillas**, **Piedra de los Ladrones** alcanzando el **Puerto de Trevélez**, lugar donde abandonaremos el cordal para regresar al Refugio.

Distancia total: 15 km. Desnivel + 1.300 m. Desnivel - 1.300 m. Tiempo 7 horas.

Alojamiento en el refugio **Postero Alto**.

Día 4. Puerto de la Ragua-Chullo (2.608 m).

Desplazamiento al **Puerto de la Ragua** y plácido ascenso a esta cumbre ya situada en la provincia de **Almería**.

Distancia total 8 km. Desnivel +650 m. Desnivel – 650 m. Tiempo 3 horas.

Almuerzo en un pueblo de la zona. Fin de la actividad.

*No se finalizará más tarde de las 14 pm para iniciar el viaje de regreso.

5 Más información

Precio. 360 euros no federados en montaña, 330 euros federados en montaña.

5.1 Incluye

- Transporte en furgoneta de pasajeros.
- Guía de montaña.
- 1 noche en refugio en régimen de alojamiento y desayuno (noche de llegada).
- 2 noches en refugio en régimen de media pensión (cena y desayuno).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Almuerzos. Será de picnic en la montaña (bocadillo, fruta, etc.)
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.

5.3 Material y ropa necesaria para las ascensiones

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

- Mochila (25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña.
- Crampones, piolet (en función de la época en que se realice el viaje, consultar)
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Guantes finos tipo forro polar.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback .
- Botiquín y neceser personal (si la actividad requiere dormir en refugio de montaña).
- Crema solar y protección labial
- Cámara de fotos.
- Bastón/bastones.

5.4 Observaciones

Nivel físico y técnico requerido

Se requiere estar habituado a caminar por la montaña y poder realizar desniveles de 1000-1200 metros a ritmo tranquilo.

Técnicamente las ascensiones son fáciles y se alcanzan las cimas caminando. No es necesario conocimientos de escalada pero si estar habituados a caminar en caminos y zonas con piedras donde en ocasiones desaparece la trazada.

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.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. 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.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas. También cubre la cancelación del viaje al igual que el seguro de Anulación Plus**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Este seguro cubre cancelación del viaje con devoluciones de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Seguro Ski/Aventura Plus

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior respecto a que es un seguro de viaje y de actividad deportiva pero no cubre la cancelación previa del viaje.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación** son seguros de viajes con mejores coberturas que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <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.

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

- <http://refugioposteroalto.es>
- <http://sierranevada.es>
- <http://www.magrama.gob.es/es/red-parques-nacionales/nuestros-parques/sierra-nevada/>

5.6 Puntos fuertes

- Ascenso a cuatro cumbres emblemáticas
- Paisajes de alta montaña.
- Posibilidad de adaptar los recorridos en caso de mal tiempo.

6 Otros viaje similares

- Ascensiones invernales en Sierra Nevada. Mulhacén y Cerro de los Machos
- Ascensión al Mulhacén. Sierra Nevada
- Canuto Norte del Veleta. Sierra Nevada
- Ascensiones invernales en Sierra Nevada. Picón de Jerez, Cerro del Mirador y Chullo

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).