



XCVII Ruta: Cebreros. Ascenso a La Merina por el Higuero, bajada por Puerto de Arrebatcapas.

MEDIDAS COVID-19

En la actualidad, por disposición legal del Gobierno de Castilla y León, entró en vigor el día 3 de septiembre medidas restrictivas en cuanto al número de participantes en actividades físicas al aire libre, solo en las provincias de Valladolid y Salamanca, por lo que para la práctica de esta actividad se aplicaran las normas generales de seguridad COVID-19 y muy especialmente: Uso de mascarillas en vehículos y durante la ruta siempre que no se pueda mantener la distancia de seguridad.

Fecha: 19/09/2020.

Salida:

Opción A: 07:30 de la explanada de Santa Teresa en Toledo, en la puerta de la Iglesia de San Ildefonso.

Opción B: 08:45 horas. En el apartadero a la salida de Cebreros, en la carretera AV-512 en dirección al Tiemblo.

<https://www.google.com/maps/dir/40.455102,-4.464657/El+Tiemblo/@40.4513631,-4.4699455,178m/data=!3m1!1e3!4m8!4m7!1m0!1m5!1m1!1s0xd4051960470c0b9:0x55888abcc72c6f7e!2m2!1d-4.4993148!2d40.4130828>

SE RUEGA PUNTUALIDAD DE LOS ASISTENTES.

Se recomienda pagar a los conductores de los vehículos en los que se viaje (**19€**), en compensación a los gastos de combustible.

Retorno aproximado: 17:00 horas al punto de salida (Opción A).

Distancia: 17 Kms. aprox.

Duración aproximada de la ruta: 5,5 horas.

Desnivel: 700 m positivos acumulados aprox.

Dificultad: La distancia, unos 17 Kms. y el desnivel acumulado, unos 700 mts. así como las pistas,



caminos y sendas por las que transcurre la ruta, hacen preciso clasificarla de **DIFÍCIL**. (Ver catalogación de niveles al final de la convocatoria)

Preparación: Necesario tener resistencia a caminar. Se comerá en la ruta, por lo que cada asistente deberá llevar su propia comida y bebida en la cantidad que considere oportuna. Se aconseja llevar suficiente cantidad de

bebida. Muy recomendable contar con gafas de sol adecuadas (nivel 3/nivel 4), así como protección solar para piel. La ropa la decidirá el asistente, dependiendo de la climatología y de su propia necesidad.

Qué vamos a ver:

La ruta planeada discurre por la zona sur del Sistema Central, en sus estribaciones, de cara al río Alberche y muy próxima a su valle, centrada en una zona delimitada por Cebreros, punto de partida, El Tiemblo al sur y El Barraco, ya bastante más al Oeste. Es una tierra en la que predominan los extensos pinares y nuestros pasos discurrirán en alturas situadas entre los 725 y los 1.316 metros de cota. El Área de Deportes y Medioambiente del Ayuntamiento de Cebreros, tiene habilitadas y balizadas, marcadas siete rutas de senderismo dentro de su término municipal, una de ellas, la del Higuierón PRC-2, balizada con postes de color rosado, aprovecharemos para subir a la Merina, aunque luego variemos la bajada.

Desde nuestro punto inicial, Cebreros, tendremos que hacer frente a una larga subida, que a lo largo de 7,5 kilómetros, salvando 600 metros de desnivel nos llevara al punto más alto de la ruta, La Merina. Para ello saldremos en dirección Suroeste, siguiendo el PRC-2 entre las carreteras AV-504 y AV-512, atravesaremos el arroyo de los Galayos por un puente de un tramo de carretera abandonada y atravesaremos la Cañada Real Leonesa y posteriormente la carretera AV-504.



Cruzada la carretera tomaremos un sendero que poco a poco va haciéndonos ganar altura, tomaremos un desvío a la derecha, pasaremos por un pequeño promontorio a modo de mirador desde el que se observa el pueblo del Tiemblo y la montaña de Cabeza de la Parra y a continuación, nos encontramos con una baliza informativa, que nos indica que ya hemos recorrido 5 km de la ruta, continuaremos la senda hasta unas casas donde se encuentra la fuente de Cerro Gorrón.

Desde el Cerro Gorrón comienza el último y más empinado tramo de subida que nos debe llevar hasta La Merina, pasando previamente por la fuente de la Mata, con igual nombre del arroyo por el que iremos. Desde la cima de La Merina con sus 1318 metros de altura, disfrutaremos de unas estupendas vistas de Cebreros y del Valle del Alberche y ya desde la cima, todo será una continua bajada hasta Cebreros y los coches.

Ya en la bajada, después de atravesar una puerta y la Dehesa Albacoa tomaremos otra de las rutas del ayuntamiento de Cebreros, la senda marcada como PRC-3 Camino Real del Norte de color azul. Un poco más adelante la abandonaremos a la altura de la fuente de la Zarza. Esta sigue rodeando la Dehesa de Albacoa, nosotros la cruzaremos por el centro y pasaremos junto a la Casa de la Dehesa o del Vaquero, junto al 10 km de ruta.

Después de pasar un par de puertas, la Cañada Real Leonesa Oriental, pasar por la fuente de la Lastrilla y un pinar, llegaremos al Puerto de Arrebatacapas, donde hay una fuente con igual nombre y cruzar la carretera AV-503, seguiremos un sendero que nos llevara directamente hacia Cebreros

IMPORTANTE

La asistencia de NO socios estará limitada al 20% sobre el número de socios (con un mínimo de dos) y se aceptarán las solicitudes por estricto orden de llegada, quedando el resto en lista de espera. Como en el caso de los socios, si son aceptados para la actividad, es obligatorio que lleven seguro de montaña o estar federados.

Toda persona que no esté asegurada/federada el día de la ruta no podrá realizar dicha actividad.

La organización se reserva el derecho de modificar la fecha de dicha actividad o limitar el número de participantes por razones de seguridad.

Concurso fotográfico: Podrás enviar tus dos mejores fotos (máximo 5 megas cada foto) al correo concursofotoscsm@gmail.com, en un plazo de siete (7) días como máximo y especificando: Nombre, apellidos y actividad (ruta) en la que se realizaron las fotografías.

TRAMITACIÓN DEL SEGURO

Toda aquella persona que necesite seguro, será requisito indispensable para inscribirse a la ruta/actividad poner un correo electrónico al club con el nombre y apellidos, acompañado del número de su D.N.I., fecha de nacimiento, teléfono, email y dirección actual completa (En el caso de ser socio con el nombre y apellidos es suficiente).

La cuota para dicho seguro es de 8€. Al realizar la transferencia o ingreso, se deberá poner en el concepto el nombre y apellidos de la persona asegurada. Dicho ingreso se puede realizar de forma gratuita en cualquier oficina del banco Santander. Es preciso enviar el justificante de pago si corresponde, a la dirección de correo: csmontesdetoledo@gmail.com. En el caso de las personas que necesiten seguro para realizar una ruta/actividad programada y causen baja, el importe de dicho seguro no será reembolsado.

Inscripción:

Accediendo al siguiente enlace web <https://www.doodle.com/poll/qvxa3nykpqe4wv66> Y marcando el recorrido a realizar, si se dispone de vehículo propio y si, en caso de disponer de plazas libres hay que marcar la opción, y a continuación, se introduce un comentario con el número de plazas libres de las que se dispone en el vehículo. Además, hay que señalar el lugar de salida, si se es socio del club y si se está federado. Ya se ha introducido un ejemplo. El plazo de inscripción y de abono de seguro finaliza a las **22:00 horas del día 17/09/2020** para los NO FEDERADOS y las **12:00 horas del día 18/09/2020** para los FEDERADOS.

En caso de duda, llamar al teléfono: 626-07-33-72 (Antonio).

TITULAR	CÓDIGO CUENTA OPENBANK				
Club Senderismo Montes de Toledo CIF : G-45834397	CODIGO IBAN	ENTIDAD	OFICINA	D.C.	Nº CUENTA
	ES78	0073	0100	50	0503921817

RESUMEN

- Salida a las 07:30 horas desde Toledo y a las 08:45 horas desde la salida de Cebreros.
- Distancia 17 Kms. y 700 mts acumulados de subida.
- Ruta catalogada de DIFICIL.
- Fecha límite de inscripción en Doodle **22:00 horas del día 17/09/2020** para los NO FEDERADOS y las **12:00 horas del día 18/09/2020** para los FEDERADOS

CATALOGACIÓN NIVELES DE DIFICULTAD RUTAS

MUY FÁCIL: Ruta por asfalto, pista forestal, camino vecinal accesible en coche o, eventualmente, vereda de fácil acceso. Distancia inferior a 5 km aprox. y desnivel acumulado no superior a 300 metros aprox. Se desarrolla con buena climatología. No es necesario ningún material particular excepto calzado cómodo y, dependiendo de la persona, protección solar (gafas, gorra y crema solar). No es necesario llevar comida ni bebida, aunque esto depende de cada persona. No es necesario estar federado.

FÁCIL: Ruta por pista forestal o vereda no superior a 10km aprox. Puntualmente puede discurrir por campo a través. Desniveles positivos no superiores a 400 metros aprox. Climatología variada descartando lluvia torrencial y nieve. Obligado llevar agua y algo de comida. Recomendable el uso de botas específicas de montaña y vestimenta técnica. Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

MODERADO: Ruta con más de 10km y/o más de 400 metros de desnivel positivo acumulado que discurre por cualquier terreno. Pensada para gente habituada a moverse por el campo. Climatología variada descartando nieve y lluvia torrencial. Obligación de llevar agua y comida para un día. Obligatorio uso de calzado específico de montaña y vestimenta técnica acorde a la climatología. Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

DIFÍCIL: Ruta con más de 15km y/o más de 600 metros de desnivel positivo acumulado que discurre por cualquier terreno, pudiendo llegar el caso de tener que efectuar pequeñas trepadas (sin necesidad de asegurarse). Pensada para gente habituada a moverse por montaña. Puede durar más de un día. Climatología variada, incluso nieve, lluvia, altos vientos y frío extremo. Imprescindible calzado y ropa técnicos, adecuados a la climatología. Necesario llevar agua y comida para los días en los que se desarrolle. Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

MUY DIFÍCIL: Aplica las mismas normas que para la ruta DIFÍCIL pero requiere el uso de material específico de alpinismo (crampones y piolet) así como el conocimiento de sus técnicas de uso (progresión por glaciar, autodetención, ...) Eventualmente puede ser necesario saber el manejo de material de aseguramiento (cuerda, arnés, mosquetones, ...) en función de la ruta o el estado de la misma. Necesario estar federado o seguro diario de la FEDME.

ACTIVIDAD ESPECIAL: Actividad o ruta que no está catalogada en ninguna de las anteriores y que puede requerir del uso de material específico de escalada o alpinismo. El acceso del usuario a este tipo de rutas dependerá, en todo caso, del criterio del organizador/es en función de la dificultad de la actividad, la climatología, de la habilidad del asistente y de su forma física. Siempre se desarrollarán bajo la supervisión del organizador/es. Puede ser obligatorio estar federado o contar con seguro diario de la FEDME, a criterio del organizador.