



Visitar nuestra página web: www.casadeguiasnavacerrada.es

Información Ascensión a Cabezas de Hierro por el Circo de Las Cerradillas "2ª Altura de Guadarrama"

c./ Cuartel, 5 - NAVACERRADA
Tel.: 628 28 60 60
email: casadeguiasnavacerrada@fmm.es

Ascensión a Cabezas de Hierro por el Circo de Las Cerradillas

28 de marzo de 2009

Organiza



Colabora

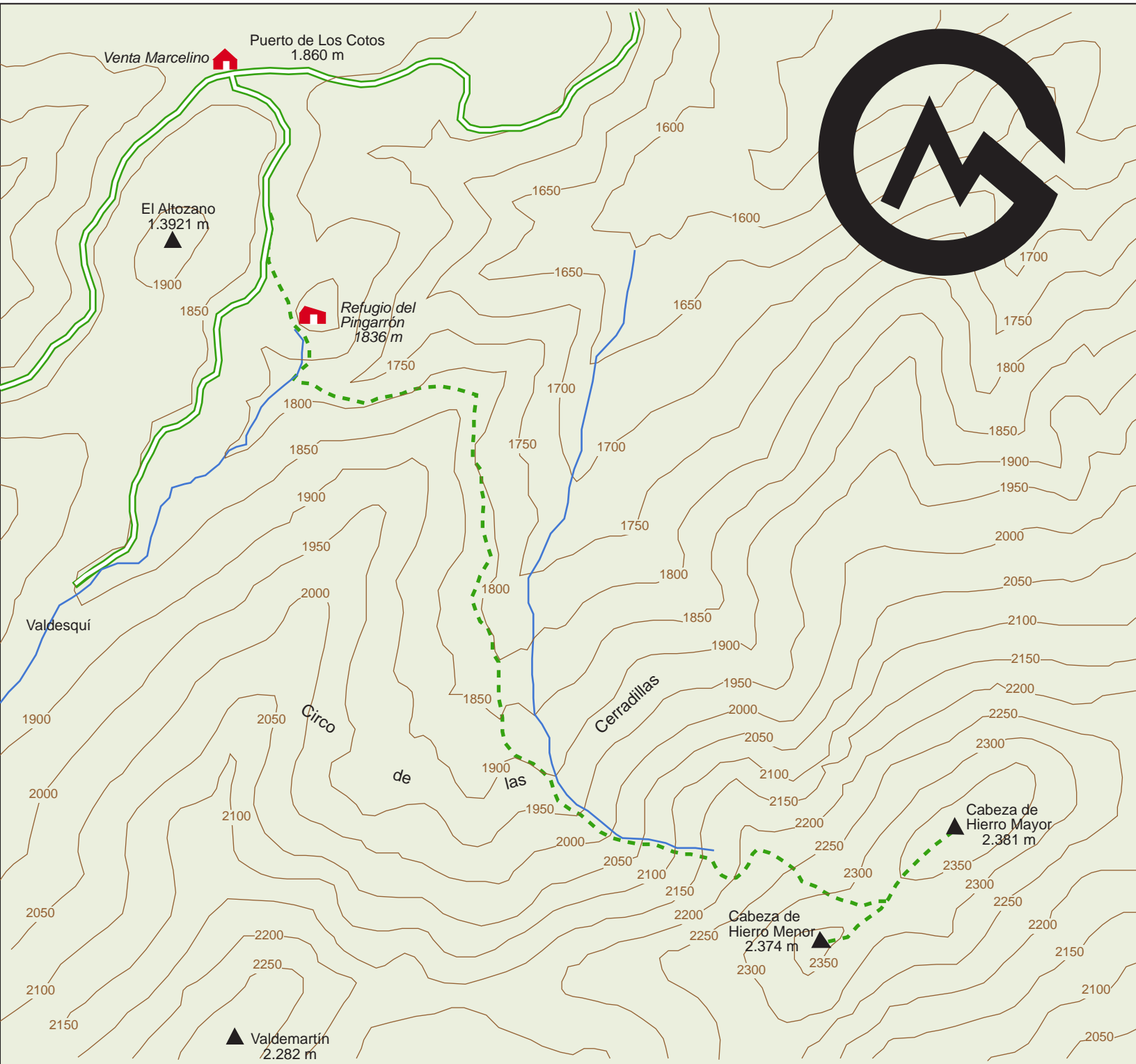


El número mínimo de participantes es de 20 personas.
El número máximo de participantes es de 50 personas (por riguroso orden de inscripción).
Cierre de inscripciones el domingo 22 de marzo.

**Inscripción: Transferencia a c.c./ 2038 2270 91 6000198418
indicando nombre, D.N.I y actividad (socios 25 € no socios 30 €)**

El Club Deportivo Elemental Casa de Guías de Navacerrada, en cumplimiento de su objeto social de fomentar y promocionar las actividades deportivas relacionadas con la montaña, os invita a participar en su Ascensión a Cabezas de Hierro por el Circo de Las Cerradillas.

La formalización de la inscripción implica expresamente la aceptación y acatamiento del reglamento de la marcha.



RECORRIDO - ITINERARIO

Situados en el Puerto de Los Cotos (1.860 metros) tomamos la carretera que lleva a las pistas de Valdesquí. A los diez minutos y al llegar a la explanada de los antiguos campamentos abandonamos la carretera.

A la izquierda dejamos el Refugio del Pingarrón, y después de unas cuantas vueltas del camino se baja hasta el Arroyo de las Guarramillas, que cruzamos por un puente de madera. Hay una fuente un poco más arriba del puente.

El sendero continúa por bosque en un marcado camino, remontamos la ladera y poco más allá hay un desvío, tomamos el camino más alto, poco a poco el sendero se pierde algo por el exceso de variantes, con cortas bajadas y subidas seguidas. Hay que procurar seguir los senderos más altos. Al poco, saldremos a un espectacular circo, Las Cerradillas, formado por las cumbres de Valdemartín y las Cabezas de Hierro, pues son dos, la Mayor (2.381 m.) y la Menor (2.374 m).

Desde aquí se sube por la amplia vaguada que tenemos enfrente (Noreste) procurando ir por el terreno mas seguro, generalmente por la parte central de la pedrera, donde las piedras son mayores y están mas asentadas, hasta alcanzar un rellano situado debajo de la Cabeza de Hierro Menor, donde hay una agradable fuente (posiblemente enterrada en la nieve).

En pocos minutos más llegamos al collado entre las dos Cabezas (2.334 m), pudiendo subir desde allí a cualquiera de ellas. Calcular unas tres horas en alcanzar la cumbre desde el puerto. El regreso se hace por el mismo itinerario.

Este recorrido está marcado como PR-M 27 y es coincidente en su primer tramo (hasta un poco antes de Las Cerradillas), con la Ruta Verde Nº1 del Parque Natural de Peñalara.

Control de salida: Bar Venta Marcelino (Puerto de los Cotos).

Bar Venta Marcelino	1.860 m
Refugio del Pingarrón.....	1.840 m
Collado Cabezas	2.334 m
Cabeza Mayor	2.381 m
Cabeza Menor	2.374 m
Bar Venta Marcelino	1.830 m

Control de llegada : Bar Venta Marcelino (Puerto de los Cotos).

La formalización de la inscripción implica expresamente la aceptación y acatamiento del reglamento de la marcha.

La próxima salida, si las condiciones climatológicas lo permite

25/04/2009

Puerto de Navacerrada - Bola del Mundo - Nacimiento del Rio Manzanares - Pedriza



INFORMACIÓN AL PARTICIPANTE

ASCENSIÓN A CABEZAS DE HIERRO POR EL CIRCO DE LAS CERRADILLAS

Fecha: **28 marzo.**

Presentación y salida: **Bar Venta Marcelino (Puerto de los Cotos).**

Hora salida: **8.30 h.**

Recorrido total: **15 km (aprox.).**

Tiempo estimado: **5h 30' (aprox.).**

Desnivel máximo: **521 m.**

Carácter de la marcha: **Marcha invernal guiada de dificultad media-alta.**

Número mínimo de participantes: **20.**

ES NECESARIO

Botas de invierno apropiadas al recorrido, crampones, bastones, cantimplora y ropa y equipo de alta montaña.

Precio de la inscripción: **25 € para los SOCIOS y 30 € para los NO SOCIOS.**

NOTA IMPORTANTE: *El precio de la excursión **no incluye transporte**, por lo que los inscritos deberán ponerse de acuerdo para trasladarse en vehículos particulares hasta el punto de salida y retorno.*

CONDICIONES Y NORMAS

La excursión se plantea como un paquete único que no puede modificarse ni dividirse por parte de los participante, a excepción del descuento del seguro para aquellos que posean la tarjeta vigente de federado en montaña para el año 2009.

El paquete consta de:

- Servicio de Guías.
- Todos los participantes que no tengan la tarjeta vigente federativa estarán cubiertos con un seguro de accidentes y responsabilidad civil suscrito con la Federación Madrileña de Montaña para el evento.
- Comida en el Restaurante “El Rincón de Pelayín” (Pueblo de Navacerrada). Queso Cabrales batido, chorizo asturiano a la sidra, pimientos de Padrón, patatas al quesu/bravas - fabada asturiana - tartas asturianas surtidas - sidra, Rioja, café.



- El recorrido no estará balizado, siendo obligatorio seguir las indicaciones de los Guías acompañantes (Guías expertos de la Casa de Guías) a los que se deberá atender y acatar en todo momento sus indicaciones.
- Por motivos de seguridad todo participante que abandone la marcha estará obligado a comunicar su retirada a los Guías y volver al control de llegada bajo su responsabilidad y por sus medios O ACOMPAÑADO POR ALGÚN MIEMBRO DEL GRUPO ESCOBA.
- La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia por parte del participante, así como en las lesiones que se cause.
- No habrá controles de paso ni avituallamientos.
- Deberéis llevar buena provisión de agua y alimentos para el recorrido.
- Cualquier problema o reclamación que surja por parte de los participantes será solventado por la Organización de la Casa de Guías.

ITINERARIO ALTERNATIVO

“La organización se reserva el derecho de modificar o suspender la marcha por causas suficientes debidas a inclemencias meteorológicas adversas que supongan un claro y elevado riesgo a los participantes”

Si por causas de mal tiempo hubiera que modificar el itinerario, la variante sería:

Acortar el recorrido eliminando la ascensión por la pala hasta Cabezas de Hierro.

Este itinerario se decidirá en el momento de la suspensión del trazado original y de acuerdo a las condiciones meteorológicas existentes (densa niebla, fuerte viento, tormenta eléctrica, granizo, fuerte aguacero, etc).

La formalización de la inscripción implica expresamente la aceptación y acatamiento del presente reglamento.

✿ El Club Deportivo Elemental Casa de Guías de Navacerrada, en cumplimiento de su objeto social de fomentar y promocionar las actividades deportivas relacionadas con la montaña, os invita a participar en su **Ascensión a Cabezas de Hierro por el Circo de Las Cerradillas.**