



Con base en Piedrahita, Ávila
En Hostal GRAN DUQUE** En régimen MP

Ascensiones, Travesías, Trekking de Montaña, Excursiones Turísticas

SIERRA DE GREDOS:

1. Ascensión, desde La Plataforma al Pico ALMANZOR 2.529 m. (Pernocta en el Refugio Elola)
2. Ascensión, desde el Refugio Elola, a los Picos LA GALANA 2568 m y EL RISCO de CINCO LAGUNAS 2.418 m. Descenso por la Garganta del Pinar a Navalmoral de Tormes (Ávila)
3. Ascensión, Travesía. Desde La Plataforma por los Picos LOS CAMPANARIOS 2.146 m. y LA MIRA 2.343 m. Descenso por La Apertura de Los Galayos a Guisando (Ávila)

SIERRA DE CANDELARIO:

1. Ascensión, desde el pueblo de Candelario a la Plataforma Picos EL TORREÓN y EL CALVITEIRO 2.395 m. Descenso y regreso al Candelario (Ávila)

EXCURSIONES TURÍSTICAS:

- Zamora, Salamanca, El Candelario, Hervás, La Alberca, Peña Francia, Granadilla, Arenas de San Pedro, Segovia, etc.

En su momento se hará el Programa del viaje con los días de las actividades y descripciones de las rutas de Montaña.

25 Personas Mínimo para realizar el viaje.

FECHA LÍMITE. Para la reserva del viaje (50 € 15 Junio)

FECHA LÍMITE. Para el pago total 15 de Julio

COSTE DEL VIAJE POR PERSONA.- En régimen de M.P. en habitación doble

Entre 25 y 26 Personas	450 €
“ 27 y 28 “	440 €
“ 29 y 30 “	430 €

Más de 30 se haría el cálculo siempre a la baja con lo que resultara.
Incluye viaje de ida y vuelta, y Excursiones en destino.



Días	MONTAÑA	ALTERNATIVAS
Domingo 25	VIAJE DE IDA. Por Zamora y Salamanca	
	Desde La Plataforma de Gredos 1.770 m.	
Lunes 26	SIERRA DE GREDOS Ascensión por la Laguna Grande de Gredos al Poco. ALMANZOR 2.592m. Descenso al Refugio Elola (Pernocta)	Marcha hasta la Laguna Grande de Gredos y refugio Elola Descenso y regreso a la Plataforma
Martes 27	Desde el Ref. Elola Ascensión a LA GALANA 2.598 m. y el RISCO DE CINCO LAGUNAS 2.418 m. Descenso por la Garganta del Pinar a Navalmoral del Tormes	Marcha, desde Navalmoral del Tormes por el camino de Navalperal del Puerto, Garganta del Pinar hasta el refugio de La Barranca. Descenso y regreso a Navalmoral del Tormes
Miércoles 28	Excursión Turística y Colectiva hasta la PEÑA FRANCIA por Miranda del Castañar, La Alberca, Regreso por Béjar, Guijo de Granadilla en el Pantano de Gabriel y Galán	
Jueves 29	Ascensión, desde La Plataforma, por El Pto Candeleda a los Picos. LOS CAMPANARIOS 2.146 m. MOLEDERAS 2.241 m. y LA MIRA 2.343 m. Descenso por La Apertura Los Galayos a Guisando	Excursión, por el Valle del Tormes Puerto del Pico, hasta Arenas de San Pedro y Guisando. MARCHA, hasta La Plataforma del NOGAL DEL BARRANCO.
Viernes 30	SIERRA DEL CANDELARIO Ascensión, desde el Candelario hasta La Plataforma Picos del EL TORREÓN 2.374m y EL CALVITEIRO 2.395 m. Descenso y regreso al Candelario	Excursión, hasta Granadilla en el Pantano de Gabriel y Galán, visita a los pueblos de la zona Hervás, Baños de Montemayor, El Candelario etc.
Sábado 31	Excursión Turística, por el BARCO de Ávila, Puerto de TORNAVACAS, Valle del JERTE hasta PLASENCIA y regreso. Espicha y Fiesta despedida.	
Domingo 1	VIAJE DE REGRESO POR AVILA Y SEGOVIA	



SIERRA DE GREDOS

SITUACIÓN GEOGRÁFICA Y OROGRÁFICA

La Sierra de Gredos, forma parte de la denominada Cordillera ó Macizo Central, que constituye la divisoria de las aguas del Duero N. y del Tajo S. Se halla enclavada en la parte Oeste de dicha Cordillera y en Puerto de Tornavacas. Es en este tramo donde la cordillera central presenta, además de su máxima cota el mayor desarrollo en dirección Norte Sur, con casi 40 Km. abarcados en sus relieves.

Éstos se extienden por tierras de las provincias de Ávila, Cáceres y Salamanca. La importancia de esta barrera, constituida por la Sierra de Gredos, queda puesta de manifiesto por el hecho de que en más de 50 km. que van del Puerto de Pico al de Tornavacas, ninguna carretera cruza la Sierra.

Ciñéndonos a lo que es la Sierra de Gredos, es un cordal montañoso de Este-Oeste, que separa las cuencas de los ríos Tormes N. y Tiétar S. La cumbre más elevada es el Pico Almanzor, que alcanza los 2.592 m. y es una de las cimas que forma el llamado circo de Gredos. Éste con el de Cinco Lagunas, constituyen dos de los parajes más atractivos y agrestes de Gredos; además del Almanzor, destacan entre las más altas La Galana 2.568 m. segunda cima, el Ameal de Pablo 2.505 m. y otras que pasan de los 2.400 m., como el Risco de Cinco Lagunas, los riscos del Gutre, Cabeza Nevada, Risco Moreno, El Morezón. Más al este se encuentra La Mira y los Riscos de Los Galayos, que forman una serie de agrestes agujas famosos para los escaladores.

**1º Día.- ACTIVIDAD DE MONTAÑA. ASCENSIÓN AL ALMANZOR 2.592 m.**

En horas tempranas se iniciará la subida desde La Plataforma de Gredos 1-770 m. hacia el O por una pista empedrada hasta el Prado de Las Pozas 1.900 m. que ha de ser atravesado dejando a la derecha el refugio de Reguero Llano, y tras atravesar el río por un puente, se iniciará la subida hasta el alto de Los Barrerones, donde ya se descubre todo el circo de Gredos. Con la laguna al fondo, el camino continuará por toda la cuerda 2.200 m. a unirse con el que baja del Puerto de La Candelada. Se descenderá hacia la Laguna Grande, que se rodea por la izquierda, para llegar al refugio Elola 2.000 m. en aproximadamente 2 a 3 horas.

En el refugio se dejará parte del peso para la ascensión al Almanzor, para regresar a pernotar.

La ascensión desde el refugio puede realizarse sin grandes dificultades, por la vía normal, Hoya Antaón, Portilla Bermeja, ascendiendo por la ladera hasta la Portilla del Crampón, desde donde se gana la cumbre por la vertiente contraria a la Laguna, después de de 2 a 3 horas de subida, desde el refugio.

El descenso se realizará aproximadamente por el mismo itinerario de subida, habiéndose así completado un perfecto día montañero a la cumbre dominante del circo de Gredos, a su vez la máxima cota de la Sierra Central.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA – TURÍSTICA MONTAÑERA

En esta jornada el personal de turismo y porqué no de trekking montañero, podrán subir hasta la Laguna Grande, y el refugio Elola, por el itinerario antes descrito, para regresar hasta la Plataforma, donde esperará el vehículo para regresar a la base.

Una actividad que se puede completar sin mayores esfuerzos, como queda dicho en 2 o 3 horas de subida y menos de bajada, o simplemente asomarse al alto de los Barrerones, donde ya se domina el Gran Circo de Gredos.



2º Día.- ACTIVIDAD DE MONTAÑA. ASCENSIÓN A LA GALANA 2.592 m.

En travesía, desde el refugio Elola, Circo de Cinco Lagunas, Garganta de Gredos y del Pinar a Navalperal del Tormes.

La Galana es la segunda cumbre más alta de Gredos y se encuentra localizada en los Circos más agrestes y espectaculares de la cadena: el de Gredos y el de Cinco Lagunas.

Desde el refugio 2.000 m. se ascenderá hacia la Portilla del Venteadero, dejando a la derecha el risco Moreno y el arenal de Pablo y la cabecera del Gargantón, para alcanzar la cumbre de La Galana. Es preciso hacer una pequeña trepada de poca dificultad. En aproximadamente tres horas se alcanza la cima de esta majestuosa montaña.

El descenso en travesía continuará por la vertiente meridional hasta el callejón de Los Lobos, brecha de paso a la vertiente Norte para descender al fondo del Circo de Cinco Lagunas, garganta de Gredos, refugio de La Barranca, puente de Roncesvalles, siguiendo por la Garganta del Pinar, hasta Navalperal del Tormes 1.300 m. donde esperará el autobús para el regreso al Hostal, después de aproximadamente unas 6 o 7 horas de marcha.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA – TURÍSTICA MONTAÑERA

Desde Navalperal del Tormes, se podrá hacer una bonita caminata por la Garganta del Pinar, en dirección al Macizo, por donde se regresa de la Montaña, hasta donde cada uno lo prefiera.

Sería interesante por lo menos alcanzar el refugio de ICONA de la Barranca 1-650 m. 350 de desnivel que bien se puede salvar en 2 horas.

El descenso siempre aproximado por el mismo itinerario de subida hasta Navalperal del Tormes. Para regresar todo el personal al campamento base.

3º Día.- ESTA JORNADA SE HARÁ UNA EXCURSION EMINENTEMENTE TURÍSTICA PARA TODO EL PERSONAL

Un poco para el descanso de los avatares del personal montañero y un tanto relajante para el resto del personal.

Una excursión por la comarca de Béjar, pueblos típicos de Miranda del Castañar y de La Alberca, y sobre todo degustar los platos típicos de la zona, se aprovechará para comer en La Alberca, para luego desplazarse y subir hasta el Monasterio de La Peña Francia.

Un excelente mirador y no menos espectacular subida. Allí se parará un tiempo, para regresar por Béjar y acercarse hasta el embalse de Gabriel y Galán, donde se encuentra el embarcadero singular de Granadilla. De este lugar ya se hará directamente el regreso hasta el Hostal en Piedrahita.

**4º Día.- ACTIVIDAD DE MONTAÑA. ASCENSIÓN A LOS CAMPANARIOS 2.146 m. Y LA MIRA 2.245 m.**

En travesía. La Plataforma, Pto. de Candelada, Los Galayos al Barranco del Nogal y Guisando.

La Mira, como su nombre indica, es un espléndido mirador sobre ambas vertientes de la sierra y en particular sobre el grupo de Los Galayos. En la cumbre se encuentran los restos del antiguo telégrafo óptico y desde allí es visible una amplia zona de la región de la comarca del valle del Tiétar y Arenas de San Pedro.

La ascensión en travesía comenzará lo más pronto que se pueda, desde La Plataforma 1.770 m. en dirección al Pto. de Candelada 2.018 m. para seguir por toda la cuerda principal hacia el E. hasta alcanzar la primera cumbre de LOS CAMPANARIOS DE 2.152 m. RISCO PELUCA 2.208 m. MOLEDERAS 2.241 m. para llegar en aproximadamente 4 horas a LA MIRA 2.241 m.

El descenso se hará por la vertiente SE a coger la Barranca de La Apertura, al pie de la paredes de los Galayos, refugio Víctor, siguiendo el descenso por camino bien marcado por la margen izquierda del arroyo Pelayo, hasta el Nogal del Barranco, refugio de ICONA, hasta aquí si puede subir el bus, sino habrá que seguir hasta el Camping Los Galayos en Guisando, para bajar ya hasta Arenas de San Pedro, y regresa todo el personal a la base por el Puerto del Pico.

ACTIVIDAD TURÍSTICA MONTAÑERA

En esta jornada se hará una extraordinaria excursión turística y algo de marcha montañera.

Después de dejar los montañeros el autobús en la Plataforma, se emprenderá la marcha aguas arriba del Tormes, Parador Nacional de Gredos, San Martín del Pimpollar hasta la Venta de La Raquilla ya en el valle del río Alberche, para subir hasta el Pto. Del Pico, a pasar al valle del Tiétar, donde se puede visitar los pueblos de Mombeltrán, Arenas de San Pedro y porque no muy cerca el Monasterio de San Pedro de Alcántara.

Hay que seguir con el bus hasta Guisando y si queda tiempo caminar hasta el Barranco del Nogal muy cerca ya de la Apertura de Los Galayos, donde ya se juntará todo el personal para regresar a la base por el mismo itinerario de la ida.

**5º Día.- ACTIVIDAD MONTAÑERA. ASCENSIÓN AL TORREÓN 2.374 m. y EL CALVITEIRO 2.395 m**

Desde el Pueblo de El Candelario, o hasta donde pueda subir el autobús, se iniciará la ascensión a esta emblemática planicie que forman la meseta de la Sierra del Candelario.

Primero por pista excavadas en la ladera hasta alcanzar las enormes planicies de la cumbre , una subida que no tiene dificultades, a no ser el fuerte desnivel de subida , y que con los entrenamientos de los días anteriores el nivel físico ya estará al máximo nivel, que es lo que se necesita para estas cumbres.

Situados en la cimera de La Loma solo hay que identificar los jitos de piedras que conforman las cimas del TORREÓN con sus 2.374 m. y EL CANDELARIO de 2.395 m.

Después de contemplar la gran planicie que se domina de esta plataforma montañera se iniciará el descenso aproximadamente por el mismo itinerario de subida, hasta el pueblo del Candelario para dar tiempo a visitar este maravilloso pueblo.

ACTIVIDAD TURÍSTICA

Este día, después de dejar el personal picudo en El Candelario, se seguirá hasta el pueblo, dicen que de origen judío hasta el singular de Hervás, pueblos de Aldeanueva del Camino, Baños de Montemayor, y si no hubiera tiempo en la excursión anterior, se está cerca del Pantano de Gabriel y Galán y de Granadilla para poder visitarlo, la excursión finalizará en el pueblo del Candelario donde regresan los montañeros hasta la hora del regreso de todo el personal.

6º y último Día.- JORNADA COMPLETA DE DESCANSO, EXCURSIÓN POR LA MAÑANA VALLE DEL JERTE Y PLASENCIA

Se dedicará el día al relax completo, con una excursión placentera, sin madrugones y por la mañana, para regresar en horas tempranas por la tarde.

Será por el Puerto de Tornavacas, para bajar por todo el Valle del Jerte, que en estas fechas la flor del cerezo ya pasó en primavera. La maduración se supone que también. De todas formas, se hará alguna parada por los pueblos de la zona, hasta Plasencia, y como se indica para regresar pronto por la tarde, donde celebraremos con una pequeña espicha de sidra, la fiesta de despedida.

7º Día.- VIAJE DE REGRESO – POR ÁVILA Y SEGOVIA.