



Asociación Lorca - Santiago

TRAVESÍA PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

PRADOLLANO – VELETA – MULHACEN - 7 LAGUNAS – ALCAZABA

Lugar de Salida: *Huerto de la Rueda (16.00 en coches particulares).*

Día: *Viernes 28 de julio.*

Inicio de la Ruta: *19.30 horas. Hoya de la Mora*

Descripción de la Ruta:

Travesía por el *Parque Nacional de Sierra Nevada*, para hacer los 3 picos más importantes del Parque, *Veleta*(3394m), *Mulhacén*(3479m) y *Alcazaba*(3369m), dormir a los pies del *Veleta* a 3.200m y ver amanecer en el segundo punto más alto de la península, dormir y ver amanecer en *Siete Lagunas* a 2500m, uno de los sitios más bonitos de *Sierra Nevada*.

La ruta comienza desde la *Hoya de la Mora* sobre las 19:30h del viernes para subir al *refugio-vivac de la Carihuela* a 3200 metros de altitud (cena y pasar la noche).

A las 6.30 subida al *pico Veleta (opcional)* por la arista (1 km, 180 +) para ver amanecer, después volvemos a bajar al refugio para desayunar y emprender la marcha, por la pista o por el *paso de los guías*,(un pequeño paso técnico y expuesto con cadenas..), seguimos por la misma dirección al *Mulhacén* por el *collado del lobo*. Una vez pasado este collado se puede continuar por la pista (visitando *el refugio de Loma Pelá*) o bien coger la senda de la izquierda que sube al *collado de Loma Pelá* para acabar en la *laguna de La Caldera* y su refugio (este paso es un poco más técnico pero sin dificultad para quien tenga experiencia). Descanso y pequeño almuerzo en el *refugio de la Caldera* y coger fuerzas para afrontar la fuerte subida hasta la *cima del Mulhacén* por la pala este, donde descansaremos y nos recrearemos con las impresionantes vistas del punto más alto de la península, desde donde iniciaremos la bajada hasta *siete lagunas*, donde pasaremos la noche en vivac al aire libre. Por la mañana después de ver amanecer iniciaremos la subida al *pico Alcazaba (opcional)*. Al volver iniciaremos la vuelta a la hoya de la Mora, siguiendo el itinerario de ida.

Distancia: *44 Km / 35.5 km sin opciones.*

Desnivel Acumulado: *3023 m / 2320 m sin opciones.*

Duración: *16 horas sin descansos / 11.5 sin descansos y sin opciones.*

Lugar de Llegada: *hoya de la Mora.*

Dificultad: *Alta para un Montañer@.*

Inscripción: *Hasta el jueves anterior a la ruta en;*

www.lorca-santiago.lorca.es - lorcasantiago@hotmail.com - grupos de Whatsapp.

COSTE DEL VIAJE: *600 KM IDA Y VUELTA (habrá que abonar 50 € al conductor)*

Observaciones: *Llevar ropa y calzado adecuado, así como agua y comida. Es obligatorio el Seguro Federativo, por lo que el que no disponga de el, debe dar nombre, apellidos, dni, fecha de nacimiento y Email, para su tramitación. El coste del seguro del día es de 4€ para senderismo.*



Asociación Lorca - Santiago

ADVERTENCIA DE SEGURIDAD E INFORMACIÓN DE INTERÉS

Informamos que las actividades en la montaña implican riesgo y pueden tener consecuencias imprevisibles. Para participar debes encontrarte en perfecto estado de salud, tanto físico como psíquico, en buena forma física y reunir los conocimientos técnicos necesarios.

Si decides participar reconoces que has sido informado de los riesgos de la actividad, asimismo deberás aceptar las recomendaciones y sugerencias indicadas por el guía en todo momento, debes guardar un comportamiento preventivo para la evitación del riesgo, sin exponerse o exponer a otros compañeros a un riesgo innecesario.

Dicha participación en nuestras excursiones, implica la asunción de riesgo que conllevan los deportes de montaña.

El club se reserva el derecho de poder anular, cambiar o aplazar la excursión previamente o en el inicio de la misma por inclemencias meteorológicas u otros imprevistos.

Con tú participación en las actividades autorizas a los guías de la misma, a formar parte del reportaje fotográfico general que se realiza en cada actividad. Sin perjuicio de tú derecho de cancelación, que podrás ejercer posteriormente, para ello deberás mandar un email a lorcasantiago@hotmail.com

Somos una asociación deportiva, federada como club deportivo en la FMRM (Federación de Montañismo de la Región de Murcia) y en la FEDME (Federación española de deportes de montaña y escalada) y para realizar excursiones programadas por el club, recomendamos (no obligamos) a nuestros socios y simpatizantes estar en posesión de la licencia federativa, existen varios tipos de licencias: regional, nacional, internacional o incluso para un sólo día.

Todas las licencias federativas te incluyen: Seguro de accidente, responsabilidad civil y rescate en montaña.

Tened en cuenta que si no se está federado (en cualquiera de las modalidades anteriores citadas) y nos ocurriese algún incidente durante la excursión; existe la posibilidad, que en función del suceso y



comunidad donde se desarrolle la excursión, el gasto que ocasione dicha intervención de los operativos pertinentes, corran por cuenta del usuario.

Asociación Lorca - Santiago