

MI PRIMERA CUMBRE

CRAMPONES Y PIOLET



Fechas de salida: sábados y domingos de toda la temporada de invierno

Precio: 45 € /

Duración de la actividad: 5-6 h.

Descubre la cumbre más alta de la comunidad de Madrid, y aprende a usar los crampones y el piolet

LO MEJOR:

- Una ruta con gran valor ambiental, donde visitaremos el centro Neurálgico del P.N.
- Conoce un circo glaciar en la época invernal donde podemos observar restos del glaciario Cuaternario.
- Aprende a usar los crampones y piolets, ¡una introducción al alpinismo!

Esta excursión nos permitirá aprender a utilizar los crampones y piolets y de paso alcanzar la cumbre más alta de Madrid en invierno: el **Pico Peñalara**. Equipados con el material de invierno y después de unas nociones sencillas sobre estas herramientas podremos caminar con toda seguridad para alcanzar **Peñalara**, una ascensión fácil y apta para todas las personas con un **nivel físico medio**.

Peñalara es la montaña más alta de la Sierra de Guadarrama (sierra perteneciente al Sistema Central) y de las provincias de Madrid y Segovia (España), con una altitud de 2.428 metros sobre el nivel del mar. Es uno de los picos más emblemáticos e importantes de este sistema montañoso y su cima constituye el punto más alto del **Parque Natural de Peñalara**.

PROGRAMA DETALLADO

El punto de encuentro se sitúa en el Puerto de Cotos. Aquí repartiremos el material técnico (crampones y piolet) y después de unas breves nociones de seguridad, iniciaremos nuestra ruta.

Según las condiciones meteorológicas, utilizaremos para llegar a la Laguna de Peñalara el camino del desagüe, con vistas hacia el Valle del Lozoya y el pantano del mismo nombre o bien por el camino del refugio. Por el camino realizaremos diversas paradas para explicar la morfología de la montaña de Peñalara y admirar las huellas que ha dejado el Glaciar. Una primera parte de pinar nos permite conocer también la flora de un ecosistema de alta montaña y si tenemos suerte, también la fauna.

Asc	Des	Dis	Tipo Camino
450 m	450 m	12 km	Nieve

***En caso de que las condiciones no sean aptas para el uso de crampones y piolets, la actividad se realizará con raquetas de nieve**

INCLUYE

Material individual para la actividad (casco, piolet y crampones), Profesor-Guía de Alpinismo y seguro RC.

NO INCLUYE

Comida ni transporte

PRECIO Y RESERVAS

Precio: 45 €

Se considera reservada la plaza una vez ingresado el 100 % del importe de la actividad.

Cuenta bancaria para transferencias: **TRIADOSBANK IBAN ES78 1491 0001 202076960810** [¿Por qué utilizamos Banca Ética y Responsable?](#)

Condiciones de cancelación [Ver aquí](#)

***si reservas la actividad; 3 días antes te enviaremos un RECORDATORIO con todos los datos importantes a tener en cuenta (nombre del guía, teléfono de contacto, punto de encuentro, material recomendado, ...)**

GRUPO

El grupo está compuesto por un **mínimo de 4 participantes** y por un **máximo de 8**. En caso de no llegarse al grupo mínimo se anularía el viaje, habiendo posibilidad de pagar un suplemento por grupo pequeño, el cual está supeditado a que todos los participantes acepten el pago del mismo.

MATERIAL

- Ropa de montaña impermeable y Ropa de abrigo.
- Guantes impermeables y Gorro (y otro par de repuesto)
- Botas de senderismo impermeables
- Mochila lo suficientemente grande como para que quepa todo el material.
- Cantimplora o botella para el agua
- Comida (embutido y pan)
- Gorra de sol y gafas de sol.
- Crema para el sol y para los labios