



Raquetas de Nieve en Guadarrama

Te proponemos una manera diferente de conocer estas estupendas montañas como es la Sierra de Guadarrama con raquetas de nieve. La Sierra de Guadarrama forma parte sistema montañoso del Sistema Central. Con una longitud de unos 80Km, donde nos encontramos con el pico mas alto de esta sierra como es el pico Peñalara con 2428m de altitud.

Desde 2013, gran parte de la sierra forma parte del Parque Nacional de Guadarrama.

La palabra *Guadarrama* proviene de la palabra árabe *Uad-ar-rámel*, que significa *río del arenal* y hace referencia al río Guadarrama. Desde hace poco el lobo ha vuelto a poblar estas montañas suponiendo un gran indicador de la salud de estas montañas.

Las raquetas de nieve que sirven para desplazarse con más comodidad y rapidez sobre terreno nevado o helado, pues aumenta la superficie de contacto con el terreno y hace no nos hundamos en la nieve. utilizándose sobre todo en la práctica del senderismo, montañismo o alpinismo en invierno. El uso de las raquetas nieve se estima en torno a los 4.000 a.c.



La Ruta

Día 1

Nos veremos por la tarde con el guía en el Refugio de Morcuera.

Día 2

Para el Primer día saldremos del refugio en dirección al pico de la Najarra con 2120m es un gran mirador de esta parte de la sierra de Guadarrama. Caminamos por bosque de pino silvestre, cruzamos arroyos de montaña cubiertos muchos de ellos por la nieve caída. Si las fuerzas acompañan llegaremos al pico de Bailanderos.

Día 3

Nos dirigimos temprano hacia el puerto de cotos a las 8:30. Subiremos a la Bola del Mundo o Alto de Guarramillas 2262m por la loma del Noruego. Las vistas desde aquí yo espectaculares, en días claros se podrá ver la Sierra de Gredos, pero lo que si que veremos será el pico de Peñalara, el pico mas alto de toda la Sierra de Guadarrama con sus 2428m.

Datos Técnicos Día 1

Desnivel		Longitud	Tipo Camino	Tiempo Aproximado
Ascenso	350 metros	10 Km	Nieve	6H Aproximadas
Descenso	350 metros			

Datos Técnicos Día 2

Desnivel		Longitud	Tipo Camino	Tiempo Aproximado
Ascenso	350 metros	6 Km	Nieve	5H Aproximadas
Descenso	350 metros			

Material

- Mochila cómoda de 30 litros aprox. Con un peso total de 5 kg aproximados
- Calzado de montaña cómodo (Botas impermeables)
- Chaqueta de abrigo
- Pantalón impermeable o Polainas
- Chaqueta Impermeable
- Buff, gorro y guantes impermeables.
- Protector solar, protector labial
- Gafas de sol
- Linterna frontal con pilas
- Bastones para caminar
- Cámara de fotos
- Ropa para el refugio, saco sabana para dormir
- Mini botiquín con medicación personal
- Comida para las rutas(pan y embutidos), agua o alguna bebida caliente

Requisitos

- Material adecuado de montañismo según la estación del año.
- Material adecuado y en perfecto estado de uso.
- Ropa adecuada a condiciones invernales
- Es necesaria una condición física buena y estar habituado a caminar por montaña jornadas de 6 horas.

Incluye

- Guía de Montaña AEGM/UIMLA
- Asesoramiento previo a la actividad
- Botiquín colectivo
- Material técnico necesario
- Seguros de RC y Asistencia
- Alquiler Raquetas de Nieve y bastones
- 2 noches de alojamiento en Refugio.

No Incluye

- Transporte hasta el lugar de la actividad
- Comida y bebida fuera de la MP
- Cualquier elemento no especificado en el apartado INCLUYE

Dificultad



Normas y Clausulas del Guía

Puesto que estamos en una Parque Nacional, debemos ser respetuosos con el medio donde nos encontramos:

- NO molestar a la fauna, ni causar daños a la flora
- NO dejar basura (restos de comida y envoltorios)
- NO dar voces, gritos o poner música muy alta.
- Guía tiene potestad para modificar o cancelar la actividad según las condiciones de la meteorológicas o fuerza mayor.
- Guía tiene potestad para modificar o cancelar la actividad según las condiciones del Grupo.
- El Grupo deberá ir detrás del guía, salvo en las condiciones que el recorrido lo permita el grupo podrá sobrepasarlo.
- El material aportado por la empresa debe cuidarse y el cliente se hace responsable de su uso, estado y mantenimiento.
- Por el mero hecho de inscribirse en una actividad de montaña, asume que, por las características propias inherentes a este tipo de actividades, y por ser realizadas en un entorno en ocasiones no del todo controlable, no pueden estar exentas de cierto riesgo potencial y objetivo.
- El cliente declara hallarse en las condiciones psicofísicas adecuadas para la práctica de las actividades en las que se inscribe, así como no estar bajo los efectos de sustancias relajantes, excitantes o alucinógenas, en la fecha de la actividad.
- Con el objeto de asegurar el buen funcionamiento de la actividad, Aventuras con botas podrá adaptar la actividad en función del plan de previsión meteorológico de la AEMET (Agencia Estatal de Meteorología), o de otros servicios meteorológicos internacionales, nacionales o locales. **(para las actividades de fin de semana)**

Grupo Mínimo/Máximo

4-10 personas

Precio

130€ por persona

Fechas

Invierno

*En caso de **no llegarse al grupo mínimo** se cancelaría la actividad, habiendo posibilidad de pagar un suplemento por grupo pequeño de 40 € para grupo de 3 personas y 70 € para grupo de 2 personas.

