



Integral y Faldeo de Los Alayos de Dílar

Recorrido integral a través de las cimas principales de Los Alayos de Dílar (Picacho Alto, de 1.773 msnm., Corazón de la Sandía, de 1.877 msnm., y, opcionalmente, Los Castillejos, de 1.979 msnm.).

El regreso se realiza "faldeando" Los Alayos



Dificultad
alta



Media
montaña



Montañismo
bajo
condiciones
estivales



1 día



Circular



Otoño y
primavera



Adultos



Dificultad técnica

Excursión exigente, con desnivel y distancia importantes y pasos delicados



Tiempo con paradas

9:30 h



Distancia

19,90 km



Desnivel positivo acumulado

1.490 m



Altitud mínima

932 msnm



Altitud máxima

1.887 msnm
(1.979 msnm si se asciende a Los Castillejos)



Punto de salida

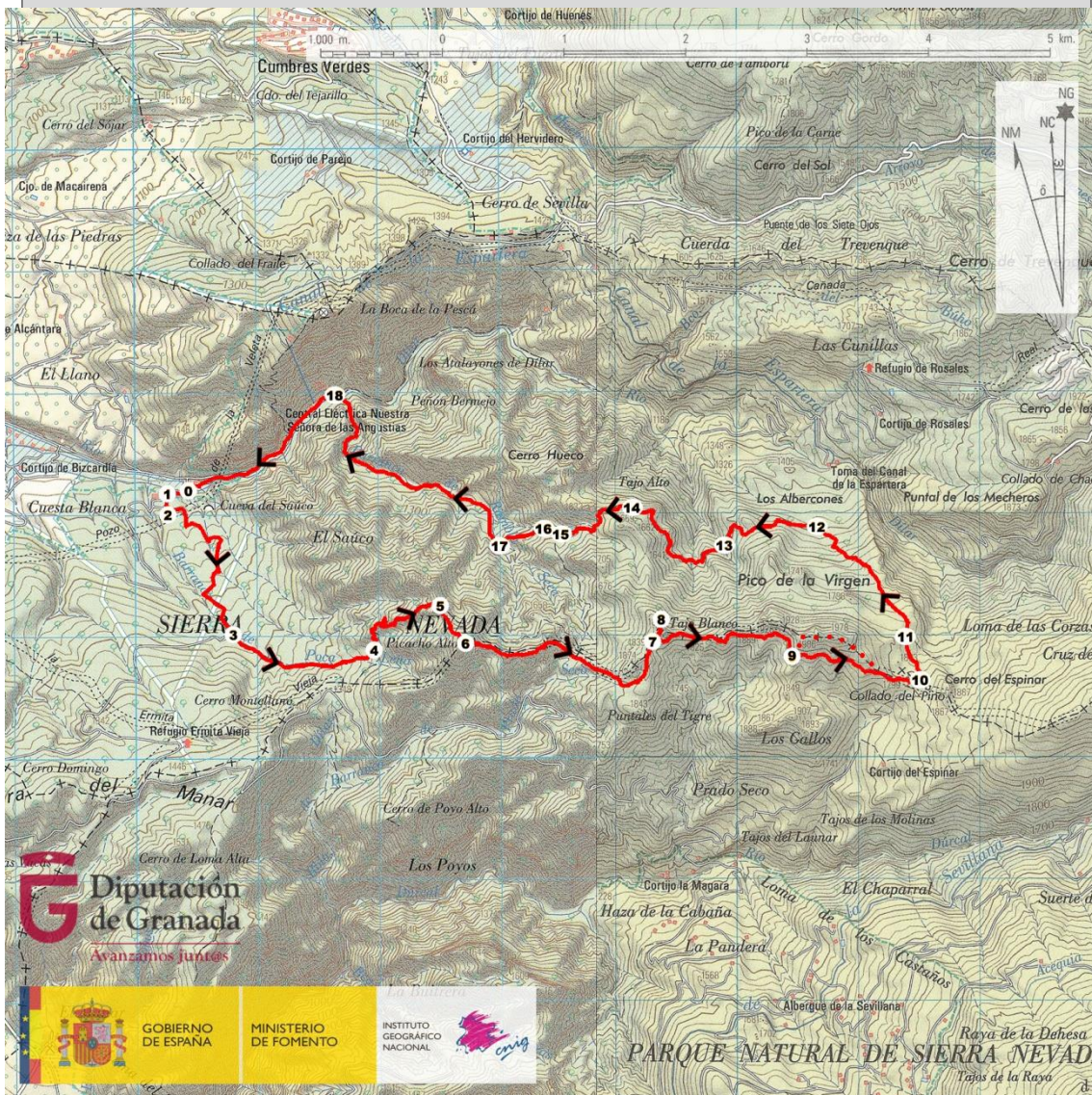
Aparcamiento junto al merendero del Río Dílar, Dílar



Punto de llegada

Aparcamiento junto al merendero del Río Dílar,

		Dílar
	Puntos de agua	No
	Población/es más cercana/s	Dílar
	Municipio/s	Dílar y Dúrcal
	Comarca/s	Vega de Granada y Valle de Lecrín
	Espacio/s natural/es	Parque Natural y Parque Nacional de Sierra Nevada



Mapas Topográficos Nacionales de España.

Güejar Sierra (MTN50 1027) y Granada Sur (MTN50 1026). E=1:50.000.



Perfil de la ruta



PUNTOS DE PASO (WAYPOINTS)

Punto	Nombre	Tiempo (*)	Altitud	Y (Latitud) (**)	X (Longitud) (**)
0	Parking junto al merendero del Río Dílar	0:00 h.	932 m.	N37° 03' 52.6"	W3° 33' 27.1"
1	Cruce 1 (Aula de la Naturaleza Ermita Vieja)	0:05 h.	944 m.	N37° 03' 50.2"	W3° 33' 32.4"
2	Cruce 2 (Carril)	0:15 h.	981 m.	N37° 03' 45.9"	W3° 33' 33.8"
3	Cruce 3 (Barranco de Poca Leña)	0:40 h.	1.139 m.	N37° 03' 12.9"	W3° 33' 11.8"
4	Cruce 4 (Sendero)	01:10 h.	1.381 m.	N37° 03' 08.9"	W3° 32' 24.2"
5	Cruce 5 (Mirador natural)	02:00 h.	1.645 m.	N37° 03' 20.2"	W3° 32' 03.0"
6	Picacho Alto	02:15 h.	1.773 m.	N37° 03' 10.9"	W3° 31' 54.2"
7	Cruce 6	03:15 h.	1.893 m.	N37° 03' 11.4"	W3° 30' 50.3"
8	Corazón de la Sandía	03:30 h.	1.877 m.	N37° 03' 15.6"	W3° 30' 49.2"
7	Cruce 6	04:00 h.	1.893 m.	N37° 03' 11.4"	W3° 30' 50.3"
9	Cruce 7 (Subida a Los Castillejos)	04:25 h.	1.888 m.	N37° 03' 08.2"	W3° 30' 04.5"
10	Collado del Pino	05:10 h.	1.799 m.	N37° 03' 00.5"	W3° 29' 20.6"
11	Cruce 8	05:25 h.	1.762 m.	N37° 03' 13.8"	W3° 29' 25.8"
12	Cruce 9 (Faldeo de los Alayos)	06:00 h.	1.491 m.	N37° 03' 41.3"	W3° 29' 55.7"
13	Barranco de Juana Benítez	06:25 h.	1.438 m.	N37° 03' 36.0"	W3° 30' 26.8"
14	Arenales	07:20 h.	1.549 m.	N37° 03' 46.4"	W3° 31' 02.5"
15	Cruce 10 (Sendero hacia Picacho Alto)	07:40 h.	1.463 m.	N37° 03' 39.2"	W3° 31' 23.3"
16	Cruce 11 (Sendero hacia el Río Dílar)	07:50 h.	1.453 m.	N37° 03' 40.5"	W3° 31' 27.8"
17	Rambla Seca	08:10 h.	1.351 m.	N37° 03' 36.2"	W3° 31' 41.3"
18	Puente sobre el Río Dílar	09:00 h.	953 m.	N37° 04' 15.1"	W3° 32' 40.4"
0	Parking junto al merendero del Río Dílar	09:30 h.	932 m.	N37° 03' 52.6"	W3° 33' 27.1"

(*) Tiempos aproximados contando paradas.

(**) Coordenadas geográficas. Datum Europeo 1.950.



INTRODUCCIÓN

Itinerario circular de 19,90 km. de longitud que permite realizar la travesía de Los Alayos de Dílar ascendiendo a sus cimas más emblemáticas. La ruta comienza en el aparcamiento situado junto al merendero del Río Dílar, y sigue por el carril que lleva a Ermita Vieja hasta llegar al Barranco de Poca Leña. Remonta el cauce seco del barranco y, al encontrar el sendero, nos conduce hasta Picacho Alto, con 1.773 msnm. Tras hollar Picacho Alto se desciende del mismo, con algún destrepe primero, y por sendero bien definido después, en dirección al Corazón de la Sandía, con 1.877 msnm. A ésta cima se asciende trepando y se desciende destrepeando. Desde el Corazón de la Sandía la ruta continúa a media ladera, atravesando la "falda" oeste de Los Castillejos (existe la posibilidad de ascender a esta cima cresteando) hasta llegar al Collado del Pino. Desde el collado la ruta continúa descendiendo la Cuesta del Pino, y ya en las proximidades de la Toma del Canal de la Espartera (Río Dílar), se toma la senda conocida como el Faldeo de los Alayos, la cual llega hasta el Barranco de Rambla Seca. Una vez en Rambla Seca, se desciende a través de su cómodo cauce para llegar al Río Dílar, atravesando éste por un puente de madera. Después se continúa por la pista de la Central Hidroeléctrica del Río Dílar hasta llegar al aparcamiento situado junto al merendero (fin de ruta).

Los Alayos de Dílar, localizándose en la parte occidental de Sierra Nevada, constituyen un submacizo montañoso compuesto por rocas calizas y calizo-dolomíticas que contrastan con los micaesquistos y las cuarcitas predominantes en la sierra. Estas rocas se erosionan muy fácilmente, de modo que, debido a la exposición continuada al agua de lluvia, el paisaje se ha transformado componiéndose de elevadas agujas de piedra y profundos arenales. El término Alayo o Galayo es de origen árabe y significa "pico de roca desnuda".



DETALLES

DURACIÓN:

La realización de la ruta requiere de 1 día completo.

DIFICULTAD:

Alta. Se trata de una excursión exigente, con 1.490 m. de desnivel positivo y una distancia de 19,90 km. En el recorrido propuesto existen tramos donde es necesario usar las manos para guardar el equilibrio (trepadas y destrepadas de grado 1º). El "faldeo" de vuelta cuenta con un paso lateral a través de un arenal que requiere de experiencia en este tipo de terrenos (inclinados y con poca consistencia). Únicamente aquellos que carezcan de vértigo, y además cuenten con experiencia en crestas, deberían optar por ascender a Los Castillejos, donde existe algún paso expuesto que no necesariamente debería asegurarse si se cuenta con la confianza suficiente.

M.I.D.E. (Método de Información de Excursiones):

	3	severidad del medio natural
	3	orientacion en el itinerario
	4	dificultad en el desplazamiento
	4	cantidad de esfuerzo necesario

Valoración de los aspectos del 1 al 5.

AGUA:

En el itinerario no existen puntos para abastecerse de agua. En caso de necesidad se puede descender hasta el Río Díar desde el punto 12, "Cruce 9 (Faldeo de los Alayos)", para después deshacer lo andado y reincorporarse a la ruta. Dicha maniobra requeriría de unos 40 minutos adicionales a añadir a la ruta.

MATERIAL NECESARIO:

Botas de montaña, pantalón largo, ropa de abrigo según época (guantes, forro polar o similar...), chaqueta o poncho impermeable, gorra o similar, tubular para el cuello o similar, gafas de sol, crema solar de protección alta, bastones, camiseta, ropa interior y calcetines de repuesto, mochila con agua (2 l.) y comida para el día, linterna frontal, navaja, mechero, mapa y brújula y/o gps (con carga de repuesto), móvil y botiquín. Existiendo nieve en las alturas puede resultar preciso llevar crampones y piolet, y saber usarlos.

MEJOR/ES ÉPOCA/S:

Las mejores épocas para realizar ésta ruta son el otoño y la primavera. En verano nos podemos enfrentar a temperaturas elevadas.

CARTOGRAFÍA:

Parque Nacional de Sierra Nevada. La Alpujarra. Marquesado del Zenete. Escala 1:40.000. Editorial Penibética.

PAISAJE, FLORA Y FAUNA:

Respecto a la vegetación, existen pinos negrales, salgareños y silvestres. También encinas y su matorral bajo asociado, como lavándulas, tomillos y bolinas, además de un bosque de ribera. En cotas elevadas, abundan los majuelos, agracejos y otros arbustos espinosos, así como pastizales de alta montaña, y matorrales almohadillados, como piornos azules y amarillos. En cuanto a la fauna, es frecuente el avistamiento de cabras monteses. También es posible cruzarnos con jabalíes en las zonas boscosas. Con suerte podemos contemplar perdices, córvidos, águilas reales y buitres leonados, así como acentores alpinos.

PICOS/PUERTOS:

Ascensión al Picacho Alto (1.773 msnm.), al Corazón de la Sandía (1.877 msnm.), y, opcionalmente, a Los Castillejos (1.979 msnm.). Paso por el Collado del Pino (1.799 msnm.).

ACTIVIDADES ALTERNATIVAS PRÓXIMAS:



Ascensión al Trevenque.

OBSERVACIONES:

Las ascensiones a las cumbres descritas, y, en consecuencia, de todos los trepes, destrepes y pasos delicados que dichas ascensiones nos obligan a realizar, son completamente evitables. Para evitar la ascensión al Picacho Alto, debemos coger el sendero que, desde el mirador natural (punto 5), parte hacia la izquierda, a media ladera. Llegado el punto en que dicho sendero comienza a descender, nosotros cogeremos la traza que, hacia la derecha, remonta hasta depositarnos de nuevo en la cuerda cimera. Para evitar subir al Corazón de la Sandía basta con no desviarse hacia la izquierda en el punto 7 y seguir hacia la derecha. Finalmente, dado que la ascensión a Los Castillejos se plantea como opcional en esta ruta, basta con seguir las indicaciones del recorrido aquí expuesto si no se desea visitar su cima.

NORMAS A RESPETAR:

Resumidas en una [breve guía de normativa medioambiental aplicada a los deportes de montaña en espacios naturales protegidos de Andalucía \(páginas 54 y 55\)](#) y en los folletos [Normativa general en el Espacio Natural Sierra Nevada](#), [Comportamiento responsable en el Parque Nacional y Parque Natural de Sierra Nevada](#), y [Comportamiento responsable, Excrementos y residuos de higiene personal](#). De forma más extendida en el [Decreto 238/2011, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y gestión de Sierra Nevada \(puntos 5.4.5. –pág. 163- y 5.2. –pág. 262-\)](#).

METEOROLOGÍA:

[El tiempo en Sierra Nevada \(Aemet\)](#)

[El tiempo en el Trevenque \(Meteoexploration\)](#)

CONDICIONES DE LA RUTA:

Antes de realizar la ruta, se recomienda consultar las condiciones en las que ésta se encuentra (fundamentalmente, bajo condiciones invernales) a través de los siguientes enlaces:

[-Campaña "Sierra Nevada para vivirla segura"](#)

[-Foro Montañero Sierra Nevada, Nevasport](#)

[-¿Cómo está SIERRA NEVADA?, grupo público de Facebook](#)



CÓMO LLEGAR EN COCHE

Partimos desde **Granada** cogiendo la **A-44** dirección Motril y, a continuación, tomamos la **salida 139** (Otura/La Malahá) y, al llegar a la rotonda, cogemos la 3ª salida dirección Otura. Seguimos la carretera GR-3301 atravesando **Otura**, primero a través de la Avenida Suspiro del Moro y después a través de la Avenida Vizconde de Rías dirección Dílar. Atravesamos **Dílar** siguiendo las indicaciones que nos llevan hasta el **Río Dílar**. Justo tras atravesar el río por un puente, cogemos el camino que discurre por el margen derecho del río (orográficamente hablando). Unos metros antes de llegar al merendero que se sitúa junto al Río Dílar, volvemos a cruzar el río por un puente y llegamos al [aparcamiento](#).



CÓMO LLEGAR EN TRANSPORTE PÚBLICO

Los autobuses en dirección a Dílar (línea 0171) parten desde la [parada de autobuses de Granada](#) situada en la Calle Tierno Galván, junto al Palacio de Congresos, a diferentes [horas](#). Una vez lleguemos en autobús a la [parada de autobuses de Dílar](#), sita en la Calle del Agua de dicha localidad. Una vez en Dílar se puede recurrir a los [servicios de taxi](#) cercanos para que uno de ellos nos lleve hasta el merendero situado junto al Río Dílar. Tendremos que acordar con el taxista que, una vez finalizada la ruta, nos recoja en dicho lugar y nos lleve hasta la parada de autobuses de Dílar. Los autobuses que parten desde Dílar dirección Granada salen a diferentes [horas](#).



RECORRIDO

Partiendo desde el aparcamiento situado junto al merendero del Río Dílar (**punto 0**), seguimos el carril que nos conduce hasta el Aula de la Naturaleza Ermita Vieja (**punto 1**). Tras unos minutos de marcha, llegamos hasta el vallado que delimita dicho complejo. En este punto debemos evitar traspasar el vallado, lo que hacemos es remontar el pequeño talud situado a la izquierda y subir por la ladera hasta salir de nuevo al carril (**punto 2**). Continuamos por el carril unos 25 minutos, cruzando barranqueras hasta en 3 ocasiones. En el momento en el que el carril atraviesa por 4ª vez una barranquera, nos encontraremos en el Barranco de Poca Leña (**punto 3**), el cual se presenta como un gran arenal que comenzamos a remontar. Llegados al punto en el que el Barranco de Poca Leña es atravesado por un sendero muy bien marcado (**punto 4**), giramos a la izquierda y seguimos dicho sendero hasta llegar a un mirador natural que se sitúa ya en la cuerda principal de Los Alayos (**punto 5**). Desde éste mirador podremos disfrutar de una vista formidable del Cerro Gordo, del Trevenque, así como de otras cimas emblemáticas de esta parte de la sierra. También visualizaremos por primera vez el imponente Corazón de la Sandía y, en la lejanía, el Veleta.



Vereda que asciende hasta el mirador natural (punto 5) desde el Barranco de Poca Leña



Panorámica de cumbres desde el mirador natural (punto 5)



El Corazón de la Sandía y el Veleta

En este mirador encontraremos una bifurcación de senderos. Aquí debemos evitar seguir el sendero que, a la izquierda, discurre a media ladera. En cambio, continuaremos subiendo en dirección a Picacho Alto. Mirando atrás durante la subida tendremos vistas sobre la vega y Granada capital.



La vega granadina



La vega granadina, con Parapanda al fondo, y Granada capital

Una vez alcanzada la primera de las cimas del día, Picacho Alto, con 1.773 msnm. (**punto 6**), tendremos que afrontar un tramo de sendero algo delicado que nos obligará a hacer uso de las manos. Tras realizar dicho destrepe, continuaremos a lo largo de la cuerda en dirección a nuestro siguiente objetivo, el Corazón de la Sandía.



Vistas de la sierra desde la cima de Picacho Alto (punto 6)



Descenso desde la cima de Picacho Alto, en dirección a los Puntales del Tigre



Vistas de la cuerda principal de Los Alayos en primer término, y de las altas cumbres de Sierra Nevada al fondo



Llegando al Corazón de la Sandía

Pasamos próximos a los Puntales del Tigre y, teniendo ya el Corazón de la Sandía a nuestro alcance, vemos como el sendero se desdobra (**punto 7**). Seguimos hacia la izquierda alcanzando pronto la base de la mole rocosa conocida como el Corazón de la Sandía, de 1.877 msnm. En este punto vemos cómo se abre un profundo barranco a nuestra derecha. Para ascender hasta la cima del Corazón de la Sandía afrontamos una bonita trepada. En nuestro ascenso nos topamos con un belén, siendo tradición de algunos montañeros granadinos el celebrar la Navidad subiendo a reponer sus piezas... y a beberse allí una vasito de anís. Tras abrumarnos con el abismo que se abre bajo la cima del Corazón de la Sandía (**punto 8**), destrepamos lo trepado y volvemos sobre nuestros pasos hasta el cruce de senderos (**punto 7**), girando aquí a la izquierda.



Trepando hasta la cima del Corazón de la Sandía



Vistas desde la cima del Corazón de la Sandía (punto 8)

Encontraremos ahora una media ladera que discurre a través de la vertiente oeste de Los Castillejos. En el punto en el que dicha media ladera quisiera acercarnos a Los Gallos (**punto 9**, por encima de un pequeño collado), tendríamos la posibilidad de ascender a la cima de Los Castillejos que, con 1.979 msnm. constituye la más alta de Los Alayos (dicha ascensión requiere de una destreza especial, pues obliga a crestear y a asomarse al vacío en alguna ocasión).



Los Gallos



Media ladera bajo Los Castillejos

Tras desechar subir a lo más alto de Los Castillejos, continuamos por el sendero hasta llegar al Collado del Pino (**punto 10**). Desde el Collado del Pino comenzamos a descender para, al poco, dejar a nuestra derecha un sendero (**punto 11**, comienzo del sendero que atraviesa el precioso robledal que es la Dehesa de Dílar y que lleva hasta el Collado Chaquetas). Tras 35 minutos de descenso a través del pinar (en ocasiones tortuoso debido a la presencia de pinos derribados por el viento) llegamos hasta el cruce de senderos que marca el comienzo del “Faldeo de los Alayos” (**punto 12**). Comenzamos aquí el sendero que, a media ladera, recorre la vertiente más abrupta de Los Alayos. Desde abajo podremos ver la cara salvaje de Los Castillejos, Los Tajos de la Virgen, y atravesamos barranqueras a modo de arenales como el de Juana Benítez (**punto 13**).



Comienzo del Faldeo de Los Alayos



La cara abrupta de Los Castillejos: Los Tajos de la Virgen



Barranco de Juana Benítez con Los Tajos de la Virgen al fondo



El Corazón de la Sandía

De entre los arenales que se atraviesan durante el Faldeo, existe uno algo más delicado que el resto, ya que se trata de un paso lateral sobre terreno inclinado y donde agarrará poco nuestro calzado (**punto 14**).



Paso por arenales durante el Faldeo (punto 14)

Una vez superada esta dificultad, pasamos por dos cruces (**puntos 15 y 16**) y llegamos a Rambla Seca (**punto 17**). Desde aquí sólo nos queda bajar a través de su cómodo cauce hasta llegar al Río Dílar, el cual atravesamos por un puente (**punto 18**). Pasamos junto a la Central Hidroeléctrica del Río Dílar y, tras 25 minutos de marcha, y un largo día de montaña, habremos regresado a nuestro punto de partida (**punto 0**).



LUGARES

DE INTERÉS TURÍSTICO:

[Ermita de la Virgen de las Nieves de Dílar](#)

[Iglesia parroquial de Santa María de la Concepción de Dílar](#)

[Palacio del Marqués de Dílar](#)

[Yacimientos arqueológicos en Dílar](#)

ALOJAMIENTOS:

[Aula de la Naturaleza Ermita Vieja](#)

[Casa Laheza](#)

[Hotel Rural Zerbinetta](#)

BARES Y RESTAURANTES:

[Venta La Casucha](#)

[Restaurante Cortijo Los Dilares](#)

OCIO Y EMPRESAS DE TURISMO ACTIVO:

[Almazara Quarryat Dillar](#)

[Centro Ecuestre los Alayos](#)

Aviso Legal

El usuario es conocedor de la importancia de leer atentamente estas advertencias. El uso de esta web implica la aceptación completa de los términos y condiciones presentes en este aviso legal.

Responsabilidad

La Diputación de Granada no puede asumir ninguna responsabilidad derivada del uso incorrecto, inapropiado o ilícito de la información mostrada en la página de Internet de www.exploregranada.es.

La Diputación de Granada rechaza cualquier responsabilidad que derive de la mala utilización de los contenidos de su página y se reserva el derecho de actualizarlos, eliminarlos, y de limitar o impedir el acceso cuando lo considere conveniente. Se recomienda que cada uno sea responsable y prudente en la montaña. En todo caso el usuario ha de adoptar las precauciones necesarias pues su uso comporta el ejercicio de una actividad de alto riesgo.

La Diputación de Granada no se responsabiliza de los posibles errores de seguridad que se pudieran ocasionar por utilizar ordenadores infectados con virus informáticos. Tampoco se responsabiliza de los errores ocasionados por la utilización de navegadores con versiones no actualizadas.

La Diputación de Granada no se hace responsable de la información que se muestra en páginas web alienas conectadas directamente o indirectamente por enlaces con la página de www.exploregranada.es.

La elaboración de estas reseñas ha requerido de la realización previa de la actividad concreta. Todos los tiempos descritos son efectivos y tienen carácter orientativo, habiéndose tenido en cuenta para su cálculo un grupo medio de participantes, una capacidad media de éstos y las paradas mínimas para avituallamiento y descanso.



La información contenida en esta Web lo es a efectos orientativos de práctica turística o deportiva.

En ningún caso comporta la organización por la Diputación Provincial de Granada de las actividades que aquí se describen.

Los bienes por los que discurren los itinerarios no son de titularidad de la Diputación de Granada. Ni tampoco corresponde a la misma su mantenimiento.

En todo caso el usuario ha de adoptar las precauciones necesarias pues su uso comporta el ejercicio de una actividad de alto riesgo.

El equipamiento, la señalización y cualquier otro tipo de instalación con que cuente la ruta también pueden sufrir variaciones imprevistas con el paso del tiempo, por diversas cuestiones como meteorológicas, de deterioro o vandalismo; Por lo tanto se recomienda encarecidamente ir acompañado de un guía si no conoce el terreno o la situación en la que se encuentran las señalizaciones o equipamientos.

Igualmente, os invitamos a documentaros con libros y guías especializadas para complementar la información descrita en esta web.

Planificar previamente la actividad. Se debe obtener información fiable y contrastada sobre la ruta y la actividad que se pretende realizar, en cuanto a la exigencia física, técnica, equipamiento necesario para hacerla, etc. En ésta "fase de diseño" de la actividad es donde se puede actuar sobre aquellos elementos que generan los riesgos que la actividad conlleva.

Informarse de la meteorología de la zona. No hay que olvidar que la meteorología en la montaña es muy variable. Hoy día existen numerosas posibilidades de obtener esta información. Esta información es valiosa para analizar, evaluar y valorar la tolerabilidad de estos riesgos (lluvia, nieve, tormentas, viento, etc) que pueden presentarse o acompañar a la actividad. Las rutas pueden variar mucho en función de la época del año y de las condiciones meteorológicas, por lo tanto se recomienda prestar atención a las recomendaciones que se hacen en este sentido y comprobar la climatología antes de cada salida.

Cada uno de los participantes de una actividad debe valorar si la climatología es o no adversa a sus propias condiciones físicas y técnicas para afrontar dicha actividad y es su responsabilidad realizarla o no.

Confirmar en la zona la información previa. Una vez llegados a la zona de la actividad confirmar la información adquirida previamente sobre las condiciones de los senderos, caminos, las condiciones de la nieve, climatología, nivel de agua de los ríos, situación del mar para las actividades específicas que se desarrollen allí, equipamientos que pudiera tener la instalación deportiva, en caso de necesitarlos y peligros surgidos últimamente en la ruta y/o actividad etc. Esta información se puede confirmar en los centros de información, guías de montaña, refugios, Guardia Civil, etc. La información contenida en esta web está basada en condiciones óptimas y equipamientos en buen estado para hacer la actividad, y no es responsabilidad de la Diputación de Granada las condiciones en las que se encuentre la equipación deportiva.

Adecuar la actividad a nuestras condiciones físicas. Ser modestos y saber renunciar. Hay que saber renunciar, aunque uno sea muy experimentado. La montaña siempre estará allí y nos esperará. Siempre hay que anteponer la seguridad colectiva a la individual. Nunca hay que ser confiado ni disminuir la atención por fácil que sea la actividad. La capacidad física es fundamental para la realización de cualquier actividad en montaña, por lo tanto no hay que sobrevalorar nuestras capacidades físicas y saber adaptar las rutas a nuestras condiciones. En caso de no disponer de la suficiente capacidad los usuarios deberían abstenerse de hacer las rutas.

Adecuar la actividad a nuestras condiciones técnicas. Para la realización de cualquier actividad deportiva en la montaña y más aquellas que implican cierto riesgo, es necesario tener conocimiento de las técnicas específicas y necesarias para llevarlas a cabo; Por lo tanto



recomendamos que se abstengan de realizar cualquier actividad, aquellas personas que no dispongan de los conocimientos necesarios para hacerlas, incluso aquellas que aparentemente parecen mas fáciles como el sendemismo. La simple lectura de las reseñas recogidas en esta web no capacita a persona alguna para la práctica de la actividad. Siempre se recomienda el acompañamiento de guías y personal especializado en montaña.

Así mismo, se requiere de una comprensión previa y profunda del medio en el que se desarrolla la actividad, así como de la época adecuada y de las condiciones óptimas para realizarla.

Equipo técnico personal. Es absolutamente imprescindible llevar el material técnico, ropa, calzado, documentación específica, equipos de protección solar, comida y agua, etc, necesarios para realizar las actividades deportivas. Si la actividad es de alto compromiso, se debería ampliar a botiquín y recursos de emergencia. El equipo debe estar perfectamente revisado y ajustado a la información y planificación previa.

Riesgos subjetivos y objetivos inherentes a toda actividad deportiva en la montaña. En toda actividad deportiva en la montaña existe una evidente exposición a sufrir caídas con consecuencias muy graves, que pueden ser, aunque no limitados a éstas: Traumatismos craneoencefálicos, en extremidades por caída al resbalar en roca, en los saltos sin visibilidad del fondo, mala recepción al agua en los saltos, aseguramiento deficiente en el descenso de rappel, cansancio extremo, exceso de confianza, falta de preparación o equipo para la actividad, uso inadecuado de material, hipotermia y deshidratación.

Este tipo de actividad deportiva entraña riesgos que cada participante debe conocer y asumir. No debemos nunca subestimar los riesgos ni sobreestimar nuestras capacidades.

Es posible que el equipamiento fijo con el que cuente la actividad (barranco, ferratas, escaladas, etc.) y del que depende la progresión y/o la protección frente a la caída en algunos tramos, no se encuentre en buen estado, al no contar con un mantenimiento periódico regulado. Es responsabilidad de cada usuario el consultar/comprobar si la instalación se encuentra correctamente y juzgar si puede o no fiarse de ella antes de utilizarla.

Así mismo hay actividades que se desarrollan en nieve, en lugares muy expuestos o en el interior de un curso de agua que, y dependiendo del momento (durante el deshielo inmediatamente posterior a una nevada, tras un periodo de lluvias o con tormenta), pudiera aumentar drásticamente su caudal convirtiéndose en muy técnico y peligroso. No debemos nunca subestimar los riesgos ni sobreestimar nuestras capacidades.

Este tipo de actividad deportiva entraña riesgos que cada participante debe conocer y asumir.

Así mismo al ser una actividad en la naturaleza, puede haber caídas de piedras, desprendimiento de tierras o árboles, etc.

Guías. En caso de ir acompañados de guías, se deben seguir las indicaciones de los guías, coordinadores o personas con mas experiencia, evitando las situaciones de riesgo personales o de grupo. Es necesario poner en conocimiento de los guías o compañeros de la actividad posibles lesiones o cualquier incidencia que pueda afectar al desarrollo de la actividad antes y durante la actividad deportiva en la naturaleza.

Los participantes en las actividades recogidas en esta web deben poseer los conocimientos suficientes y la capacidad física que le habilitan para hacer las actividades especificadas, y para afrontarlas deben tener la suficiente capacidad técnica y física para que puedan hacerlo de forma autónoma y segura. Así mismo asumen los riesgos inherentes a este tipo de actividades y tienen los conocimientos de uso, y el material necesario para realizar las actividades, debiendo estar homologado por la U.E. y en estado óptimo para su utilización.

No ir solo a la montaña para realizar la actividad. De hacerlo, limitarse exclusivamente a lugares con experiencia previa, conocidos y de acorde con la capacidad física y técnica. Salvo circunstancias excepcionales no dejar nunca solo a un integrante del grupo y mucho menos si



está herido o fatigado.

Informar sobre la actividad e itinerario previsto y respetar lo planificado. Comunicar a alguien (refugio, camping, hotel, amigos, familiares) el lugar y la actividad a realizar. Y muy importante, aunque a veces nos resulte engorroso, es imprescindible avisar del fin de la actividad a esa misma persona a la que informamos al comienzo de la misma. Esta recomendación es fundamental cuando se pretende realizar una actividad en solitario.

Graduaciones. Los participantes de las actividades deben estar capacitados para realizar las actividades en función de la graduación establecida para cada actividad, por lo que es su responsabilidad conocer dichas graduaciones y los riesgos que ello conlleva, por lo tanto asumen realizar la actividad y lo que en ella pudiera sucederle.

Aprender a orientarse. Llevar GPS, cartografía de la zona y brújula. No se puede confiar todo al GPS, en determinadas situaciones puede fallar. Con un correcto manejo de la brújula y de la cartografía se disminuyen los riesgos y se evitan accidentes.

Los tracks para GPS en general, y, en particular, los registrados en barrancos, corredores, aristas y otros lugares angostos, suelen contener imprecisiones.

La mayoría de los GPS reflejan la escala gráfica del mapa en pantalla. A medida que accionamos el zoom del aparato, varía la escala del mapa. Si nos "acercamos al suelo", la escala del mapa decrece, y, en consecuencia, vemos una cantidad menor de "suelo" que si nos "alejamos" del mismo, es decir, que si aumentamos la escala del mapa.

Al seguir un track descargado y almacenado previamente en nuestro GPS, debemos procurar que la escala del mapa sobre el que aparece plasmada la ruta no sea nunca demasiado pequeña. Procuraremos "alejarnos" del suelo y no nos obsesionaremos con seguir fielmente el track almacenado, pasándonos así desapercibidas las imprecisiones que este último contenga.

La precisión del GPS empleado para registrar la ruta fue una, y la del GPS que estamos empleando para realizarla es otra, por tanto, resultará imposible que los puntos de ambos tracks, el que nos sirve de guía y el que estamos registrando, coincidan al 100%. Es por ello que, aún existiendo una única forma de desplazarnos a través de un determinado lugar, notemos que el track que nos sirve de guía discurre varios metros a la derecha o a la izquierda de nuestra ubicación.

La actividad en montaña no finaliza hasta que regresamos a lugar seguro. Hacer cumbre es sólo la mitad. No bajemos la guardia hasta estar completamente a salvo. Aquí se incluye el retorno a casa en el coche. Son demasiados los practicantes en deportes de montaña accidentados en la carretera tras una dura actividad.

La cartografía digital empleada en la presente web ha sido la generada por el IGN (Instituto Geográfico Nacional), siendo utilizada de acuerdo a las condiciones de la licencia de uso y conforme a la Orden Ministerial FOM/2807/2015.

Ante cualquier accidente avisar al número de emergencias e incluso a los familiares o persona de contacto. Cada minuto es importante. Para cumplir esta recomendación es necesario llevar un teléfono móvil con las baterías cargadas o cualquier otro medio de comunicación para lanzar la alarma. El GPS es de gran utilidad para comunicar adecuadamente nuestra posición y facilitar la localización. En España los teléfonos de emergencia más útiles son 112 (Protección Civil), 062 (Guardia Civil).

La Diputación de Granada no se responsabiliza del uso correcto o incorrecto que pueda hacerse de esta reseña y las consecuencias que de ella puedan derivarse. Por ello, se recomienda a los usuarios que sean responsables y prudentes en las actividades que vienen en esta web. El empleo de estas reseñas conlleva la asunción por parte del usuario de los riesgos inherentes a la actividad e implica el reconocimiento de su exclusiva responsabilidad respecto a la seguridad durante el desarrollo de la misma. La simple lectura de las reseñas recogidas en esta web no capacita a



persona alguna para la práctica de la actividad. Siempre se recomienda el acompañamiento de guías y personal especializado en montaña.

Los diferentes actividades que contiene esta web, forman parte de lo que se consideran deportes de riesgo, y éstos requieren de aprendizaje y experiencia. En esta web se aporta información técnica de muchas actividades deportivas en la naturaleza, existentes en la actualidad en la provincia de Granada, sin poder incluir en ocasiones información sobre el estado de conservación y mantenimiento de las rutas, instalaciones o equipamientos en el caso de que los hubiera. Por tanto, no se garantizan las condiciones de seguridad de cada una de las actividades propuestas.

La Diputación de Granada no asume en ningún caso ninguna responsabilidad por los accidentes que puedan ocurrir por la realización de las actividades aquí reseñadas.

La información contenida en esta web no debe sustituir en ningún caso la experiencia del participante en las actividades deportivas en la naturaleza, quien debe conocer los riesgos que conlleva la práctica de estos deportes que aquí se presentan y asumir la responsabilidad al afrontar dichos riesgos.

Algunas de las zonas incluidas en esta guía se encuentran dentro de espacios naturales protegidos sujetos a una legislación específica y que el montañero debería conocer de antemano.

La Diputación de Granada no asume en ningún caso las consecuencias legales derivadas de posibles infracciones contra la legislación vigente.

Para cualquier sugerencia, la Diputación de Granada os invita a enviar un correo al Contacto de la web www.exploregranada.es.