



La Cadena

Recorrido circular que incluye el paso por esta arista almijareña, lo cual podría requerir el empleo de técnicas de escalada (autoprotección en roca)



Dificultad
alta



Baja y media
montaña



Montañismo
bajo
condiciones
estivales y
escalada



1 día



Circular



Otoño o
primavera



Adultos



**Necesidad de
autorización**

Sí, para escalada. Para solicitarla telemáticamente, emplear el [enlace](#)



Dificultad técnica

Actividad muy exigente tanto desde el punto de vista físico, como técnico y psicológico. Escalada de autoprotección en roca hasta grado III ([PD, III](#))



**Tiempo con
paradas**

8:30 h



Distancia

18,4 km



**Desnivel positivo
acumulado**

966 m



**Desnivel negativo
acumulado**

966 m



Equipamiento

Ninguno



Altitud mínima

946 msnm



Altitud máxima

1645 msnm



Punto de salida

Puente de Cambрил, Arenas del Rey



Punto de llegada

Puente de Cambрил, Arenas del Rey



Puntos de agua

Sí



**Población/es
más cercana/s**

Fornes, Arenas del Rey, Jayena y Játar



Municipio/s

Arenas del Rey y Alhama de Granada



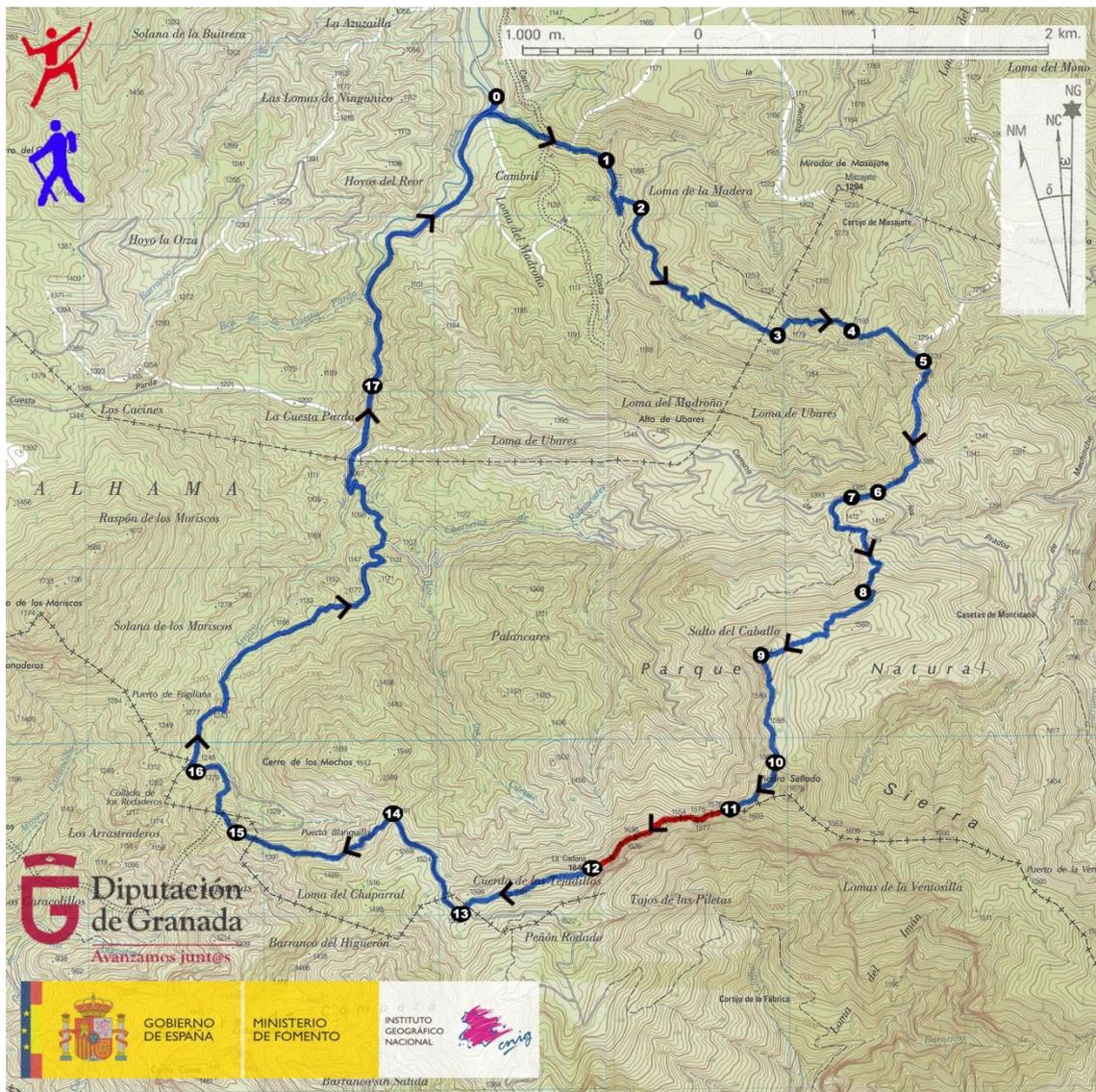
Comarca/s

Alhama



**Espacio/s
natural/es**

Parque Natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama



Mapas Topográficos Nacionales de España. Competa (MTN25 1040-IV) y Pico de Navachica (MTN25 1041-III)



Perfil de la ruta



PUNTOS DE PASO (WAYPOINTS)

Punto	Nombre	Tiempo (*)	Altitud	Y (Latitud) (**)	X (Longitud) (**)
0	Aparcamiento/ Puente de Cambril/Barrera	0:00 h.	947 m.	N36° 53' 41.4"	W3° 51' 36.9"
1	Caseta de resineros	0:15 h.	982 m.	N36° 53' 31.9"	W3° 51' 11.6"
2	Cruce de caminos	0:30 h.	1057 m.	N36° 53' 22.0"	W3° 51' 02.3"
3	Vereda del Barranco de Cambril	1:00 h.	1171 m.	N36° 52' 58.9"	W3° 50' 31.3"
4	Cruce de senderos	1:10 h.	1194 m.	N36° 53' 00.0"	W3° 50' 14.1"
5	Cortafuegos	1:20 h.	1229 m.	N36° 52' 54.1"	W3° 49' 57.6"
6	Pista forestal de la Monticana	1:45 h.	1381 m.	N36° 52' 29.5"	W3° 50' 08.8"
7	Collado de la Carne/ Desvío a la izquierda	1:47 h.	1379 m.	N36° 52' 29.3"	W3° 50' 13.5"
8	Senda	2:00 h.	1467 m.	N36° 52' 11.2"	W3° 50' 11.8"
9	Salto del Caballo/ Puesto de vigilancia	2:30 h.	1642 m.	N36° 51' 59.6"	W3° 50' 35.4"
10	Collado de Piedra Sillada	3:00 h.	1585 m.	N36° 51' 40.3"	W3° 50' 31.5"
11	Inicio de la arista	4:00 h.	1564 m.	N36° 51' 30.9"	W3° 50' 41.9"
12	La Cadena	5:30 h.	1638 m.	N36° 51' 20.0"	W3° 51' 14.3"
13	Carril	6:20 h.	1554 m.	N36° 51' 12.2"	W3° 51' 44.6"
14	Collado de Carrascalejo	6:30 h.	1490 m.	N36° 51' 30.5"	W3° 51' 59.6"
15	Atajo por sendero	6:50 h.	1334 m.	N36° 51' 27.1"	W3° 52' 36.3"
16	Puerto de Frigiliana	7:10 h.	1253 m.	N36° 51' 38.0"	W3° 52' 46.1"
17	Puerto del Agujerillo Caliente	8:00 h.	1023 m.	N36° 52' 50.1"	W3° 52' 04.8"
0	Aparcamiento/ Puente de Cambril/Barrera	8:30 h.	947 m.	N36° 53' 41.4"	W3° 51' 36.9"

(*) Tiempos aproximados contando paradas.

(**) Coordenadas geográficas. Datum Europeo 1.950.



INTRODUCCIÓN

Para la elaboración de esta reseña se ha contado con la participación del Club Aire Libre Treparriscos y la aportación fotográfica de uno de sus socios, Andrea Valsecchi.

La ruta comienza en Puente de Cambril, allí donde se unen el Barranco de Cambril y el Arroyo de la Venta para formar el Río Cacín. Remontaremos el Barranco de Cambril, por y junto a su cauce, durante algo más de 1 kilómetro, y dejando atrás una antigua caseta de resineros. Pronto nos alejaremos del cauce del barranco para continuar avanzando, ahora a media ladera, a través de la vertiente suroeste de la Loma de la Madera. Una bonita vereda que discurre a través de barranqueras, pinares y matorral nos llevará hasta un cortafuegos, por el cual subiremos hasta llegar al Collado de la Carne. Desde dicho collado, un carril primero, y después un marcado sendero, nos conducirán hasta el puesto de vigilancia contra incendios situado en la cima del Salto del Caballo. Campo a través llegaremos hasta el Collado de Piedra Sillada y, tras un corto faldeo, al inicio de la arista de La Cadena, la cual recorreremos. El final de la arista nos llevará hasta el carril que desciende hasta el Puerto de Frigiliana y que, desde ese punto, nos conducirá de regreso hasta Puente de Cambril.

La Cadena, también conocida como la Cuerda de las Tejadillas, es una aérea arista que forma parte del cordal cimero de la Sierra de la Almijara y que, en consecuencia, coincide con los límites provinciales de Málaga y Granada.



DETALLES

DURACIÓN:

La realización de esta actividad requiere de 1 día.

DIFICULTAD:

Muy alta. Se trata de una excursión muy exigente. El recorrido a través de la arista de La Cadena incluye numerosos pasos aéreos donde una caída conllevaría consecuencias muy graves. Durante la realización de la actividad resulta imprescindible carecer de vértigo y podría resultar preciso emplear técnicas de escalada, en particular, las de autoprotección en roca. Es preciso superar trepes y destreps de hasta grado III de escalada. La cresta no cuenta con ningún equipamiento fijo destinado a facilitar la progresión o evitar la caída de los excursionistas. No debemos nunca sobreestimar nuestras capacidades. En caso de duda, se ruega recurrir a un guía de montaña.

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

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

Valoración de los aspectos del 1 al 5

AGUA:

Al llegar al carril situado al final de la arista de La Cadena (punto 13), continuar por él hacia el este, unos 300 metros, hasta encontrar el cartel que indica el lugar donde se encuentra la [Fuente del Cuervo](#), situada por debajo del carril y de la que pudiera no manar agua, según la época.

Ya en el carril que nos conducirá de vuelta a Puente de Cambрил (punto 0) desde el Puerto de Frigiliana (punto 15), podremos encontrar agua en la [Fuente del Agujerillo Caliente](#) (punto 16).

MATERIAL NECESARIO:

Individual genérico: botas de montaña, ropa de abrigo según época (gorro, guantes, forro polar o similar, cortavientos...), chaqueta impermeable, gorra, tubular para el cuello, gafas de sol, crema solar y labial de protección alta, linterna frontal, navaja, mechero, móvil (con carga de repuesto), bastones, comida para el día y agua (1,5-2 l.), y repuesto de camiseta, ropa interior y calcetines.

Individual para escalada (opcional, dependiendo de la capacidad del grupo): casco, arnés, dos mosquetones de seguridad, descensor, aro de cordino (para nudo autobloqueante) y elemento de amarre (p.ej.: mosquetón de seguridad y cuerda dinámica).

Colectivo genérico: botiquín, mapa, brújula y gps (con carga de repuesto).



Colectivo para escalada (opcional, dependiendo de la capacidad del grupo, para cordada de 2-3 personas): cuerda doble de 30 m., empotradores variados (9-10 empotradores -friends o fisureros- medianos y pequeños), 6 cintas cosidas (4 de 60 cm. y 2 de 120 cm.) con sus respectivas parejas de mosquetones, y 6 mosquetones de seguridad y 2 cintas cosidas de 180 cm. para reuniones.

MEJOR/ES ÉPOCA/S:

En primavera u otoño, evitando siempre la exposición a temperaturas demasiado elevadas o a otras condiciones desfavorables tales como la niebla, la lluvia o el viento.

CARTOGRAFÍA:

Parque Natural Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama. Editorial Piolet. Escala 1:25.000.

PAISAJE, FLORA Y FAUNA:

Predominan las formaciones calcáreas, propias de la región Subbética, y mármoles, esquistos, filitas, etc., que dan lugar a alturas por encima de 1700 metros.

Hay presencia de pinos, destacando cuatro variedades según la altitud: resinero, silvestre, carrasco y salgareño. Destaca también el matorral bajo y arbustivo, formado por boj, jaras y aulagas, además de una gran cantidad de plantas aromáticas, como tomillos, lavandas y romeros. A mayor cota encontraremos piornos.

En cuanto a la fauna, es habitual contemplar el vuelo de buitres leonados y distintas rapaces. También es posible el avistamiento de ardillas y cabras montesas.

PICOS/PUERTOS:

Se asciende al Salto del Caballo (1642 msnm.) y a La Cadena (1645 msnm.), y se pasa por el Puerto de Frigiliana.

OBSERVACIONES:

El empleo del material y de las técnicas de escalada (de autoprotección en roca) es opcional, quedando sujeto a la capacidad del grupo. Los trepes y destreps que posee la arista, de hasta grado III de escalada, podrían superarse sin el empleo de cuerda si la capacidad del grupo es suficiente. Si se optase por recorrer la arista en sentido opuesto al propuesto, nos veríamos obligados a rapelar en, al menos, una ocasión.

Dada la longitud de la arista y las dificultades que esta presenta, resulta importantísimo medir el número de integrantes y la capacidad global del grupo, pues ambos factores influyen de forma determinante en la consecución en tiempo y forma de la empresa.

NORMAS A RESPETAR:

Expresadas en el [Plan Rector de Uso y Gestión del Parque Natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama \(PRUG, pág. 43\)](#), y de forma más extensa en el Plan de Ordenación de los Recursos Naturales del Parque Natural Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama (PORN), y el Programa Uso Público del Parque Natural Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama (PUP). Se recuerda que las limitaciones de acceso y actividades en los terrenos forestales y zonas de influencia forestal están contempladas en el Decreto 247/2001 de 13 de noviembre por el que se aprueba el Reglamento de Prevención y Lucha contra los Incendios Forestales y la Orden de 21 de mayo de 2009 de limitaciones de usos en período de mayor riesgo de incendios.

Además, la realización de esta actividad, al tratarse de escalada, requiere de la obtención previa de una autorización. Para ello hay que dirigir una solicitud a la Delegación Territorial de Desarrollo Sostenible en Granada. Para hacerlo de forma telemática, emplear el [enlace](#).

METEOROLOGÍA:

- [El tiempo en Frigiliana \(Aemet\)](#)
- [El tiempo en Arenas del Rey \(Aemet\)](#)
- [El tiempo en Navachica \(Meteoexploration\)](#)



CÓMO LLEGAR EN COCHE

Salimos desde **Granada** a través de la circunvalación (autovía **A-44**) en dirección Motril. Tomamos la **salida 144** (N-323a/Padul/A-4050/Otívar) y, al llegar a la rotonda, cogemos la primera salida para continuar por **A-4050** ("Carretera de La Cabra") en dirección a Lentegí, Otívar, Jete y Almuñecar. Pasado el km. 19 encontraremos un cruce en el que nos desviaremos para incorporarnos a la carretera **GR-3302** en dirección Jayena/Parque Natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama. Pasado Jayena, encontraremos un nuevo cruce, debiendo seguir en dirección Fornes/Arenas del Rey. A continuación pasaremos Fornes y, siguiendo la carretera GR-3302, justo después de pasar el **km. 17**, encontraremos un **carril de tierra** que parte **hacia la izquierda** y en cuyo inicio se anuncia la entrada al Parque Natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama. Siguiendo dicho carril, recorreremos el valle del Río Cacín y pasaremos por La Resinera de Fornes, antigua fábrica, también poblado, que perteneció a la Unión Resinera Española, y que, hoy día, es punto de información del Parque Natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama. Tras unos 7 kilómetros de carril llegaremos a **Puente de Cambril**, donde una barrera interrumpirá nuestro avance obligándonos a buscar [aparcamiento \(punto 0\)](#).



CÓMO LLEGAR EN TRANSPORTE PÚBLICO

El acceso a esta ruta, empleando el transporte público aquí expuesto, requerirá, debido a los autobuses disponibles, de la pernocta en Jayena/Fornes/Arenas del Rey/Játar, durante, al menos, dos noches (las noches previa y posterior a la realización de la actividad).

Los autobuses que parten en dirección a Fornes/Jayena/Arenas del Rey/Játar lo hacen desde la [Estación de Autobuses de Granada](#) a diferentes [horas](#). Una vez lleguemos a la [parada de autobuses de Fornes/Jayena/Arenas del Rey/Játar](#), tendremos que contactar con algún [servicio de transporte público](#) para que nos conduzca hasta **Puente de Cambril (punto 0, inicio de la ruta)**. Al llegar a Puente de Cambril tendremos que acordar con el transportista que nos recoja allí mismo unas 8:30 h. más tarde y así poder volver a **Fornes/Jayena/Arenas del Rey/Játar**. Los autobuses que parten desde **Fornes/Jayena/Arenas del Rey/Játar** dirección **Granada** lo hacen también a diferentes [horas](#).



RECORRIDO

Una vez estacionado nuestro vehículo en Puente de Cambril (**punto 0**), comenzaremos a caminar sobrepasando la barrera que impide el paso de los vehículos a través del carril y, a los pocos metros, cogeremos el camino secundario que parte hacia nuestra izquierda y se adentra en el Barranco de Cambril.



Comenzando a remontar el Barranco de Cambril

El camino que ahora seguimos se confunde a veces con el cauce del barranco, viéndonos obligados a pisar agua en algunas ocasiones. Al llegar al lugar en el que el Barranco de la Madera se une al Barranco de Cambril, encontraremos una antigua caseta de resineros (**punto 1**).



Antigua caseta de resineros situada en el Barranco de Cambril

Los arenales de la Sierra de la Almijara, resultado de la erosión del mármol, constituyen un sustrato idóneo para los pinos resineros, de ahí que estos abundasen en la zona. La resinación, actividad que servía de sustento a muchas familias, terminó convirtiéndose en industria, estableciéndose en esta zona La Resinera de Fornes, fábrica de la Unión Resinera Española destinada a la producción de colofonia y aguarrás (esencia de trementina). La obtención de la resina de los pinos se realizaba entre marzo y octubre y eran muchas las familias que vivían en la sierra durante esa época, de ahí la existencia de numerosas casetas como la que ahora encontramos en nuestro camino, destinadas a servir de alojamiento a los resineros.

Dejaremos a nuestra izquierda la caseta de resineros para continuar remontando el Barranco de Cambril.

Llegado un punto, el camino que seguimos girará en redondo hacia nuestra izquierda y comenzará a remontar la ladera alejándose del cauce del barranco.



Giro en redondo del camino. Hacia el cruce (punto 2)

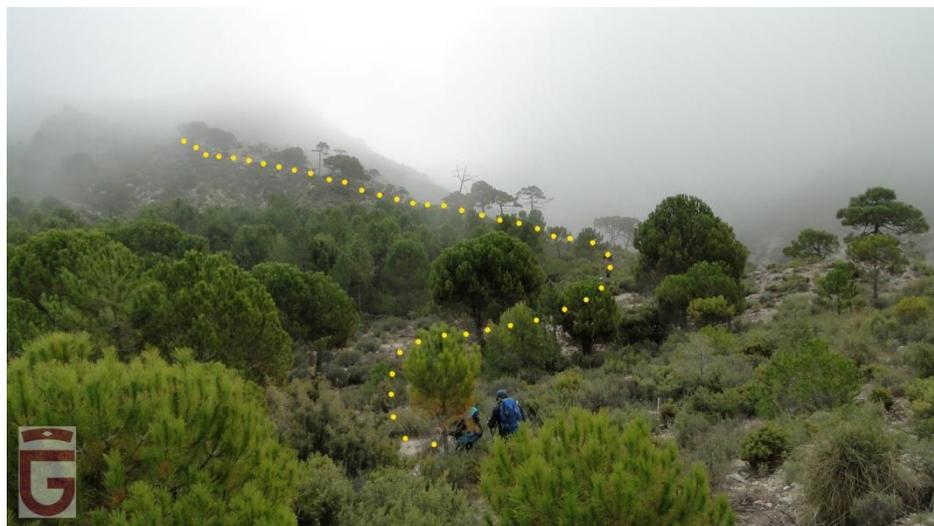
Pronto llegaremos a un cruce en el que tomaremos el camino de la derecha (**punto 2**) y comenzaremos a recorrer a media ladera la Loma de la Madera. Nuestro camino transcurrirá entre pinos diseminados y matorral compuesto por aulagas, tomillos y romeros. Una vereda (**punto 3**) nos llevará entre barranqueras hacia la cabecera del Barranco de Cambril, dejando atrás el cruce con el sendero que baja hacia el Cortijo de Masajate (**punto 4**).



Comienzo de la Vereda del Barranco de Cambril (punto 3)



Vereda del Barranco de Cambril



Camino a seguir, jalonado de hitos, al llegar al cruce de senderos (punto 4)

Una vez situados en la cabecera del Barranco de Cambril, encontraremos allí un collado atravesado por un cortafuegos, y del que parte un sendero en dirección al Cortijo de Marchiche (**punto 5**). Obviaremos dicho sendero y remontaremos el cortafuegos hasta que el mismo nos deposite sobre la pista forestal que, hacia la izquierda, nos conduciría a las casetas de resineros de la Monticana (**punto 6**).



Iniciando la subida a través del cortafuegos (punto 5)

Desecharemos la opción de continuar hacia la Monticana y seguiremos la pista hacia la derecha, llegando al poco al Collado de la Carne (**punto 7**). En el mismo collado encontraremos un cruce de carriles, debiendo coger el que comienza descendiendo unos metros hacia nuestra izquierda. Dicho camino, que ofrece unas vistas formidables de Sierra Nevada, se convertirá pronto en una marcada vereda (**punto 8**).

Continuando por esta bonita vereda, entre lavándulas y piornos, alcanzaremos el puesto de vigilancia contra incendios que se sitúa en la misma cima del Salto del Caballo y que encontraremos cerrado (**punto 9**).



Vereda de ascenso hacia el Salto del Caballo



Llegando a la cima del Salto del Caballo (punto 9)

La Sierra de la Almirajara ha sufrido varios incendios, siendo los más importantes, por su repercusión, el del año 1975, "el año del quemao", y el del año 1.982. Este último incendio acabó con la industria resinera de la sierra tras casi un siglo de historia.

De entre las vistas que podremos disfrutar desde el Salto del Caballo destacan las que se dirigen hacia el Raspón de los Moriscos o Lucero al oeste, y las que lo hacen hacia el Cerro Cabañeros al este, debido a la prominencia de ambos picos.

Tras un breve descanso junto al puesto de vigilancia del Salto del Caballo, retomaremos la marcha siguiendo el cordal, campo a través, y en dirección al Collado de Piedra Sillada (**punto 10**).

Desde el Collado de Piedra Sillada podremos optar por ascender a la cima de Piedra Sillada. De no hacerlo, continuaremos a través de la vertiente noroeste del pico, atravesando a media ladera una barranquera arbolada en la podremos encontrar agua, y llegando al poco al inicio de la arista de La Cadena (**punto 11**).



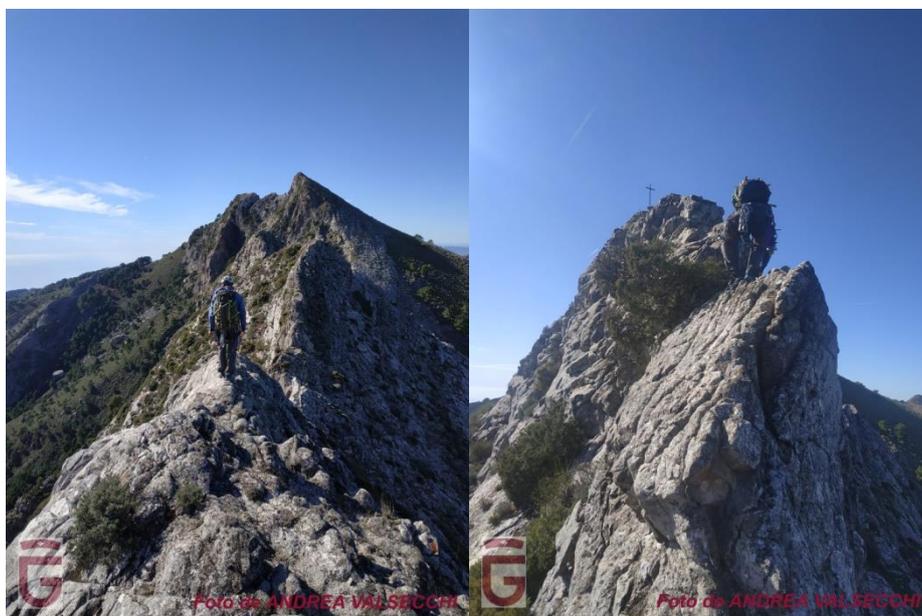
Collado de Piedra Sillada (punto 10) y camino a seguir, campo a través, en busca del inicio de la arista de La Cadena

Nada más llegar al inicio de la arista ganaremos vistas sobre el valle del Río Chillar, pudiendo ver Nerja y el Mar Mediterráneo al fondo. La cabecera del Chillar, rodeada de impresionantes tajos, como los del Almendrón y del Sol, es un profundo circo cuyas verticales paredes se encuentran surcadas por escarpados espolones y hondos barrancos, constituyendo un impresionante espectáculo para la vista.



Cabecera del valle del Río Chillar vista desde el inicio de la arista de La cadena

El cresterío de La Cadena, también conocido como la Cuerda de las Tejadillas, se compone de dos tramos aéreos en los que es necesario trepar y destrepar con confianza, asegurándonos de contar siempre con suficientes apoyos para los pies, y agarres para las manos.



*Izquierda: inicio de la arista de La Cadena (punto 11)
Derecha: en el primer tramo de la arista de La Cadena*

Situado ya en las proximidades del vértice geodésico de La Cadena, un corto resalte obligado, de unos 4 metros de altura, superable por la derecha y algo extraplomado, constituirá el último de los pasos complicados a superar.



Foto de ANDREA VALSECCHI

En el segundo tramo de la arista de La Cadena, próximos ya al vértice geodésico

A partir del vértice geodésico (**punto 12**), la progresión a través de la arista se irá haciendo cada vez más fácil. Abandonaremos el cordal y bajaremos hacia nuestra izquierda en busca de un carril (**punto 13**). El trazado del carril al que nos incorporaremos coincide con el del antiguo camino de arriería que, procediendo de Nerja, remontaba el valle del Río Chillar, a través del Cortijo y la Fábrica del Imán, y, finalmente, pasaba de un lado a otro de la sierra a través del Portichuelo, donde ahora nos encontramos. Seguiremos el carril hacia la derecha, en dirección al Collado de Carrascalejo (**punto 14**). Pasado este, continuaremos descendiendo por el carril, el cual atajaremos brevemente (**punto 15**), hasta llegar al Puerto de Frigiliana (**punto 16**).

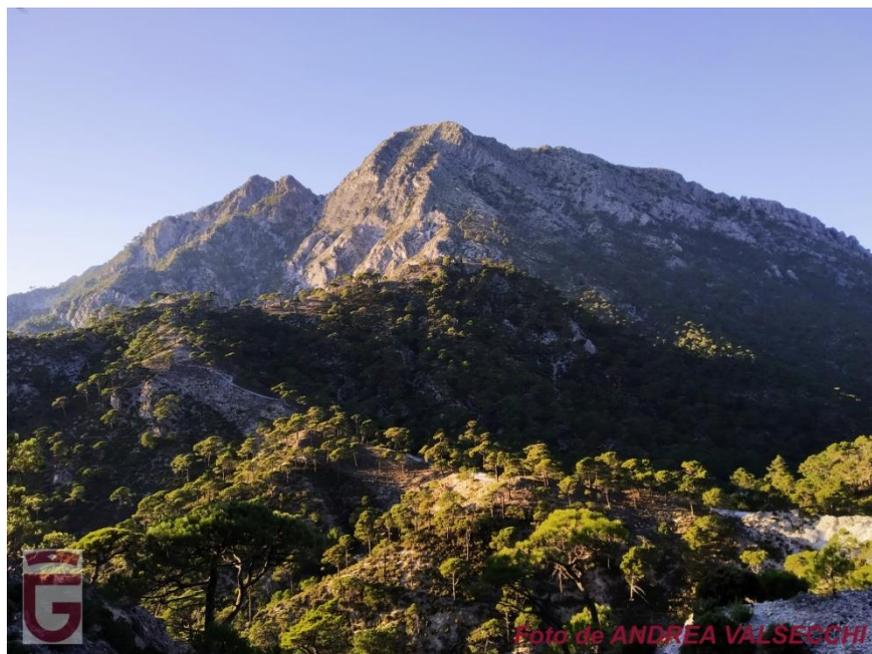


Foto de ANDREA VALSECCHI

El Lucero o Raspón de los Moriscos, visto desde las proximidades del Puerto de Frigiliana (punto 15)

Los pasos naturales que, una vez fueron adecuados para el paso de personas y bestias, han permitido atravesar la Sierra de la Almijara desde antaño, constituyeron en su momento las vías más fáciles de comunicación entre la Axarquía de Málaga y la comarca de Alhama, en Granada.

De tal modo, puertos como el de Cómpeeta o el de Frigiliana servían de tránsito para los arrieros que transportaban mercancías de un lado a otro, pero también para caleros, resineros, leñadores, pastores o simples viajeros.

Por el Puerto de Frigiliana pasaba el Camino Real de Granada, antiguo camino de arriería, hoy carril, que desciende a lo largo del valle por el que discurre el Arroyo de la Venta y que seguiremos, ya de vuelta, hacia el punto de partida de nuestra ruta.

Siguiendo el carril, pasaremos por el cruce del que parte la pista forestal de la Monticana, la Caseta de la Cuesta Parda, la Fuente del Agujerillo Caliente (**punto 17**) y la Pantaneta del Haza del Moral, regresando finalmente a Puente de Cambril (**punto 0**).



LUGARES

DE INTERÉS TURÍSTICO:

[Iglesia parroquial del Santísimo Sacramento, Jayena](#)

[Casa señorial de los marqueses de Campotéjar, Jayena](#)

[Punto de Información La Resinera del Parque Natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama, Arenas del Rey](#)

[Ermita de San Isidro Labrador, Arenas del Rey](#)

[Iglesia de San Sebastián, Arenas del Rey](#)

[Dolmen prehistórico de Arenas del Rey, Arenas del Rey](#)

ALOJAMIENTOS:

[Alojamiento Rural El Chico y La Resinera, Fornes](#)

[Complejo Rural El Molinillo, Arenas del Rey](#)

[Hospedería La Almijara, Jayena](#)

BARES Y RESTAURANTES:

[Complejo Rural El Molinillo, Arenas del Rey](#)

[Restaurante El Cruce, Pantano de los Bermejales \(Arenas del Rey\)](#)

[Bar Plaza-Cele, Arenas del Rey](#)

[Restaurante Los Ángeles, Játar](#)

GUÍAS DE MONTAÑA Y EMPRESAS DE TURISMO ACTIVO:

[Asociación Andaluza de Guías de Montaña](#)

[Nevadensis](#)

[Mirando al Sur](#)

[Mamut Sierra Nevada](#)

[Granada Aventura](#)

[Alive Adventure Company](#)

[Mountain Spirit](#)

[Guías Nevada](#)

[Martín Eguaras, profesional en actividades de montaña](#)

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 más 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.