



## Lagunas y Cumbres de Sierra Nevada

**Itinerario circular de 5 días de duración que permite visitar las lagunas más representativas de la sierra, así como ascender a las cumbres principales**



Dificultad  
muy alta



Alta  
montaña



Trekking bajo  
condiciones  
estivales



5 días



Circular



Verano



Adultos



**Autorización/  
notificación**

Sí, para acampada nocturna. A través del correo: [psierrenevada.usopublico.dtgr.capds@juntadeandalucia.es](mailto:psierrenevada.usopublico.dtgr.capds@juntadeandalucia.es)



**Dificultad  
técnica**

Excursión muy exigente. Desnivel y distancia muy importantes, pasos delicados y posible presencia de nieve (F, 45°)



**Tiempo con  
paradas**

4 d 7:00 h



**Distancia**

57,5 km



**Desnivel  
positivo  
acumulado**

4.230 m



**Altitud  
mínima**

2.508 msnm



**Altitud  
máxima**

3.478 msnm



**Punto de  
salida**

Hoya de la Mora, Sierra Nevada (Monachil)



**Punto de  
llegada**

Hoya de la Mora, Sierra Nevada (Monachil)



**Puntos de  
agua**

Sí



**Población/es  
más  
cercana/s**

Pradollano, Capileira, Trevélez, Lanjarón y Nigüelas



**Municipio/s**

Monachil, Güéjar Sierra, Trevélez, Capileira, Lanjarón, Nigüelas, Dílar y Dílar



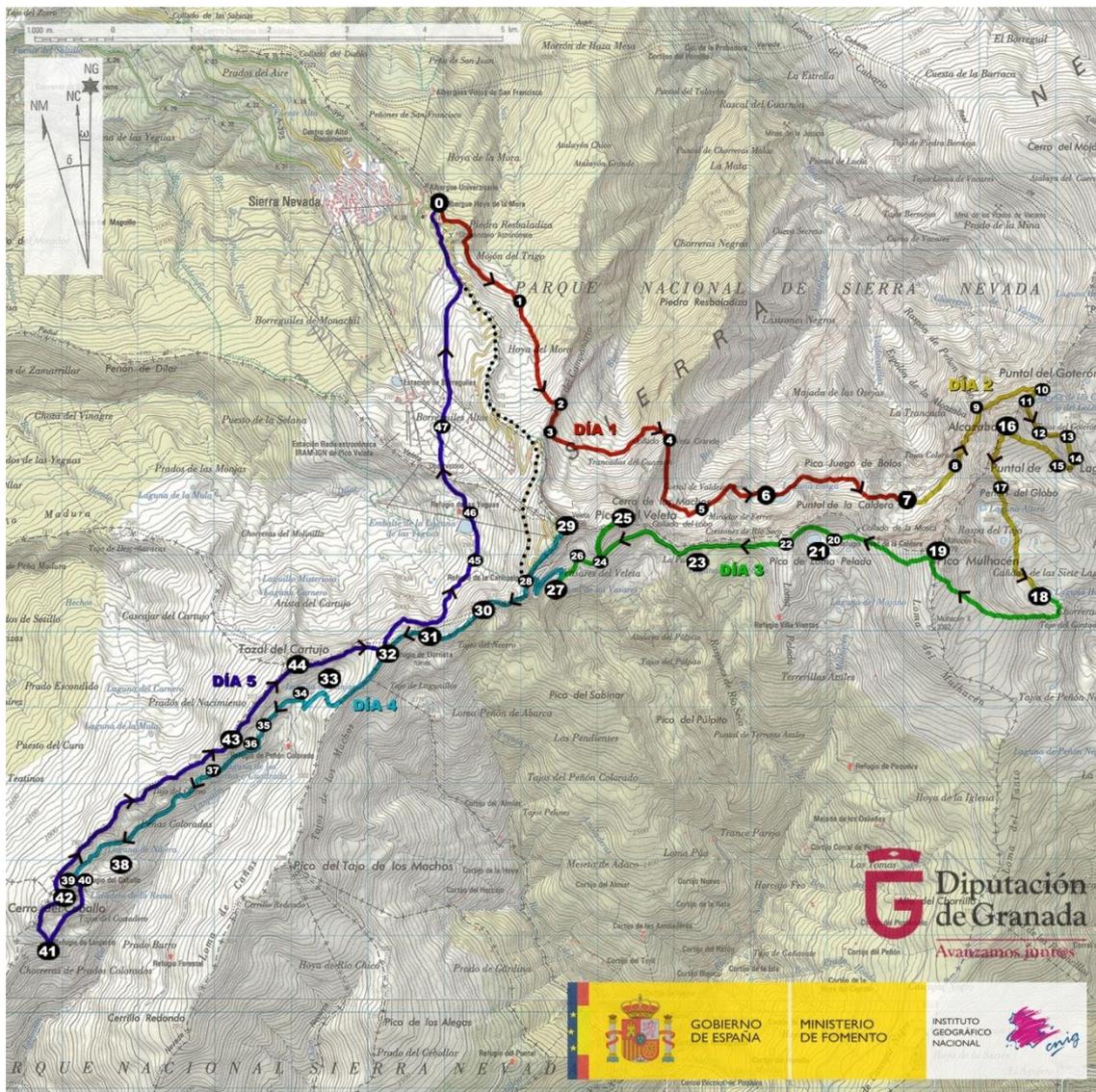
**Comarca/s**

Vega de Granada, Alpujarra Granadina y Valle de Lecrín

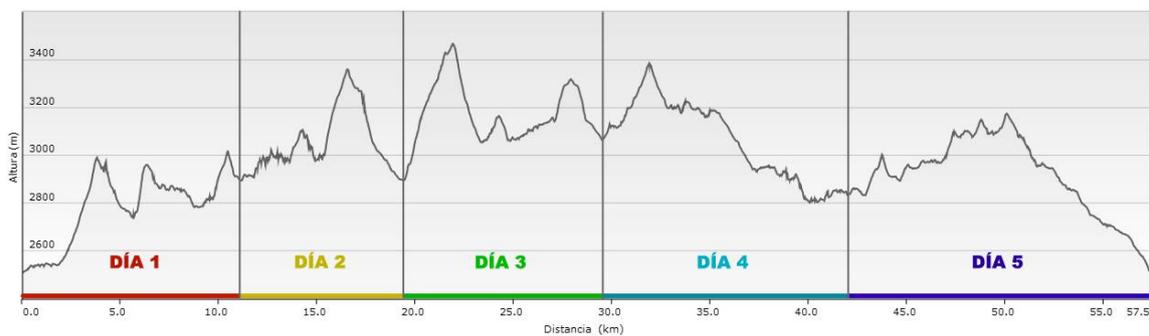


**Espacio/s  
natural/es**

Parque Natural y Parque Nacional de Sierra Nevada



Mapa Topográfico Nacional de España. Güéjar Sierra (MTN50 1027)



Perfil de la ruta



## PUNTOS DE PASO (WAYPOINTS)

Punto	Nombre	Tiempo (*)	Altitud	Y (Latitud) (**)	X (Longitud) (**)
0	Hoya de la Mora	0:00 h. (día 1)	2.505 m.	N37° 05' 42.9"	W3° 23' 06.9"
1	Barranco de San Juan	0:30 h. (día 1)	2.574 m.	N37° 05' 03.2"	W3° 22' 18.8"
2	Veredón Inferior (comienzo)	1:25 h. (día 1)	2.982 m.	N37° 04' 19.4"	W3° 21' 56.6"
3	Veredón Inferior (final)	1:40 h. (día 1)	2.960 m.	N37° 04' 05.0"	W3° 21' 59.4"
4	Collado de Veta Grande	3:30 h. (día 1)	2.961 m.	N37° 04' 04.2"	W3° 20' 57.9"
5	Lagunillos de Valdeinfierno	4:20 h. (día 1)	2.871 m.	N37° 03' 34.1"	W3° 20' 42.0"
6	Lagunillo de la Gabata y Laguna Larga	5:20 h. (día 1)	2.794 m.	N37° 03' 39.5"	W3° 20' 04.1"
7	Laguna de la Mosca (o del Mulhacén)	7:00 h. (día 1)	2.901 m.	N37° 03' 39.5"	W3° 18' 50.8"
7	Laguna de la Mosca (o del Mulhacén)	0:00 h. (día 2)	2.901 m.	N37° 03' 39.5"	W3° 18' 50.8"
8	Gran Vasar de la Alcazaba (comienzo)	0:20 h. (día 2)	2.950 m.	N37° 03' 52.6"	W3° 18' 27.4"
9	Espolón de la Alcazaba	0:50 h. (día 2)	3.000 m.	N37° 04' 17.2"	W3° 18' 14.8"
10	Collado del Goterón	1:30 h. (día 2)	3.038 m.	N37° 04' 25.2"	W3° 17' 41.6"
11	Tajos del Goterón (comienzo)	1:50 h. (día 2)	3.100 m.	N37° 04' 20.7"	W3° 17' 50.8"
13	Tajos del Goterón (final)	2:30 h. (día 2)	2.981 m.	N37° 04' 05.8"	W3° 17' 29.9"
14	Paso de la Z (comienzo)	3:10 h. (día 2)	2.982 m.	N37° 03' 56.0"	W3° 17' 24.3"
15	Paso de la Z (final)	3:30 h. (día 2)	3.070 m.	N37° 03' 52.7"	W3° 17' 28.8"
16	Alcazaba	4:15 h. (día 2)	3.371 m.	N37° 04' 08.4"	W3° 18' 01.5"
17	El Colaero	5:15 h. (día 2)	3.261 m.	N37° 03' 47.5"	W3° 18' 03.5"
18	Laguna Hondera (Siete Lagunas)	6:00 h. (día 2)	2.897 m.	N37° 02' 55.5"	W3° 17' 37.3"
18	Laguna Hondera (Siete Lagunas)	0:00 h. (día 3)	2.897 m.	N37° 02' 55.5"	W3° 17' 37.3"
19	Mulhacén	1:45 h. (día 3)	3.478 m.	N37° 03' 16.4"	W3° 18' 37.6"
20	Refugio de la Caldera	3:15 h. (día 3)	3.057 m.	N37° 03' 21.6"	W3° 19' 31.3"
21	Laguna de la Caldera	--	3.024 m.	N37° 03' 20.2"	W3° 19' 37.7"
22	Loma Pelá	4:15 h. (día 3)	3.156 m.	N37° 03' 19.2"	W3° 19' 54.9"
23	Laguna de Río Seco	--	3.026 m.	N37° 03' 12.4"	W3° 20' 42.2"
24	Subida a Los Machos (comienzo)	5:15 h. (día 3)	3.125 m.	N37° 03' 11.2"	W3° 21' 36.5"
25	Los Machos	5:45 h. (día 3)	3.327 m.	N37° 03' 30.4"	W3° 21' 22.9"



26	Lagunillo del Veleta	5:50 h. (día 3)	3.133 m.	N37° 03' 14.3"	W3° 21' 49.0"
24	Subida a Los Machos (final)	6:10 h. (día 3)	3.125 m.	N37° 03' 11.2"	W3° 21' 36.5"
26	Lagunillo del Veleta	6:15 h. (día 3)	3.133 m.	N37° 03' 14.3"	W3° 21' 49.0"
27	Laguna de Aguas Verdes	6:30 h. (día 3)	3.066 m.	N37° 03' 00.3"	W3° 22' 01.4"
27	Laguna de Aguas Verdes	0:00 h. (día 4)	3.066 m.	N37° 03' 00.3"	W3° 22' 01.4"
28	Refugio-vivac La Carihuela	0:30 h. (día 4)	3.205 m.	N37° 03' 03.1"	W3° 22' 11.9"
29	Veleta	1:00 h. (día 4)	3.398 m.	N37° 03' 26.1"	W3° 21' 52.5"
28	Refugio-vivac La Carihuela	1:40 h. (día 4)	3.205 m.	N37° 03' 03.1"	W3° 22' 11.9"
30	Tajos de la Virgen	2:10 h. (día 4)	3.240 m.	N37° 02' 54.5"	W3° 22' 31.7"
31	Tajos del Nevero	2:40 h. (día 4)	3.198 m.	N37° 02' 40.3"	W3° 22' 53.3"
32	Refugio Elorrieta (en mal estado)	3:10 h. (día 4)	3.187 m.	N37° 02' 31.7"	W3° 23' 27.9"
33	Laguna de Lanjarón	--	2.980 m.	N37° 02' 19.5"	W3° 23' 59.1"
34	Lagunillo de Charca Pala	4:15 h. (día 4)	2.932 m.	N37° 02' 13.2"	W3° 24' 13.3"
35	Charcas de Tajos Altos	4:50 h. (día 4)	2.953 m.	N37° 02' 01.3"	W3° 24' 32.5"
36	Laguna de Tajos Altos	5:00 h. (día 4)	2.904 m.	N37° 01' 53.0"	W3° 24' 36.6"
37	Laguna Cuadrada	5:20 h. (día 4)	2.892 m.	N37° 01' 40.7"	W3° 25' 01.4"
38	Laguna de Nájera	--	2.734 m.	N37° 01' 05.7"	W3° 25' 48.1"
39	Laguna del Caballo	6:30 h. (día 4)	2.848 m.	N37° 00' 57.8"	W3° 26' 10.2"
39	Laguna del Caballo	0:00 h. (día 5)	2.844 m.	N37° 00' 57.8"	W3° 26' 10.2"
40	Refugio-vivac del Caballo	0:02 h. (día 5)	2.848 m.	N37° 00' 55.6"	W3° 26' 09.0"
41	Refugio de Lanjarón	0:25 h. (día 5)	2.815 m.	N37° 00' 28.9"	W3° 26' 25.6"
42	Caballo	0:50 h. (día 5)	3.011 m.	N37° 00' 47.4"	W3° 26' 18.9"
43	Tajos Altos	2:50 h. (día 5)	3.111 m.	N37° 01' 55.7"	W3° 24' 47.2"
44	Tozal del Cartujo	4:05 h. (día 5)	3.152 m.	N37° 02' 27.0"	W3° 24' 13.4"
32	Refugio Elorrieta (en mal estado)	4:50 h. (día 5)	3.187 m.	N37° 02' 31.7"	W3° 23' 27.9"
45	Lagunillos de la Virgen	5:35 h. (día 5)	2.944 m.	N37° 03' 12.3"	W3° 22' 40.3"
46	Embalse de las Yeguas	6:00 h. (día 5)	2.885 m.	N37° 03' 29.1"	W3° 22' 42.8"
47	Borreguiles	6:20 h. (día 5)	2.760 m.	N37° 04' 08.5"	W3° 22' 58.9"
0	Hoya de la Mora	7:00 h. (día 5)	2.505 m.	N37° 05' 42.9"	W3° 23' 06.9"

(\*) Tiempos aproximados contando paradas.

(\*\*) Coordenadas geográficas. Datum Europeo 1950.



## INTRODUCCIÓN

El trazado de ésta ruta es idea original de Francisco Ruiz Arroyo, presidente del Club de Montaña Granada.

Se trata de un itinerario circular de 5 días de duración que permite visitar las lagunas más representativas de Sierra Nevada, así como ascender a sus cumbres principales. La ruta comienza y acaba en la Hoya de la Mora y discurre en todo momento próxima a la cota 3.000. Durante los 3 primeros días el itinerario gira en torno al Mulhacén y la Alcazaba, “los colosos” de la sierra, pasando bajo sus abruptas caras norte y ascendiendo a sus cimas. En ésta primera parte se pernocta en dos de los parajes más bonitos y singulares de la sierra: la Hoya del Mulhacén (en el que se ubica la Laguna de la Mosca) y la Cañada de Siete Lagunas. Durante los 2 últimos días la ruta permite ascender al Veleta y recorre el tramo más técnico de todo el itinerario propuesto, los Tajos de la Virgen. En esta segunda parte de la travesía se recorren las lagunas y los tresmiles más representativos del remoto Valle de Lanjarón.

El relieve que presenta la alta montaña de Sierra Nevada es el resultado del proceso de modelado ejercido por los glaciares durante el Cuaternario. Los glaciares erosionaron la roca y transportaron hacia abajo los derrubios generados. En las zonas más altas, bajo las cumbres, se encuentran los circos, los cuales cuentan con cubetas muy amplias que son fruto de la sobreexcavación ejercida por los glaciares, y que albergan gran parte de las lagunas. Hacia abajo se localizan valles en “U”, por donde discurrieron en su momento las lenguas glaciares.

Entre el 30 y el 40% de la flora existente en las cumbres de Sierra Nevada es considerada exclusiva del macizo. Existen unas 80 especies vegetales endémicas. La Estrella de las Nieves, emblema del Parque Nacional, es una de esas especies.



## DETALLES

### DURACIÓN:

La realización del itinerario completo requiere de 5 días, aun así, el mismo se puede dividir en 2 rutas no consecutivas. De tal modo, podemos realizar las 3 primeras jornadas regresando el tercer día a la Hoya de la Mora (punto 0) desde el Refugio-vivac La Carihuela (punto 28), sin pernoctar en la Laguna de Aguas Verdes (punto 27), o bien realizar las 2 últimas jornadas subiendo al Refugio-vivac La Carihuela desde la Hoya de la Mora el primero de los días. El trayecto desde el Refugio-vivac La Carihuela a la Hoya de la Mora se lleva 1:15 h. aproximadamente, y, el recorrido inverso, 2:30 h.

### DIFICULTAD:

Muy alta. Se trata de una excursión muy exigente, con 4.230 m. de desnivel positivo y una distancia de 57,50 km. La realización de la ruta requiere de 5 días (4 noches), lo que conlleva el porteo de mochilas grandes, con 15-20 Kg. de peso. En el itinerario existen laderas con pendientes próximas al 45%. También existen tramos expuestos, aunque evitables, de hasta IIº grado de escalada en roca (pasos y trepadas con buenos agarres en los que se usan las manos para mantener el equilibrio y progresar). Hasta muy avanzado el verano existen ventisqueros (acumulaciones de nieve) en Sierra Nevada, lo que podría hacer necesario contar con crampones y piolet, y saber usarlos. Hay que usar el casco al atravesar el Veredón Inferior (durante el 1º primer día), el Gran Vasar de La Alcazaba y los Tajos del Goterón (durante el 2º día), así como los Tajos de La Virgen y

en el paso de cadena de Vereca Cortá (durante el 4º día), ya que en dichos lugares podríamos sufrir la caída de piedras. Carecer de vértigo y que haya miembros del grupo que sepan orientarse sobre terrenos sin traza aparente resulta imprescindible. No debemos sobreestimar nuestras capacidades. En caso de duda o insuficiente experiencia, se ruega recurrir a un guía de montaña.

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

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

Valoración de los aspectos del 1 al 5.

**AGUA:**

A lo largo del itinerario encontraremos suficientes nacimientos y cursos de agua. Se trata de un agua muy poco mineralizada, por lo que se recomienda suplir esa carencia comiendo habitualmente durante la ruta. En cuanto a la potabilidad del agua, es muy poco probable que el agua de alta montaña se encuentre “contaminada”, no obstante, se recomienda usar pastillas potabilizadoras en caso de falta de hábito o duda (ante aguas estancadas). Todos los lugares de pernocta propuestos cuentan con agua en las proximidades. Los puntos que cuentan con agua con mayor probabilidad son los siguientes:

- Día 1: Barranco de San Juan (punto 1), Corral del Veleta (entre los punto 3 y 4), desagüe de la Laguna de la Gabata (punto 6) y nacimiento junto a la Laguna de la Mosca (punto 7).
- Día 2: Nacimiento junto y sobre la Laguna de la Mosca (punto 7) y nacimientos junto y sobre la Laguna Hondera (punto 18).
- Día 3: Nacimientos junto y sobre la Laguna Hondera (punto 18), desagües de la Laguna de Río Seco (punto 23) y desagüe de la Laguna de Aguas Verdes (punto 27).
- Día 4: Desagüe de la Laguna de Aguas Verdes (punto 27), Río Lanjarón (desagüe de la Laguna de Lanjarón (punto 33) y Laguna del Caballo (punto 39).
- Día 5: Laguna del Caballo (punto 39) y Lagunillos de la Virgen (punto 45).

**MATERIAL NECESARIO:**

Botas de montaña (semirrígidas recomendables si se va a cramponear), ropa de abrigo (gorro, guantes, forro polar, chaqueta de plumas o similar...), chaqueta impermeable, gorra o similar, tubular para el cuello, gafas de sol, crema solar de protección alta, bastones, linterna frontal, navaja, mechero, mapa y brújula y/o gps (con carga de repuesto), móvil, botiquín, mochila grande (70-80 l.), agua (1,5-2 l.), comida para 5 días, útiles de cocina (hornillo, cartucho de gas, cazo, vaso, plato, cubiertos y otros), camisetas, ropa interior y calcetines de repuesto, esterilla, saco de dormir (de temperatura confort según época, mínimo -2°C), funda vivac o tienda de campaña y casco. Hasta bien avanzado el verano nos podemos ver en la obligación de atravesar ventisqueros de nieve, por lo que será preciso contar con crampones y piolet, y saber usarlos. Se recomienda el uso de la tienda de campaña (vivaqueo sujeto a autorización si se trata de más de 15 personas o más de 3 tiendas de campaña, o a comunicación previa si el número de personas y de tiendas es inferior a los indicados). Dado que solo está permitida la acampada nocturna, la tienda se debe montar 1 hora antes del ocaso



(nunca sobre los borreguiles que rodean las lagunas, un tipo de vegetación muy sensible que se encuentra protegida) y se deben desmontar 1 hora después del amanecer. La tienda nos servirá como refugio en caso de lluvia y/o viento (no hay que olvidar que nos encontramos en la alta montaña y que, incluso en verano, podemos encontrar condiciones meteorológicas muy adversas) y también impedirá que los zorros se lleven nuestras provisiones (incluso el calzado) y diseminen nuestra basura por los alrededores durante la noche (lo cual evitaremos guardando todo dentro de la tienda, aunque en ocasiones ni esto último sirve frente a la astucia del raposo).

#### **MEJOR/ES ÉPOCA/S:**

La mejor época para realizar ésta ruta es el verano.

#### **CARTOGRAFÍA:**

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

#### **PAISAJE, FLORA Y FAUNA:**

Altas cumbres silíceas con formas glaciares y periglaciares. El tipo de vegetación predominante es el pastizal psicroxerófilo y, a mayor altura, la propia de pedregales y roquedos. Veremos violetas, dragoncillos, gencianas, amapolas, leontodones, erigerones... y, con suerte, la Manzanilla Real. En torno a lagunas y cursos de agua encontraremos los borreguiles y su vegetación asociada, como la Estrella de las Nieves, símbolo del Parque Nacional. Es muy frecuente el avistamiento de cabras monteses y, durante la noche, de zorros. También existen topillos nivales, mucho más escurridizos, y aves como el acentor alpino.

#### **PICOS/PUERTOS:**

Se asciende a 9 cimas de más de 3.000 metros de altura: Alcazaba (3.371 msnm.), Mulhacén (3.478 msnm.), Los Machos (3.327 msnm.), Veleta (3.398 msnm.), Tajos de la Virgen (3.240 msnm.), Tajos del Nevero (3.198 msnm.), Caballo (3.011 msnm.), Tajos Altos (3.111 msnm.) y Tozal del Cartujo (3.152 msnm.). Se transita por el Collado de La Carihuela, puerto de montaña que facilitaba antaño la comunicación rodada entre La Alpujarra y Granada capital.

#### **ACTIVIDADES ALTERNATIVAS COINCIDENTES:**

Dado que la ruta comprende una gran parte de la alta montaña nevadense, son muchas las actividades alternativas (de senderismo, escalada, alpinismo, etc.) que podríamos realizar. Entre dichas actividades, destacamos una de similar naturaleza a la que nos ocupa: la "Integral de los Tresmiles".

#### **OBSERVACIONES:**

En caso de necesidad, existen en nuestro recorrido diversos refugios no guardados (refugios-vivac y antiguos refugios forestales) que podrían sacarnos de apuros. Dichos refugios son: Refugio-vivac La Caldera (punto 20), Refugio-vivac La Carihuela (punto 28), Refugio de Elorrieta (punto 32) y Refugio-vivac del Caballo (punto 40). El Refugio Elorrieta, de una arquitectura singularísima (cuenta con una parte excavada en la roca), no presenta unas condiciones idóneas de habitabilidad, fundamentalmente, si llueve o graniza intensamente. Algo parecido ocurre con el Refugio-vivac del Caballo, que también presenta goteras. Ambos refugios datan de los años 30 del siglo pasado y deben su construcción a los trabajos de reforestación llevados a cabo entonces a lo largo del Valle de Lanjarón.

### **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 \(puntos 5.4.5. -pág. 163- y 5.2. -pág. 262-\)](#). Además, la realización de esta actividad, al conllevar acampada, requiere de la obtención de una autorización o notificación previas. Las solicitudes se pueden obtener a través de la dirección: [psnsierranevada.usopublico.dtgr.capds@juntadeandalucia.es](mailto:psnsierranevada.usopublico.dtgr.capds@juntadeandalucia.es)

### **METEOROLOGÍA:**

[El tiempo en Sierra Nevada \(Aemet\)](#)  
[El tiempo en el Mulhacén \(Meteoexploration\)](#)  
[El tiempo en el Veleta \(Meteoexploration\)](#)  
[El tiempo en el Caballo \(Meteoexploration\)](#)

### **CONDICIONES DE LA RUTA:**

Antes de realizar la ruta, se recomienda consultar las condiciones en las que se encuentran los pasos delicados de la misma 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**

Desde Granada salimos por la autovía **A-44** dirección Motril y tomamos la **salida 132** (Ronda Sur/Sierra Nevada/Alhambra/Campus de la Salud/Armillá). Una vez en la **Ronda Sur**, cogemos la **salida 5B** (A-395/Sierra Nevada/Pinos Genil). A partir de aquí solo nos queda seguir la carretera **A-395** sin desviarnos en ningún momento. Llegando a Pradollano (la estación de esquí), nos encontraremos con un cruce en el que se nos indica la dirección a seguir en dirección hacia los "albergues/hoya de la mora". Cogemos ese desvío (a la izquierda) y seguimos en todo momento las indicaciones que nos conducen hacia la Hoya de la Mora. Llegados a la **Hoya de la Mora (punto 0)**, veremos que existen dos explanadas asfaltadas, y varios quioscos de madera, a ambos lados de la carretera. En una de las dos explanadas encontraremos [aparcamiento](#) para nuestro vehículo.



## **CÓMO LLEGAR EN TRANSPORTE PÚBLICO**

Los autobuses que parten desde la [Estación de Autobuses de Granada](#) (andén 3) en dirección a [Pradollano](#) lo hacen con el siguiente [horario](#). Una vez lleguemos a Pradollano tendremos que recurrir a alguno de los [servicios de transporte](#) disponibles para que nos lleve a la **Hoya de la Mora (punto 0)** y poder así comenzar la actividad. Al finalizar la actividad en la Hoya de la Mora, tendremos que contactar de nuevo con el servicio de transporte para que nos recoja y nos lleve a **Pradollano**, cogiendo allí el autobús que parte hacia **Granada** y que tiene diferente [horario](#).



## RECORRIDO

### DÍA 1: HOYA DE LA MORA - LAGUNA DE LA MOSCA

Partimos desde la Hoya de la Mora (**punto 0**), donde habremos dejado aparcado nuestro vehículo, y, tras pasar frente al Refugio Militar Capitán Cobo, abandonaremos la carretera (traspasando el vallado situado en su margen izquierdo) y seguiremos el cómodo sendero que nos adentra en el Barranco de San Juan. Arriba, a nuestra derecha, quedará el observatorio astronómico conocido como el Mojón del Trigo, mientras que abajo, a nuestra izquierda, en el paraje conocido como los Campos de Otero, divisaremos el Albergue de San Francisco, con su característica cubierta de color rojo. Los Llanos de Campo de Otero, hoy conocidos como los Campos de Otero, fueron el escenario en el que los pioneros del esquí comenzaron a practicar éste deporte en Sierra Nevada, allá por los años 20 del siglo pasado.

A medida que avancemos nos iremos aproximando al Arroyo de San Juan (**punto 1**), el cual vadearemos para continuar nuestro ascenso por el lado opuesto del mismo.

Cuando nos encontremos en la cabecera del Barranco de San Juan, allí donde predominan los borreguiles, comenzaremos a remontar su ladera izquierda (en el sentido de la marcha) siguiendo los hitos que jalonan el sendero, en ocasiones muy difuso. Al llegar arriba nos encontraremos sobre los Tajos del Campanario, abrupto precipicio que se asoma al Barranco del Río Guarnón. Desde éste punto divisaremos la cabecera del barranco, un circo glaciar conocido como el Corral del Veleta, así como las imponentes caras norte del Veleta y del Cerro de Los Machos.

Estando sobre los Tajos del Campanario, un hito nos marcará el inicio del Veredón Inferior (**punto 2**), una vira que, en descenso, y con cierta exposición, nos permitirá recorrer los tajos en diagonal y nos depositará sobre las Trancadas del Guarnón (**punto 3**). En este lugar formidable, amplio, estando rodeado de abruptos tajos, y donde predominan los borreguiles y el agua de numerosos arroyos, pararemos un rato a descansar.



Veredón Inferior (Tajos del Campanario) y, al fondo, el Corral y la cara norte del Veleta

Durante el descanso podremos adivinar el trazado del sendero que, a media ladera primero, y en zig-zag después, remonta la ladera opuesta del valle, la de la Loma del Lanchar. Tras el descanso iremos en busca de dicho sendero, el cual seguiremos hasta llegar al Collado de Veta Grande (**punto 4**).

El Collado de Veta Grande se sitúa sobre la Loma del Lanchar y debe su nombre a la explotación minera de hierro y cobre que antaño hubo allí. Desde éste collado ganamos vistas hacia el Valle del Río Valdeinfierno, en cuya cabecera nos adentraremos siguiendo el sendero que discurre a media ladera bajo la abrupta cara este del Cerro de Los Machos. Pasaremos por el Lagunillo Bajo de Valdeinfierno (**punto 5**) y, más adelante, por el Lagunillo de La Gabata y Laguna Larga (**punto 6**).



Lagunillo de La Gabata y Laguna Larga bajo el Puntal de la Caldera

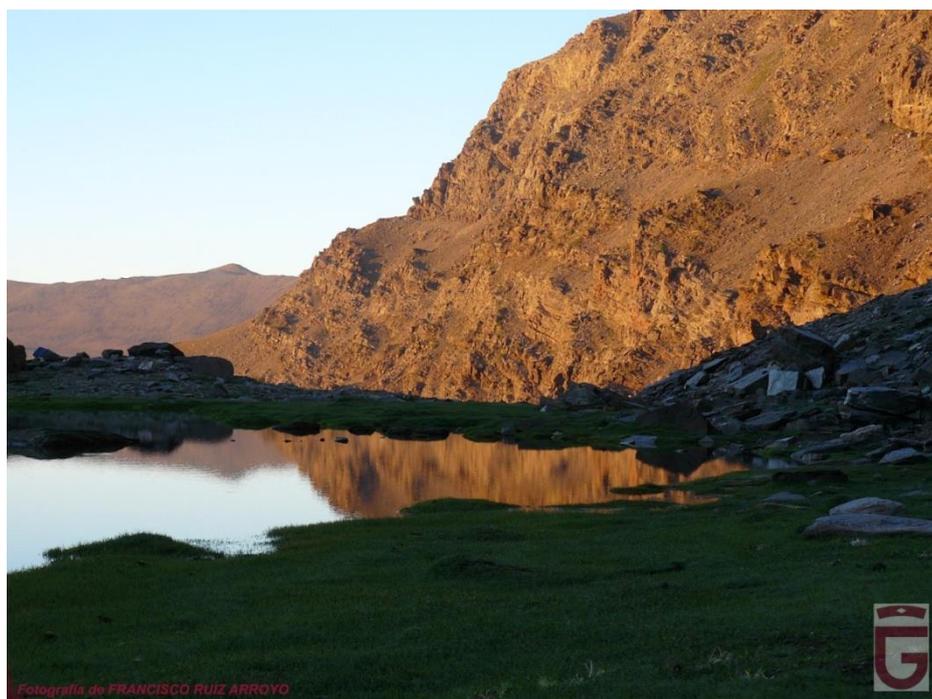
Tras rebasar el Espolón del Puntal de La Caldera, atravesaremos la cara norte del mismo. En este punto podríamos encontrar un gran ventisquero, el cual nos obligará a descender un poco si queremos franquearlo sin pisar nieve.

Una vez sobrepasada la cara norte del Puntal de la Caldera, tendremos que remontar la pendiente que nos conduce hasta un pequeño collado situado junto al pico Juego de Bolos. Desde éste collado gozaremos de una vista impresionante de la cara norte del Mulhacén, la cual se nos mostrará alta, cercana, plena de espolones, vasares, gendarmes y corredores fruto de la erosión. Muestra de la erosión a la que está sometido el Mulhacén son los canchales de rocas que, a modo de conos de deyección, se sitúan en la base de su cara norte.



*Cara norte del Mulhacén*

Nos encontramos en los dominios del Mulhacén, techo de la península ibérica, y será en las inmediaciones de la Laguna de la Mosca (**punto 7**), situada bajo la cara norte de éste gigante, donde encontraremos acomodo para pasar nuestra primera noche. Algo que debemos tener muy en cuenta durante la travesía, además de la prohibición de acampar sobre el borreguil, es que el baño, la higiene personal y el lavado de enseres en las lagunas de Sierra Nevada están también expresamente prohibidos.



*Laguna de la Mosca y cara oeste de la Alcazaba al atardecer*

## DÍA 2: LAGUNA DE LA MOSCA – LAGUNA HONDERA

El segundo día partiremos desde la Laguna de la Mosca (**punto 7**) en dirección al Gran Vasar de la Alcazaba. Para ello, debemos subirnos al escalón rocoso que flanquea el extremo sureste de la laguna, y, una vez sobre el mismo, seguir los hitos que nos conducirán hasta el comienzo del vasar (**punto 8**). El Gran Vasar es una cornisa que atraviesa las caras oeste y norte de la Alcazaba.

A medio camino en nuestro discurrir por el vasar atravesaremos el Espolón de la Alcazaba (**punto 9**), el cual hace las veces de charnela entre ambas caras.

Una vez introducidos en la cara norte de la Alcazaba es muy posible que existan ventisqueros sobre el vasar. Es probable que dichos ventisqueros puedan superarse a través de las rimayas que se generan entre la pared y el propio ventisquero (como consecuencia del deshielo), pero podría darse la circunstancia de que nos viésemos obligados a pisar nieve, lo que haría necesario usar crampones y piolet. Por todo ello, resulta preciso informarse previamente de las condiciones que presenta el vasar (haciendo uso de las fuentes de conocimiento y de los foros recomendados) con el objeto de dotarnos del material necesario o de no recorrerlo.



*Vista atrás, hacía el Mulhacén, desde el Gran Vasar de la Alcazaba*

Al salir del Gran Vasar nos encontraremos en el Collado del Goterón (**punto 10**), el cual se sitúa sobre el cordal principal de la sierra. Desde aquí seguiremos la cuerda hasta situarnos bajo el Puntal del Goterón (**punto 11**), lugar en el que comenzaremos a recorrer los Tajos del Goterón permaneciendo pegados a la base de los mismos. Este es uno de los lugares menos frecuentados de Sierra Nevada, encontrándose lo suficientemente alejado como para que llegar a él se convierta en una empresa muy exigente o de varios días. En este lugar magnífico el agua de deshielo cae formando cortinas de agua bajo las cuales pasaremos.



Cortina de agua que da nombre a los Tajos del Goterón (punto 12)

Para salir de los Tajos del Goterón emplearemos la estrecha cornisa que se sitúa al final de los mismos (**punto 13**). Traspasada dicha cornisa, la pared por la que discurrimos pierde inclinación, convirtiéndose en ladera. Continuaremos por esta ladera unos 450 metros, en ligero y diagonal ascenso, buscando el Paso de la Z. El paso comienza superando el escalón rocoso que se sitúa frente a nosotros (**punto 14**). Una vez superado dicho escalón, llegaremos a una zona de grandes bloques y comenzaremos a subir de cara a la pendiente, muy pronunciada aquí, buscando la forma más evidente de superar el muro que remata superiormente la ladera. Superada esta última dificultad, habremos llegado a la Cañada de los Borregos (**punto 15**).



Cañada del Goterón

Una vez situados sobre la Cañada de los Borregos tendremos que ganar altura a través del flanco derecho de este gran valle colgado hasta alcanzar la cima de la Alcazaba, con 3.369 msnm. **(punto 16)**. Ésta emblemática cumbre nos ofrece vistas en todas direcciones, pudiéndose contemplar desde ella casi todos los tresmiles de Sierra Nevada.



*Vistas hacia el oeste desde la cima de la Alcazaba*

Tras disfrutar de las grandiosas vistas que esta cumbre nos ofrece, descenderemos hacia el sur, buscando el collado situado entre el Puntal de la Cornisa y los Tajos Coloraos. Dicho collado da acceso al Colaero **(punto 17)**, paso que nos permite descender de forma algo abrupta a la Cañada de Siete Lagunas. Recorreremos éste maravilloso paraje pasando junto a la mayoría de las lagunas que lo componen (que son 9, no 7, en época de deshielo), hasta llegar a la más baja de todas ellas y que por ello recibe el nombre de Hondera **(punto 18)**. Junto a la Laguna Hondera pasaremos nuestra segunda noche.



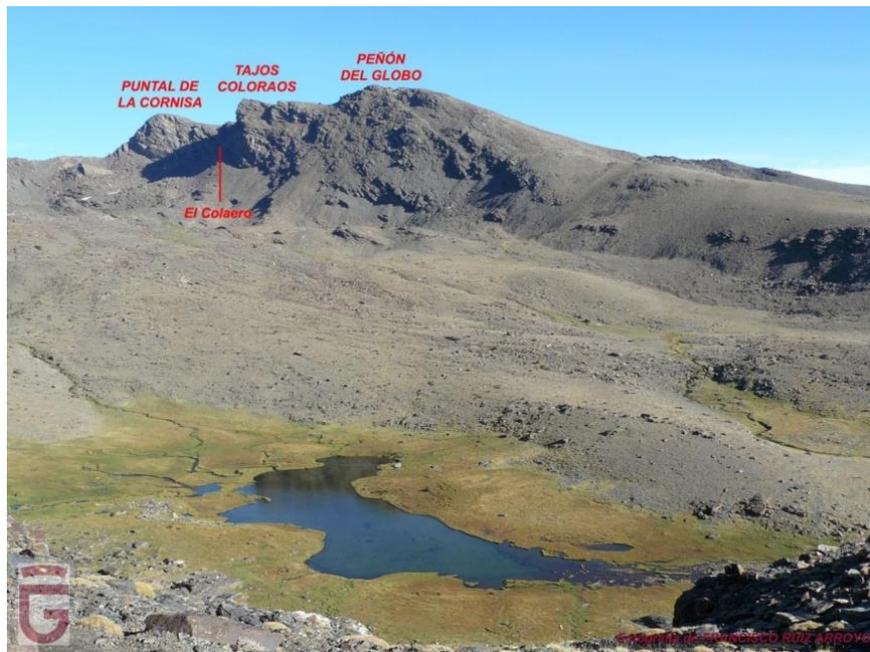
Cañada de Siete Lagunas



Laguna Hondera

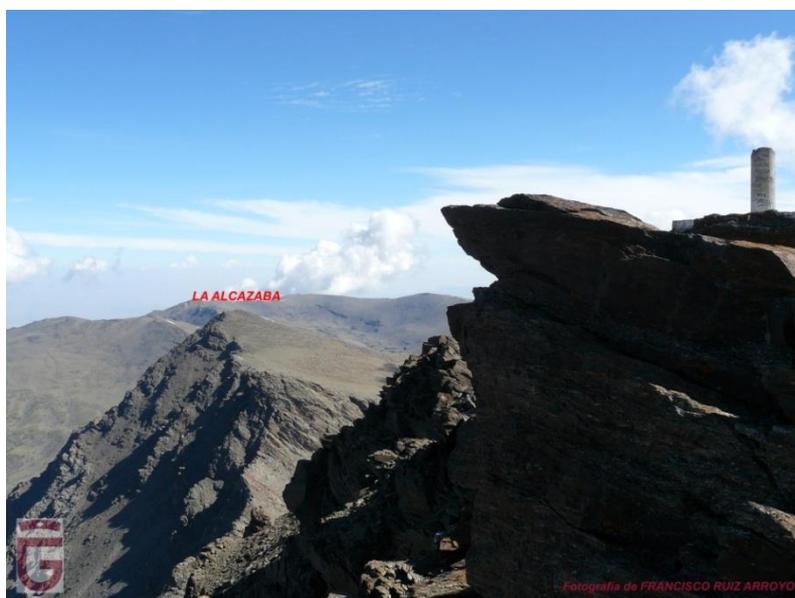
### DÍA 3: LAGUNA HONDERA – LAGUNA DE AGUAS VERDES

Si somos madrugadores, ver amanecer desde la Laguna Hondera (**punto 18**), situada a 2.900 m. de altura, es todo un espectáculo para los sentidos. Una vez recogidos nuestros bártulos, comenzaremos la jornada cogiendo el sendero que parte desde la laguna hacia el sur, y que, tras una subida zigzagueante, nos deposita sobre la Cuerda del Resuello. Una vez situados sobre esta loma, comenzaremos a remontarla. Transcurridos unos metros nuestro sendero se bifurca, conduciendo hacia la izquierda hasta el Alto del Chorrillo. Obviamos dicho desvío y continuamos remontando la loma hasta llegar a la cumbre del Mulhacén después de aproximadamente 1 hora y 45 minutos de ascenso.



Laguna Hóndera vista desde la Cuerda del Resuello

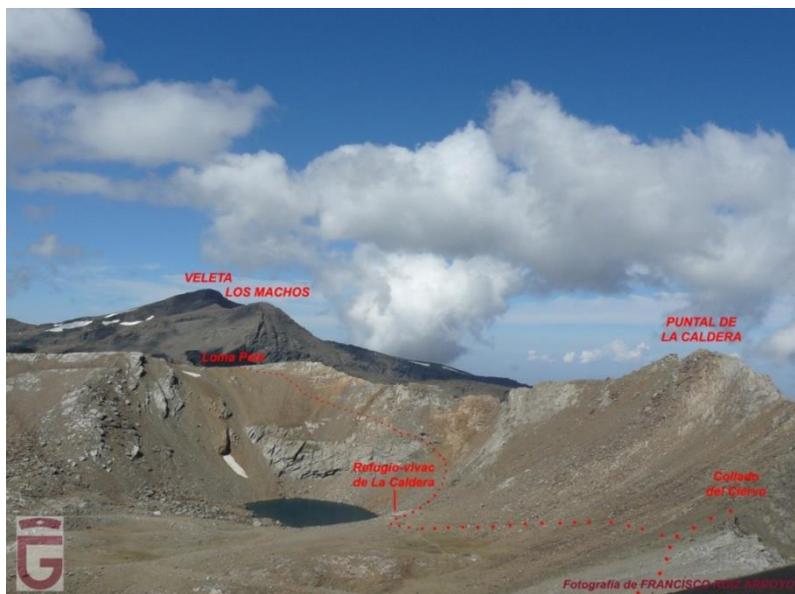
La cumbre del Mulhacén (**punto 19**), con 3.478 msnm., está siempre muy frecuentada en verano. Será este el día de nuestra travesía en el que más personas nos encontraremos. Desde el vértice geodésico del Mulhacén nos podemos asomar a la cara norte de este gigante, pudiendo divisar la Laguna de la Mosca muy abajo y, a la vez, muy próxima, lo cual constituye una visión vertiginosa. El valle del Río Genil se abre a nuestros pies.



Cima del Mulhacén

Hollado el techo de la península, volvemos sobre nuestros pasos para, al poco, comenzar a descender a través de su cara oeste. A media bajada seguiremos la traza del sendero que más nos aproxima al Collado del Mulhacén o del Ciervo, al que podremos acercarnos para gozar de una última panorámica de la cara norte del

Mulhacén y de la Laguna de la Mosca. Una vez hayamos disfrutado de dicha visión, continuaremos descendiendo en dirección al Refugio-vivac de La Caldera (**punto 20**), situado junto a la laguna de la que recibe el nombre (**punto 21**).



*Bajando la cara oeste del Mulhacén*

A continuación seguiremos el sendero que parte desde el refugio y que, a media ladera, y en ascenso, recorre la profunda cubeta de la Laguna de La Caldera hasta depositarnos sobre Loma Pelá (**punto 22**). Saliendo de la cubeta podríamos encontrar un ventisquero a modo de cornisa que nos obligue a extremar las precauciones (en caso de no contar con el material y la experiencia suficientes, recomendamos renunciar a seguir éste camino y optar por coger el carril que, partiendo desde el Refugio-vivac La Caldera, permite rodear Loma Pelá pasando por el Refugio-vivac Villa Vientos).

Una vez sobrepasada Loma Pelá nos encontraremos en los dominios de Río Seco, por cuya cabecera (de nuevo, un circo glaciar), discurre el trazado remanente de la que fue la carretera que unía Granada capital con la Alpujarra. Nos incorporaremos a dicho trazado, constituyendo el mismo un sendero cómodo y ancho hoy día. Abajo, a nuestra izquierda, veremos la Laguna de Río Seco (**punto 23**), laguna junto a la cual se localizaba el Refugio Félix Méndez, refugio guardado que vino a ser sustituido en 1997 por el Refugio Poqueira (situado más abajo, próximo al Río Mulhacén). Sobre la laguna veremos los Raspones de Río Seco, con su dentado perfil.



Laguna y Raspones de Río Seco

Tras atravesar la Puerta (excavación en la roca que facilitaba el paso de la antigua carretera), llegaremos al Collado del Lobo, desde el cual nos asomaremos a la cara este del Cerro de Los Machos y al Valle del Río Valdeinfierno. Continuaremos por el sendero y, tras superar el conocido como Paso de Los Machos (ojo con este paso, pues es expuesto cuando conserva nieve), tendremos la posibilidad de coger el sendero **(punto 24)** que asciende al Cerro de Los Machos, disfrutar de las vistas que de la cara norte y del Corral del Veleta nos ofrece su cima **(punto 25)** y regresar por el mismo lugar hasta reincorporarnos a nuestro camino original **(punto 24)**.

A partir de aquí nos quedará poco para completar la jornada. Ya notamos la presencia del Veleta, cuya abrupta cara sur es la que ahora nos ofrece. Siguiendo nuestro camino llegaremos al Lagunillo del Veleta **(punto 26)**. En este punto debemos abandonar el trazado de la antigua carretera y bajar hasta la Laguna de Aguas Verdes **(punto 27)**, laguna que se sitúa en los Vasares del Veleta y sobre el valle glaciar por el que discurre el río homónimo. Junto a esta preciosa laguna pasaremos nuestra tercera noche.



Laguna de Aguas Verdes sobre los Vasares del Veleta, bajo el Puntal de Loma Púa

#### DÍA 4: LAGUNA DE AGUAS VERDES - LAGUNA DEL CABALLO

El cuarto día de nuestra travesía partimos desde la Laguna de Aguas Verdes (**punto 27**), deshaciendo parte del camino seguido el día previo, para incorporarnos de nuevo al antiguo trazado de la carretera que comunicaba Granada capital con la Alpujarra. Una vez situados sobre dicho trazado, lo seguiremos (abandonándolo en un par de ocasiones para continuar por sendero la subida) hasta llegar al Refugio-vivac de la Carihuela (**punto 28**), refugio que se sitúa junto al collado del que recibe ese nombre. Desde este refugio, pudiendo ocultar el equipaje en su entorno, y recogerlo a la vuelta, optamos por subir ligeros hasta la cima del Veleta, con 3.398 msnm. (**punto 29**).



Vistas desde la cima del Veleta (punto 29)

Tras hollar la tercera cima en altura de la Península Ibérica (detrás del Mulhacén y del Aneto), volveremos sobre nuestros pasos, recogeremos nuestras mochilas (previamente ocultas en el entorno del Refugio-vivac La Carihuela, **punto 28**) y, tras rodear el Puntal de Loma Púa por la derecha, llegaremos a un collado desde el que iniciaremos el cresteo que supone atravesar los Tajos de la Virgen siguiendo fielmente la cuerda principal de la sierra. Si quisiéramos evitar el tramo complicado que existe en esta travesía (paso expuesto y trepada de grado II), cogeremos el sendero que sale a la izquierda desde el mencionado collado. Dicho sendero, un tanto difuso, aunque jalonado con hitos, recorre la vertiente sur de los Tajos de la Virgen a media ladera, y, aunque requiere del uso de las manos en su tramo final, nos permitirá regresar a la cuerda una vez superados los tajos sin haber afrontado grandes dificultades.

Una vez superados los Tajos de la Virgen (**punto 30**), continuaremos progresando por la cuerda, ahora sin dificultad alguna, hasta llegar a la base del Fraile de Capileira. Tras pasar junto a este esbelto gendarme de roca, afrontaremos un nuevo cresteo al atravesar los Tajos del Nevero (**punto 31**). El paso a través de estos tajos está marcado con hitos y no reviste dificultad alguna, salvo la que se deriva de encontrar el camino correcto a través de un completo caos de rocas.



*Tajos del Nevero (punto 31), vistos desde la salida de los Tajos de la Virgen (punto 30)*

Tras salir de los Tajos del Nevero, continuaremos caminando sobre la cuerda. Pronto pasaremos junto a un pluviómetro, y, al poco, junto a un aljibe. El aljibe nos indica que nos encontramos justo encima del Refugio Elorrieta (**punto 32**). Este antiguo refugio forestal cuenta con una parte excavada en la roca que lo convierte en único y que merece la pena visitar. El pobre estado que presenta la cubierta de la parte edificada la hace inhabitable cuando llueve, pues presenta numerosas goteras y el interior de la misma llega a encharcarse completamente.

Nos encontramos en el extremo superior del Valle de Lanjarón, el cual se abre ahora bajo nuestros pies. Los senderos de arriería que recorren este valle culminan todos en el Refugio Elorrieta, y, como éste, y el resto de refugios que jalonan la parte superior del valle, fueron construidos a comienzos de los años 30 del siglo pasado como parte de los planes de reforestación emprendidos entonces aquí.

El sendero que seguiremos una vez dejado atrás el Refugio Elorrieta, ya introducidos en el Valle de Lanjarón, se denomina Vereá Cortá. Este camino cuenta con un recorrido que es, sin duda, de los más espectaculares de la sierra, pues discurre por los vasares, y atraviesa los tajos, de la vertiente septentrional del Valle de Lanjarón, permitiendo disfrutar de todas las lagunas, lagunillos y charcas que allí existen.



Valle de Lanjarón

Nada más comenzar a descender desde el Refugio Elorrieta divisaremos abajo, a nuestra derecha, el Lagunillo y la Laguna de Lanjarón (**punto 33**). Tras vadear el Río Lanjarón, ya sobre Vereá Cortá, nos toparemos con el Lagunillo de Charca Pala (**punto 34**). Continuando por la vereda pasaremos junto a cuatro charcas de carácter efímero conocidas como Charcas de Tajos Altos (**punto 35**), y, más adelante, sobre un pequeño rellano, encontraremos la Laguna de Tajos Altos (**punto 36**), situada justo bajo la cumbre de la que recibe el nombre.



Laguna de Tajos Altos (punto 36)

Pasada la Laguna de Tajos Altos, la pendiente de nuestra media ladera aumenta hasta convertirse en tajo. Es aquí donde se encuentra el paso al que Vereá Cortá debe el nombre. Se trata de una estrecha canal donde el sendero desaparece y que es preciso atravesar con la ayuda de una cadena dispuesta a modo de pasamanos. No se trata en absoluto de un paso difícil.

Tras pasado este punto, Vereá Cortá vuelve a convertirse en sendero y, al poco, nos sitúa en Laguna Cuadrada (**punto 37**). Pareciera que la vereda hubiera servido para regular las aguas altas de esta laguna (a modo de dique), disponiendo para ello de un aliviadero.

Tras afrontar un serpenteante descenso y recorrer longitudinalmente varios vasares, comenzaremos a presentir inminente el final de nuestro día. Veremos muy próxima la Laguna de Nájera (**punto 38**), la cual se sitúa por debajo de la vereda, y, al poco, habremos llegado a la Laguna del Caballo (**punto 39**), localizada en una cubeta glaciar sobre cuya morrena se sitúa el Refugio-Vivac del Caballo (**punto 40**).



Laguna y Refugio-vivac del Caballo (puntos 39 y 40)

## DÍA 5: LAGUNA DEL CABALLO – HOYA DE LA MORA

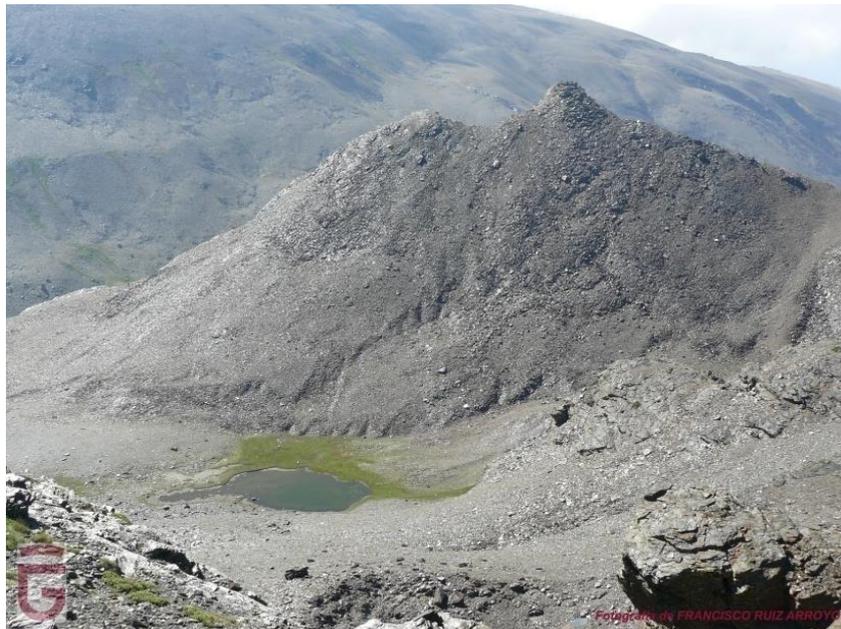
El quinto y último día de nuestra travesía partiremos desde la Laguna del Caballo (**punto 39**) y, tras recorrer a media ladera las vertientes este y sur del Cerro del Caballo, llegaremos hasta el lugar en el que se ubican los restos del inacabado Refugio de Lanjarón (**punto 41**). A partir de entonces, dejaremos el sendero que nos ha conducido hasta allí (y que nos llevaría valle abajo), y giraremos a la derecha para comenzar a remontar la loma buscando la forma cómoda de subir hasta el vértice geodésico que corona la cima del Cerro del Caballo (**punto 42**).

Desde el Cerro del Caballo, con 3.011 msnm., el tresmil más occidental del macizo, podremos contemplar la mejor vista del Alto Valle de Lanjarón. Inmediatamente por debajo nuestra veremos la Laguna y el Refugio del Caballo, pudiendo distinguirse perfectamente la canal excavada en la morrena de la cubeta glaciar y cuyo objeto fue el de desaguar la laguna con fines agrícolas en una época de intensa sequía (a finales de los años 70 del siglo XIX). Por fortuna, dicha empresa quedó pronto paralizada. Hoy día, en el ámbito científico, se estudia la posibilidad de restaurar la morrena y recuperar el nivel de agua de la laguna primitiva, aunque se trata de una tarea sumamente costosa.



*Cuerda Alta y Alto Valle de Lanjarón, vistos desde el Cerro del Caballo (punto 42).  
Laguna y Refugio-vivac del Caballo (puntos 39 y 40) a nuestros pies*

Bajaremos de la cima del Cerro del Caballo en dirección al collado por el que se accede a la Laguna y al Refugio-vivac del Caballo si la aproximación se hace desde la vertiente septentrional de la sierra. Una vez situados en dicho collado, comenzaremos a recorrer el sendero que discurre sobre la cuerda que delimita el Valle de Lanjarón por el norte. En nuestro progresar a través de dicha cuerda, denominada Cuerda Alta, podremos hollar dos tresmiles: Tajos Altos, con 3.111 msnm. (**punto 43**) y el Tozal del Cartujo, con 3.152 msnm. (**punto 44**).



Laguna de Nájera (punto 38) bajo el Morrón



Cuerda Alta

Cuerda Alta finaliza a los pies del Refugio Elorrieta (**punto 32**), lugar en el que distinguiremos las hiladas de piedras que constituyen el perímetro cuadrangular de lo que fue un pretendido jardín botánico. Una vez incorporada nuestra marcha a la Vereda de Elorrieta, sendero por el que se accede al refugio desde los Lagunillos de la Virgen, comenzaremos a bajar por ella introducidos ya de lleno en la cabecera del Valle del Río Dílar. A medida que bajemos iremos dejando la vertiente norte de los Tajos del Nevero a nuestra derecha. Abajo, a nuestra izquierda, divisaremos los Lagunillos de la Ermita, y, al poco, llegaremos a los Lagunillos de la Virgen (**punto 45**), situados bajo los tajos del mismo nombre. A partir de éste momento entraremos en los dominios de la estación de esquí de Sierra Nevada.



*Borreguiles encharcados de los Lagunillos de la Virgen*



*Estrella de las Nieves*

Pasaremos a continuación junto al Embalse de las Yeguas (**punto 46**), antigua laguna natural que en 1976 fue desgraciadamente represada. El paraje de la Laguna de las Yeguas fue el lugar elegido por los primeros excursionistas de Sierra Nevada (a finales del siglo XIX y comienzos del XX) para establecer sus campamentos de altura y acometer desde allí sus incursiones en la alta montaña. Por aquel entonces se accedía a la sierra haciendo uso de caballerías, siguiendo el antiguo Camino de Los Neveros desde Granada capital.



Embalse de las Yeguas (punto 46)

Tras abandonar el Embalse de las Yeguas, avanzaremos por el carril que desde ella parte y, una vez sobrepasado el Collado de la Laguna, atravesaremos Borreguiles (**punto 47**). Pasado Borreguiles, seguiremos el sendero que desemboca en el carril asfaltado que comunica la estación de esquí (zona de Borreguiles) con la Hoya de la Mora. Dicho carril desemboca a su vez en la antigua carretera que comunicaba Granada capital con la Alpujarra, hoy día restringida al tráfico. Aunque la carretera serpentea sobre la Loma del Veleta, la abandonaremos varias veces siguiendo los tramos de sendero y de carril que permiten acortar el recorrido y, al poco, habremos llegado a la Hoya de la Mora (**punto 0**), punto inicial y final de nuestra larga travesía circular a través de la alta montaña nevadense.



## LUGARES

### DE INTERÉS TURÍSTICO:

[Yacimiento arqueológico del Cerro de la Encina, Monachil](#)

[Iglesia de la Encarnación, Monachil](#)

[Convento de los Padres Agustinos Recoletos, Monachil](#)

### ALOJAMIENTOS:

[Albergue Universitario, Hoya de la Mora \(Monachil\)](#)

[Albergue Juvenil Sierra Nevada, Pradollano \(Monachil\)](#)

[Hostal Yeti, Pradollano \(Monachil\)](#)

[Hotel Kenia Nevada, Pradollano \(Monachil\)](#)

[Apartamentos Inside Plaza, Pradollano \(Monachil\)](#)



## **BARES Y RESTAURANTES:**

[Restaurante La Muralla, Pradollano \(Monachil\)](#)  
[La Antorcha Sierra Nevada, Pradollano \(Monachil\)](#)  
[Restaurante Ci Vediamo, Pradollano \(Monachil\)](#)  
[Taberna La Guardilla, Monachil](#)  
[Restaurante La Cantina de Diego, Monachil](#)

## **OCIO:**

[Estación de Esquí de Sierra Nevada, Pradollano \(Monachil\)](#)

## **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](#)  
[Ride Sierra Nevada](#)  
[Mountain Spirit](#)

### **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](http://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](http://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](http://www.exploregranada.es).*