VIVAC EN LA LAGUNA DE LA MOSCA. MULHACÉN

Sierra Nevada

muntania

Tu agencia de viajes

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 Datos básicos 2
2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 2
3 El destino 2
4 Programa 3
4.1 Programa resumen 3
4.2 Programa detallado 3
5 Más información 4
5.1 Incluye 4
5.2 No incluye 4
5.3 Material y ropa necesaria para las excursiones 4
5.4 Observaciones 5
5.5 Tipo de seguro que se incluye en la actividad 5
5.6 Enlaces de interés 6
5.7 Puntos fuertes 6
6 Otros viajes similares 6
7 Contacto 6

1 Presentación

En este viaje disfrutaremos de dos jornadas de **montaña** en una **travesía lineal,** que nos llevará desde la **Loma de Maitena** al **Puntal de las Calderetas** (3.071m.), uno de los tresmiles más salvajes de **Sierra Nevada**

Tras recorrer esta ruta increíble por sus paisajes, alcanzaremos la **Laguna de la Mosca,** a los pies de la cara **Norte del Mulhacén**, la montaña mas alta de la **Península Ibérica.** Aquí será donde montaremos nuestro vivac.

Al día siguiente continuaremos nuestra travesía hasta alcanzar la **Hoya de la Mora** punto final de nuestra travesía.

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

2 Datos básicos

Destino: **Sierra Nevada** (España).
Actividad: Vivac
Nivel físico : ** Tipo de terreno: **
Duración: 2 días.
Época: Junio-Noviembre
Grupo mínimo-máximo: 3-8 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

Observaciones. Excursiones aptas para gente activa que camina por la montaña los fines de semana y que es capaz de hacer desniveles de entre 700 y 1.250 metros diarios a ritmo tranquilo con una duración entre 5 y 7 horas incluyendo paradas.

3 El destino

Sierra Nevada es un macizo montañoso perteneciente al conjunto de las Béticas, concretamente a los **sistemas Penibéticos.** Está situada en **Andalucía**, España, extendiéndose por la zona centro-este de la provincia de **Granada**. Es el macizo montañoso de mayor altitud de toda Europa occidental después de los Alpes. Su altitud máxima se alcanza en el pico **Mulhacén,** de 3.482 msnm.

Sierra Nevada, juntamente con las Béticas, se formó durante la orogénesis Alpina en la era Terciaria. A causa de su aislamiento y altitud, desde el fin de la Glaciación de Würm el macizo ha quedado como refugio de innumerables plantas y endemismos impropios de las latitudes mediterráneas en las que se sitúa, según fuentes del Ministerio de Medio Ambiente de España,66 especies vegetales vasculares endémicas y otras 80 especies animales propias del lugar.

La "**Sierra del Sol**", como la denominaban en la Edad Media, alberga un rico patrimonio cultural e histórico en el que se solapan y enriquecen legados tartesos, romanos y visigodos, singularmente en la vertiente alpujarreña. Lo más significativo del período musulmán son las sofisticadas técnicas de regadío, cuyas acequias y regatos surcan las laderas recogiendo agua del deshielo y la escorrentía para ser aprovechada en usos y actividades tradicionales. Parte del recorrido pasa por estas **acequias** de origen **árabe**, que son un legado de ingeniería, historia y cultura única en nuestro país.

La monumental **Granada** cuenta con un legado artístico y cultural, como **La Alhambra**, el interesante **Albahicín** y la sugerente **Calderería**, así como otra multitud de lugares que podremos descubrir.

Mención también merece el buen comer, a través de la costumbre cultural de la tapa que siempre acompaña gratuitamente a cada bebida, muchas de ellas realmente suculentas y elaboradas. Esta costumbre del **tapeo** se extiende por toda la provincia de Granada y todos sus pueblos.

La conocida y atractiva **Alpujarra** es otro de los lugares para perderse en unos días de turismo de montaña, disfrutar del paisaje, la gastronomía, sus vinos y sus gentes.

Motril, **Salobreña** o **Almuñecar** se encuentran a tan solo media hora, es otra alternativa interesante, terminar pasando unos días en la playa, lo que completa más si cabe nuestras vacaciones.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Loma de Maitena-Laguna de la Mosca

Distancia 16 km Desnivel +1300 m

Día 2. Laguna de la Mosca-Hoya de la Mora

Distancia 11 km Desnivel +1100 m

4.2 Programa detallado

Día 1. Loma de Maitena-Laguna de la Mosca

El punto de partida será la **Loma de Maitena** que nos llevará primero hacia el **Puntal de las Calderetas** (3.071m.), uno de los tresmiles más salvajes de **Sierra Nevada,** y al finalizar la etapa, a la **Laguna de la Mosca,** a los pies de la cara **Norte del Mulhacén**, la montaña mas alta de la **Península Ibérica.** Aquí será donde montaremos nuestro vivac.

Distancia 16 km Desnivel +1300 m

Día 2. Laguna de la Mosca-Hoya de la Mora

Al día siguiente continuaremos nuestra travesía en un tramo muy atractivo por las impresionantes vistas: Los **Tajos de la Virgen, El Cartujo, Tajos Altos, el Caballo** y al fondo **el Mar Mediterráneo,** hasta alcanzar la **Hoya de la Mora,** final de nuestra travesía.

Distancia 11 km Desnivel +1100 m

5 Más información

Precio. 130 euros.

5.1 Incluye

- Guía de montaña
- Cena y desayuno
- Gestión de la actividad.
- Seguro de accidentes y rescate

5.2 No incluye

- Transporte. Muntania Outdoors puede gestionar el transporte del mismo en función de la procedencia de los participantes.
- Muntania Outdoors puede gestionar el alojamiento del día de viaje en un pueblo cercano.
- Almuerzos.

5.3 Material y ropa necesaria para esta actividad

- Mochila de día (entre 30-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña
- Ropa técnica:
  - Calcetines y otros de repuesto.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa) y otra de repuesto
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorro
  - Gorra para el sol.
  - Guantes
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1,5 litros
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).
- Saco de dormir (Al menos 0 º confort)
- Comida de ataque para dos días: barritas, sándwich, frutos secos...

- Esterilla

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 14 a 7 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

5.5 Tipo de seguro que se incluye en la actividad

Seguro de accidentes y rescate incluido (no es un seguro de viaje) y **seguro de viaje** (también de accidentes y rescate pero mejor cobertura) **no incluido.**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes**, pero sin ninguna duda, **si usted hace montaña de forma regular y además viaja**, **le recomendamos un seguro de viaje** que además le **cubre muchas actividades deportivas** y si además contrata "**con cancelación**" tendrá una cobertura más completa. Puede contratar el seguro de viaje por el periodo de tiempo que dura la actividad o el seguro anual (fecha de inicio el día que usted decida) que le cubrirá no sólo la actividad que realice con Muntania Outdoors sino también otras muchas actividades deportivas que haga durante el año.

Con cancelación, si usted o un familiar tiene algún percance antes o durante la actividad, tendrá derecho a la devolución del importe pagado (o una parte si ya está en el periodo de tiempo que se desarrolla la actividad) tanto en los billetes como en el propio viaje. Además, a través del seguro de viaje tendrá cubierto los gastos por un regreso anticipado.

El Seguro de viaje lo gestionamos con **Intermundial** y el coste es menor a través de Muntania Outdoors que si lo gestiona usted de forma directa. El seguro de viaje con cancelación que gestionamos permite una devolución de hasta 900 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero . Si el importe del viaje más vuelo es mayor se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Otros seguros con **Intermundial**. **Seguro de cancelación: Anulación Plus y Anulación Élite** (solo cubre los gastos de cancelación del viaje previo al día de partida por alguna causa). Ideal para aquellas personas que tienen

algún familiar del que tienen que estar pendientes u otras causas (pedir documento de estos dos seguro para ver coberturas).

Más información en **https://www.muntania.com/seguros**

Seguro de accidentes y rescate incluido

** Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA J-2421 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h +34 93 366 95 81 (es el número de contacto de la empresa aseguradora AXA).

*** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

**** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

5.6 Enlaces de interés

- https://sierranevada.es/

5.7 Puntos fuertes

- Disfrutar de una noche estrellada en el corazón de la cordillera.
- Conocer el entorno del **Mulhacén**, corazón de **Sierra Nevada.**
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística.

6 Otros viajes similares

- Vivac en el Bisaurín. Pirineo aragonés
- Vivac en el Monte Perdido. Pirineo aragonés
- Vivac en los Ibones Azules. Pirineo aragonés
- Vivac en los Ibones de Anayet. Pirineo aragonés

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).