SENDERISMO EN EL CABO DE GATA, ALMERÍA

Andalucía

muntania

Tu agencia de viajes

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

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 Destino 2
3 Datos básicos 2
3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 2
4 Programa 3
4.1 Programa resumen 3
4.2 Programa detallado 3
5 Más información 6
5.1 Incluye 6
5.2 No incluye 6
5.3 Material y ropa necesaria para las excursiones 6
5.4 Observaciones 6
5.5 Enlaces de interés 7
5.6 Puntos fuertes 7
5.7 Otros viajes similares 7
6 Tipo de seguro que se incluye en el viaje 8
7 Contacto 9

1 Presentación

Escapando del frío y buscando el **Mediterráneo**, su luz y naturaleza visitaremos dos zonas de **Andalucía** donde el buen tiempo, la gastronomía y una magnífica red de senderos hacen obligada su visita para cualquier amante del senderismo.

Nuestro campo base será el **Cabo de Gata**, en el Levante Almeriense, donde vamos a encontrar los contrastes del **mar** y el paisaje **semidesértico**, con temperaturas que permiten agradables jornadas de senderismo en la misma orilla del **Mediterráneo**.

Vamos a recorrer algunos de los senderos más reseñables de la red del **Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar**, combinando circularmente cuando es posible varias rutas del catálogo de senderos. Extremaremos la protección del entorno vegetal y el paisaje en general, en un ecosistema especialmente delicado y único en **Europa**.

2 Destino

El Cabo de Gata es un enclave único en la **Península Ibérica**. Encierra en su zona aledaña uno de los paisajes volcánicos más desérticos de Europa, sin embargo, contrastado con una riquísima flora y vegetación autóctona destacando "la Pita", que son las flores de los agaves. También destacan las chumberas y los palmitos. Tierra de contrastes, calas ocultas, aguas transparentes; la singularidad de su edificación natural y los fondos marinos de su costa han obligado a la conservación de este entorno bajo la figura del **Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar**. Un interior despoblado y desértico acompañado de una costa atormentada, salpicada de infinidad de bellas calas, permiten combinar recorridos de sorprendente originalidad en **Europa**, bien sea en caminando o en bicicleta. El pueblo de **San José,** de gran belleza, es el centro neurálgico y base de operaciones para visitar la zona.

3 Datos básicos

Destino: Andalucía (España). Cabo de Gata, Almería.
Punto de encuentro: Madrid o en destino
Actividad: Senderismo
Nivel físico: */**. Tipo de terreno: **.
Duración: 4 días
Época: Septiembre a Junio
Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

3.1 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

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

(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).

Observaciones. Se requiere estar habituado a caminar por la montaña y poder realizar desniveles de 700 metros a ritmo tranquilo. El terreno en la zona de costa es con frecuencia abrupto y por sendas muy poco marcadas, pero no se necesita de las manos para progresar en ningún punto de los recorridos. Es necesario estar habituados a caminar en montaña.

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. Traslado al Cabo de Gata y excursión de San José a la Isleta del Moro.

Punto de encuentro muy temprano en Madrid (7 am) y viaje a Almería.

Distancia 12 kms. Desnivel + 250 m. Desnivel – 250 m Tiempo 4 horas.

Día 2. La ruta de las Calas.

Distancia 21 kms. Desnivel + 710 m. Desnivel – 710 m Tiempo 8 horas. Dificultad: media.

Posibilidad de acortar el itinerario sin perjudicar a las personas que quieran realizar el itinerario completo.

Día 3. Playazo – Aguamarga.

Distancia 17,5 kms. Desnivel + 600 m. Desnivel – 600 m Tiempo 5-6 horas. Dificultad: media.

Día 4. Excursión a determinar y tras el almuerzo (no mas tarde de las 14 pm) emprenderemos el viaje de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Traslado al Cabo de Gata y excursión de San José a la Isleta del Moro.

Punto de encuentro muy temprano en Madrid (7 am) y viaje a Almería.

Iniciaremos el recorrido en San José atravesando una cala escondida con un curioso alojamiento a pie de mar, "**Cala Higuera**". Subida a la punta por debajo de la torre de Cala Higuera, una de las antiguas torres de vigilancia de todo el litoral.

Desde aquí el recorrido se realizará al lado del mar, pero en altura, por un cómodo sendero que coincide con el GR-92 para bajar hasta la **playa de los Escullos**, escenario también de varias películas. Aquí está situada la fortaleza de San Felipe del siglo XVIII, una de las 9 fortalezas que ordenó construir Carlos III desde Almería hasta Málaga. También hay un antiguo fondeadero donde se cargaba antiguamente el esparto y hoy se sitúa un curioso bar "chiringuito" playero nocturno.

Desde aquí seguiremos un recorrido muy pegados al mar hasta el pueblecito pesquero de la **Isleta del Moro** (del moro Arraiz), donde nos tomamos una merecida cerveza con su tapita y regresaremos en coche a San José.

Distancia 12 kms. Desnivel + 250 m. Desnivel – 250 m Tiempo 4 horas.

Día 2. La ruta de las Calas.

Recorrido donde se aprecia claramente el origen volcánico de todo el parque, encontrándonos en primera instancia a la media hora de marcha la primera playa, "**Los Genoveses**", para cruzarla y subir al morrón de los Genoveses. Esta playa ha sido escenario de varias películas, como "Indiana Jones y la última cruzada" o "Lawrence de Arabia" y sí, debe su nombre a los genoveses, que desembarcaron en esta playa para echar una mano contra los moriscos.

Iremos en un sube baja cruzando diferentes paisajes volcánicos y diferentes playas y calas, como la **cala del Príncipe**, las diferentes **playas del Barronal**, la ensenada de **Mónsul**, **ensenada de Media Luna** y **cala Carbón**, por este orden.

Y nada mejor que disfrutar de un baño en el mar, aunque viajes en invierno.

Seguiremos recorriendo más calas, para llegar en una última subida hasta el **cerro de Vela Blanca**, donde hay una de las antiguas torres de vigilancia que surcan todo el litoral y a donde llega también la carretera de asfalto desde el pueblo del Cabo de Gata situado al otro lado.

Para regresar, primero recorreremos el mismo camino para luego continuar por el interior con un último ascenso por los cerros del Barronal, apreciando la olla volcánica antes de bajar nuevamente a Genoveses y regresar por el mismo camino de la ida.

Distancia 21 kms. Desnivel + 710 m. Desnivel – 710 m Tiempo 8 horas. Dificultad: media.

Posibilidad de acortar el itinerario sin perjudicar a las personas que quieran realizar el itinerario completo.

Día 3. Playazo – Aguamarga.

Desplazamiento en vehículo hasta el Playazo, bonita playa situada en el municipio de Rodalquilar, pueblo metido en el interior del parque, en el valle de Rodalquilar, antiguo cráter volcánico cuya única salida era el Playazo.

El valle de Rodalquilar también ha sido escenario de películas como "La muerte tenía un precio" entre otros. Cuenta con importante pasado minero, con unas minas de oro ya abandonadas situadas en la parte alta del pueblo. Es un municipio donde se concentran muchos artistas y artesanos de toda la zona.

Nada más empezar el recorrido, que comienza en la playa, nos encontraremos con **La Batería de San Ramón**, otra de las 9 fortalezas que ordenó construir Carlos III desde Almería hasta Málaga y que hoy está en manos privadas.

Nuestro siguiente objetivo será el pueblo de **Las Negras**, por la abundancia de sus piedras negras, que está muy de moda en el entorno por su cercanía a la cala de San Pedro y con mucha tradición y mucha oferta para la práctica del buceo en la zona.

La **Cala de San Pedro** será nuestro próximo objetivo y nuestro punto de parada. En ella se encuentra también el castillo de San Pedro, comenzado a construir en el siglo XVI y terminado en el XVIII tras dos reformas. Hoy está en manos privadas y se especula con objetivos turísticos que transformarían este paisaje. Además de ser enclave idílico y puerto natural, cuenta con una fuente de agua permanente, algo muy apreciado por esta zona y que permite que desde hace unos cuantos años hay asentamientos permanentes "hipies" que cultivan y utilizan energía solar.

El resto del recorrido nos llevará, primero hasta el alto de la rellana de San Pedro desde donde hay una vista espectacular de **Aguamarga** y después hasta las **calas del Plomo** y **En medio**, en un sube baja entre palmitos, tomillos, esparto y lavanda rodeados de un entorno volcánico de enorme belleza. Regreso en vehículo a nuestro alojamiento.

Distancia 17,5 kms. Desnivel + 600 m. Desnivel – 600 m Tiempo 5-6 horas. Dificultad: media.

Día 4. Excursión a determinar y tras el almuerzo (no mas tarde de las 14 pm) emprenderemos el viaje de regreso.

5 Más información

Precio. 430 euros.

5.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el viaje.
- Transporte desde Madrid. Posibilidad de recogida en otros puntos (consultar)
- 3 noches de hotel en habitación doble en régimen de media pensión (67,5 euros suplemento individual).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la infraestructura de la actividad.

*Hostal del Cabo https://confortysabor.com/hostaldelcabo

5.2 No incluye

- Almuerzos. Será de picnic en ruta (bocadillo, fruta, etc).
- Bebidas no incluidas en el menú de las cenas.

5.3 Material y ropa necesaria para las excursiones

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

El resto de equipaje que no lleve en las excursiones estará en su hotel.

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 7 a 5 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.

Habitación doble/individual

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que este interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

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.

El orden de los itinerarios se puede alterar respecto al programa previo por un tema de disponibilidad hotelera a la hora de confirmarse el viaje.

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 Enlaces de interés

- https://www.cabogataalmeria.com

5.6 Puntos fuertes

- Paisajes de gran belleza y contraste mar-desierto.
- Singularidad de los pueblos de las zonas.
- Historia y tradición de las zonas visitadas.
- Entorno natural bien conservado y habitualmente poco transitada.

5.7 Otros viajes similares

- Senderismo en el Mediterráneo. Andalucía. Cabo de Gata y la Axarquía
- Senderismo en Granada Sierra Nevada
- Senderismo en el Pinsapar. Parque Natural de Grazalema. Andalucía

6 Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Seguro Ski/Aventura Plus

Le recomendamos el seguro **Ski/Aventura Plus.** Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior pero además tendrá una cobertura más completa porque tendrá cubierta la cancelación previa del viaje y billetes por un motivo de fuerza mayor (enfermedad, lesión…) tanto de usted como de un familiar.

El seguro de viaje con anulación que gestionamos permite una devolución de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación son seguros de viajes con mejores coberturas** que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors **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.

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).