



SENDERISMO EN EL CABO DE GATA

Almería, Andalucía

muntania
Tu agencia de viajes

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	7
5.5	Enlaces de interés	8
5.6	Puntos fuertes	8
6	Otros viajes similares	8
7	Contacto	8

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-Níjar**, 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-Níjar**. 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 destino.

Actividad: Senderismo

Nivel físico: */**. Tipo de terreno: **.

Duración: 5 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 900 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. Encuentro en la estación de Chamartín a las 8 a.m y **traslado en furgoneta al destino**. Al llegar realizaremos una **excursión** para estirar las piernas y aprovechar la tarde. **Excursión en el Bosque de Amolaredas desde la playa de Retamar.**

Día 2. La ruta de las Calas.

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

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

Día 3. Ascenso al Cerro Cinto desde Rodalquilar

Distancia 17 kms. Desnivel + 350 m. Desnivel – 350 m Tiempo 6 horas.

Día 4. Playazo – Aguamarga.

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

Día 5. Excursión de San José a la Isleta del Moro y viaje de regreso

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

No acabaremos más tarde de las 13-14 pm y tras un rápido almuerzo emprenderemos el viaje de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Encuentro en la estación de Chamartín a las 8 a.m y **traslado en furgoneta al destino**. Al llegar realizaremos una **excursión** para estirar las piernas y aprovechar la tarde. **Excursión en el Bosque de Amolaredas desde la playa de Retamar.**

Ya en tierras almerienses, realizaremos una excursión corta que nos permitirá conocer el exótico bosque de **pitás de Amolaredas**.

Las Pitás son uno de los iconos de la provincia de Almería y es la imagen del Parque Natural de Cabo de Gata. Es una especie vegetal que se introdujo en los años 50 para fabricar fibra textil y que con la aparición del petróleo y derivados para la fabricación del nylon se abandonó.

Lo que hay en la actualidad es un bosque muy llamativo y polémico que proviene de una especie que se sembró y que ha resultado ser invasora.

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. Ascenso al Cerro Cinto desde Rodalquilar

Si las dos primeras jornadas las hemos dedicado a caminar junto al mar, el día de hoy lo dedicaremos a conocer el bonito e interesante paisaje interior que nos ofrece **Almería**.

Desde **Rodalquilar**, caminaremos hacia el **Cortijo del Fraile** y alcanzaremos el **Cerro Cinto** que es una magnífica atalaya con unas amplias vistas de la zona.

El camino es un espectáculo geológico, disfrutando de buenas vistas de la Caldera Volcánica de Rodalquilar, pasaremos por antiguas minas auríferas, yacimientos de Ignimbritas, etc.

Distancia 17 kms. Desnivel + 350 m. Desnivel – 350 m Tiempo 6 horas.

Día 4. 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 5. Excursión de San José a la Isleta del Moro y viaje de regreso

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 pegado 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.



No acabaremos más tarde de las 13-14 pm y tras un rápido almuerzo emprenderemos el viaje de regreso.

5 Más información

Precio.

- 550 euros por persona si el grupo alcanza los 6/8 participantes.
- 610 euros por persona si el grupo alcanza los 4/5 participantes.

*Suplemento de 150 euros en habitación individual.

5.1 Incluye

- Transporte en furgoneta desde Madrid. La salida se realizará a las 08 am desde la estación de Chamartín.
- Guía de montaña durante todo el viaje.
- 4 noches en habitación doble dos camas en San José en régimen de alojamiento con desayuno. Suplemento de habitación individual (150 euros). Hostal del Cabo
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la infraestructura de la actividad.

5.2 No incluye

- Almuerzos. Será de picnic en ruta (bocadillo, fruta, etc.), con posibilidad de establecimientos y restaurantes en la zona de Cabo de Gata.
- 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. El día o días de cambio de alojamiento, el equipaje permanecerá en el vehículo mientras realiza la excursión y/o visitas o se recogerá en el alojamiento tras finalizar la excursión.

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 esté 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.

Seguro de accidentes/viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. 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.

También tiene la opción de contratar únicamente un **seguro de cancelación**.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Galia** y Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

** Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

*** 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.

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.

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.

6 Otros viajes similares

- Senderismo en el Cabo de Gata, Almería. Andalucía
- Senderismo en Granada Sierra Nevada
- Senderismo en el Pinsapar. Parque Natural de Grazalema. Andalucía

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

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

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



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