



**SENDERISMO EN EL PARQUE  
NATURAL LOS ALCORNOCALES Y  
DEL ESTRECHO**

**TARIFA, ANDALUCÍA**

**muntania**  
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	El 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 .....	5
5.1	Incluye .....	5
5.2	No incluye.....	5
5.3	Material y ropa necesaria para las excursiones .....	5
5.4	Observaciones .....	5
5.5	Enlaces de interés.....	7
5.6	Puntos fuertes .....	7
6	Otros viajes similares.....	7
7	Contacto .....	7

## 1 Presentación

Descubre el **Parque Natural de los Alcornocales**, un auténtico laberinto vegetal de espesos bosques, angostos barrancos y suaves montañas que se agolpa a modo de muralla mirando al mar entre las provincias de **Cádiz y Málaga**.

Durante 5 días recorreremos el único **bosque de niebla** de Europa, conoceremos la **costa de Tarifa situada en el Parque Natural del Estrecho** y ascenderemos a las cumbres más emblemáticas de la zona.

En definitiva, un destino que reúne grandes joyas casi escondidas de España y que no nos dejará indiferentes.

## 2 El destino

El **parque natural Los Alcornocales** constituye la mayor masa conservada y productiva de alcornocal de la Península Ibérica.

Situado en la provincia de **Cádiz** y parte de **Málaga**, se extiende desde la sierra hasta el joven **Parque Natural del Estrecho**, presentando gran diversidad de relieves y paisajes. Esta riqueza se refleja en todos los ámbitos: flora, fauna, climatología, historia y folklore.

Las condiciones de humedad proveniente de la costa se acumulan formando bosques de niebla en valles estrechos y profundos denominados canutos y facilita la conservación de una flora muy singular, perteneciente a la Era Terciaria, la Laurisilva. Se caracteriza por hojas lisas y brillantes, que aprovechan la humedad y escasa luz que dejan pasar los árboles que bordean los canutos. Así, entre el aroma del laurel, la belleza del ojaranzo en flor, elegantes durillos y acebos, se caminará por esta especie de selva, en compañía de los sonidos del mirlo acuático, el hábil martín pescador y las currucas o pinzones, que se esconden entre los helechos.

Los suelos de arenisca, que han favorecido el denso alcornocal, también albergan quejigos y roble andaluz en las zonas más húmedas.

El **Parque Natural del Estrecho** es la zona de protección ambiental más meridional de la península ibérica. A lo largo del parque converge **una flora y fauna con un alto valor ecológico** gracias a las condiciones climáticas de la zona. Expuesto permanentemente a las rachas del levante y poniente, el viento se ha convertido en una rica fuente de ingresos para sus municipios, centro neurálgico mundial para deportes acuáticos como el kitesurf o el windsurf.

## 3 Datos básicos

Destino: **El parque natural Los Alcornocales** y Tarifa, Cádiz

Actividad: Senderismo

Nivel: NF\* NT \*

Duración: 5 días.

Época: Todo el año

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

### 3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	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)

## 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. Viaje a Tarifa. Senda del Río de la Miel

Salida desde Madrid a las 08:00 a.m. El lugar de encuentro se detallará una semana antes de la partida.

Distancia 7.7 km. Desnivel + 250m. Desnivel – 250m 3h

#### Día 2. Parque Natural de los Alcornocales. El bosque de las nieblas. El Bujeo-Puerto de la Higuera-El Bujeo.

Distancia 11.5 km. Desnivel + 500m. Desnivel – 490m 4.5h

#### Día 3. El Pelayo-Tarifa a través del Parque Natural del Estrecho

Distancia: 21 km. Desnivel + 400m. Desnivel – 150m. 6h

#### Día 4. Circular ascensión al Aljibe y el Picacho. Parque de los Alcornocales

Distancia: 14.3 km. Desnivel + 800m. Desnivel – 800m. 6-7h

#### Día 5. Cascadas y pozas del Río de los Molinos en la Sierra de Ojén

Distancia: 6.6 km. Desnivel + 315m. Desnivel – 315m. 2h

\*No acabaremos más tarde de las 1pm para tener tiempo de realizar el viaje de regreso y no llegar muy tarde.

### 4.2 Programa detallado

#### Día 1. Viaje a Tarifa. Senda del Río de la Miel

Salida desde Madrid a las 08:00 a.m. El lugar de encuentro se detallará una semana antes de la partida.

La senda del Río de la Miel recorre la ribera del río Miel entre elementos naturales y culturales. Las ruinas de acequias y molinos, el empedrado del suelo, el puente de estilo medieval o la fuente de las Niñas. La densidad de la vegetación en estos bosques de ribera obliga a numerosas plantas trepadoras a enredarse en los troncos buscando la luz y construyendo una bóveda vegetal, provocando un clima especial que ha permitido la supervivencia de especies desaparecidas del resto del continente europeo, como el rododendro u ojaranzo. También destaca en esta zona, una de las mejores alisedas del parque natural.

La abundancia de agua hizo que en estas gargantas se instalaran molinos harineros que aprovechaban la energía limpia para hacer funcionar el ingenio hidráulico. El sendero finaliza en una bonita cascada.

Distancia 7.7 km. Desnivel + 250m. Desnivel – 250m. Tiempo 3h

#### Día 2. Parque Natural de los Alcornocales. El bosque de las nieblas. El Bujeo-Puerto de la Higuera-El Bujeo.

**El Bosque de la Niebla** es un singular espacio de máxima protección por sus valores ambientales excepcionales. Cuenta con ecosistemas que no se corresponden ni con la zona donde se ubica ni con la edad geológica. La humedad que emana de su situación geográfica, entre el Atlántico y el Mediterráneo, junto al estrecho de Gibraltar, lo convierte en un paraje único con niebla constante, casi a diario.

La ruta comienza en **El Bujeo** y asciende por el sombrío y húmedo bosque, una reliquia de la laurisilva más oriental del continente europeo. El bosque cuenta con numerosas especies de musgo y helechos tropicales,

además de especies de la laurisilva, mezcladas con especies que entraron desde el norte gracias a las glaciaciones de los géneros Quercus, arces o sorbus, con endemismos propios de los canutos.

Tras 5 km de subida se llega a la cumbre, con vistas tanto al mar como al continente africano. La bajada se realiza por un sendero que atraviesa una zona de matorrales mediterráneos para así completar la ruta circular.

Distancia 11.5 km. Desnivel + 500m. Desnivel – 490m 4.5h

### **Día 3. Tarifa-El Pelayo a través del Parque Natural del Estrecho**

Esta ruta recorre la costa entre **El Pelayo y Tarifa**, y ofrece unas vistas espectaculares tanto de las playas como de la costa africana. El recorrido atraviesa diferentes paisajes y elementos culturales como playas de dunas, acantilados, búnkeres y otras construcciones.

A pesar de la distancia recorrida, la ruta es muy cómoda ya que es en su mayor parte plana. Para llegar al inicio de la ruta habrá que tomar un autobús hasta la localidad de El Pelayo. Desde aquí se iniciará el descenso hasta la costa por una pista y desde ahí se seguirá la costa hasta alcanzar Tarifa.

Distancia: 21 km. Desnivel + 150m. Desnivel – 400m. 6h

### **Día 4. Circular ascensión al Aljibe y el Picacho. Parque de los Alcornocales**

Es una de las rutas más populares ya que se ascienden las dos cumbres más emblemáticas del Parque, el **Pico Aljibe** con 1091m es el pico más alto de la zona mientras que **el Picacho** es su cumbre más característica. Se parte desde el **Área Recreativa El Picacho**. En poco tiempo se alcanza la **Laguna del Picacho** y se continúa ascendiendo hasta alcanzar la cota más alta del parque, el **Pico Aljibe**.

La segunda cima, a pesar de ser más baja, es más prominente debido a su característica silueta de arenisca.

Distancia: 14.3 km. Desnivel + 800m. Desnivel – 800m. 6-7h

### **Día 5. Cascadas y pozas del Río de los Molinos en la Sierra de Ojén**

Este recorrido permitirá conocer la zona más abrupta de la garganta de los Molinos, un recorrido dónde no falta de nada, agua, cascadas, alcornocales, madroñales y la fauna típica del parque.

A lo largo de la ruta que discurre por un bosque galería, localmente llamados canutos. Entre la vegetación destacan los helechos de varios tipos y el ojaranzo (*Rhododendron ponticum* subsp. *baeticum*). Según se avanza en el recorrido, las cascadas se van sucediendo, conformando un paisaje único.

Distancia: 6.6 km. Desnivel + 315m. Desnivel – 315m. 2h

\*No acabaremos más tarde de las 1pm para tener tiempo de realizar el viaje de regreso y no llegar muy tarde.

## 5 Más información

Precio:

- Si el grupo alcanza 6-8 participantes: 590€
- Si el grupo alcanza 5 participantes: 640€
- Si el grupo alcanza 4 participantes: 680€

### 5.1 Incluye

- Transporte desde Madrid.
- Guía de montaña.
- 4 noches en alojamiento con desayuno en habitación doble (consultar individual).
- Autobús Tarifa-El Pelayo.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

### 5.2 No incluye

- Almuerzos. Se harán en montaña mediante bocadillo, fruta etc.
- Cenas. Se hará en algún restaurante de la zona. Merece la pena cenar fuera y disfrutar de la buena gastronomía.

### 5.3 Material y ropa necesaria para las excursiones

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Le asesoraremos para que la mochila no pese más de 2-4 kilos.

- Mochila pequeña (entre 20-30 litros).
- Botas o zapatillas tipo trekking.
- Chaqueta impermeable tipo Gore Tex o similar (también recomendable capa de agua y paraguas).
- Forro o similar.
- Camiseta térmica.
- Pantalones largos y cortos de trekking.
- Gorra para el sol.
- Bastones telescópicos.
- Botiquín y neceser personal.

### 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.

### **Información sobre el seguro que se incluye en el viaje y otras opciones**

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://centrobttalcornocales.com/entorno/parque-natural-los-alcornocales/>

### 5.6 Puntos fuertes

- Visita el bosque de niebla y el alcornocal más grande de España.
- Diversidad de paisajes.
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística, geológica y cultural.
- Grupo reducido (de 4 a 8 personas).

## 6 Otros viajes similares

- Senderismo en el Cabo de Gata, Almería. Andalucía
- 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

## 7 Contacto

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

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