

## Excursiones de senderismo de un día



Sábado 27/Domingo 28, abril, 2024

### La senda del Yelmo

Nivel 1 (9 a.m.)

La sierra de la Parada es la última estribación antes de alcanzar Gredos.

#### Datos técnicos

##### SALIDA:

—Sábado 27: 9 a.m. desde la puerta del hotel Riu (Plaza de España).

A las 9,15 a.m. en [Plaza de Castilla](#), junto a la churrería de la Castellana.

—**Domingo 28:** Con motivo de la celebración de la Maratón de Madrid los autocares no pueden salir de Plz de España, por lo que la salida se traslada a los Arcos de Moncloa, [en el pasadizo entre la c/Princesa y la c/ Isaac Peral](#).

**A las 9,15 a.m. la parada de Plz de Castilla se traslada a calle Mateo Inurria esquina General López Pozas, frente a la gasolinera Repsol.**

**Regreso: Entre las 19 y las 20h el viaje llegará a Madrid, salvo retrasos ajenos a la propia organización del viaje (atascos, mal tiempo, etc).**

**En el trayecto de regreso se cambiará el orden habitual de las paradas realizando primero la de Plaza de España para después ir a Plaza de Castilla.**

**Precio: 27€ (Socios: 25€)**

**Desayuno: Sin parada para desayunar.**

**Distancia: 15 km**

**Desnivel de subida: 110 m (200 m acumulado).**

**Desnivel de bajada: 560 m (570 m acumulado).**

**Grupo: Reducido.**

**El traslado se realiza en autocar de 54 pax, que se comparte con otras excursiones hasta ocupar las 54 plazas. No se puede cambiar de asiento.**

#### Marco Geográfico

Itinerario que recorre la sierra de la Parada y la orilla del embalse de San Juan, dentro de los términos municipales de Robledo de Chavela, Navas del Rey y San Martín de Valdeiglesias, en el suroeste de la provincia de Madrid.

#### Descripción del itinerario

Comenzaremos a caminar en el extremo septentrional de esta sierra, en el *puerto de la Almenara*, dirigiéndonos siempre hacia el sur, por la denominada *Pista del Infante*, que abandonaremos para hacer frente a la única subida de la ruta que bordea la torre vigía de la *Cabeza la Huerta* (1.126 m) y enlaza con el dorsal de la *sierra de la Parada*, descendiendo, tras las marcas blancas y rojas del sendero de Gran Recorrido GR 10, hasta el vértice del *Alto de la Parada* (963 m), para a continuación descender a la *Colonia San Juan*, en la cola del *embalse de Picadas*.

#### Valores naturales:

Esta sierra de orientación sur-norte constituye el último eslabón de la sierra del Guadarrama, antes de que el Sistema Central se prolongue por la sierra de Gredos hacia la frontera con Portugal. Su ladera occidental, por la que transitamos, es la mejor conservada, cubierta de pinares naturales que bajan hasta el curso del río Cofio. Por su ubicación privilegiada, las panorámicas desde esta sierra son extraordinarias pues tanto se contempla el Guadarrama, como Gredos o la sierra del Zapatero.

#### Dificultad de la ruta:

Media.

#### Equipo recomendado

Chaqueta impermeable, forro polar, botas de montaña; mochila con comida y agua (1,5 litros mínimo); gorra, bastones, botiquín personal, crema protectora. Es recomendable llevar un pequeño bolso de mano con ropa de repuesto que se deja en el maletero del autocar. De esta forma, al regresar puede uno cambiarse, si por la razón que fuera se hubiese uno mojado (o no).

Por otra parte, y con el fin de no ensuciar el autocar, se ruega se lleve calzado de repuesto que se dejará en el maletero, quitándose las botas antes de subir al autocar.

Por razones de seguridad, los bastones se transportarán necesariamente en el maletero del autocar.