

## Excursiones de senderismo de un día



Sábado, 16 / Domingo, 17, Junio, 2018

### Los pinares del Eresma y las Dehesas

Nivel 1 (10 a.m.)

**ESTA EXCURSIÓN SE REALIZA ÚNICAMENTE EL DOMINGO 17 JUNIO.**

Una ruta tranquila para caminar a la sombra de los pinares Del Valle del Eresma y del valle de la Fuenfría.

#### Datos técnicos

**Salida :** 10 a.m. desde [Plaza de España](#).

A las 10,15 a.m. en [Plaza de Castilla](#).

**Regreso :** en torno a las 17,30 h terminará la excursión, parando 30 minutos a tomar algo.

**Precio :** 20€ (Socios : 18€)

**Desayuno :** Sin parada a desayunar.

**Distancia :** 11 km

**Desnivel de subida :** 30 m (60 m acumulado).

**Desnivel de bajada :** 625 m (650 m acumulado).

#### Marco Geográfico

Itinerario pinariego entre el puerto de Navacerrada y las Dehesas de Cercedilla, en la provincia de Madrid. Un recorrido tranquilo a la sombra de los extensos pinares de la cabecera Del Río Eresma (Valle de Valsáin) y los del valle de la Fuenfría.

#### Descripción del itinerario

Con esta ruta cruzaremos desde la vertiente segoviana (y por tanto, cuenca del Duero), a la madrileña (cuenca del Tajo). Desde el puerto de Navacerrada nos dirigiremos a Los Cogorros (Segovia), en donde cogeremos el Camino Schmidt que atraviesa los pinares norteños de los Siete Picos (Segovia), para ir a enlazar con la senda de los Cospes que nos conducirá hasta el puerto de la Fuenfría.

Nuestra ruta, ya en tierras madrileñas, continua por el Camino Viejo de Segovia, así denominado por que era el primitivo camino por el que se cruzaba el puerto de la Fuenfría. Este sendero desciende suavemente por la orilla derecha del río de la Venta, afluente del Guadarrama, hasta el Sanatorio de la Fuenfría, donde daremos por finalizada esta ruta pinariega.

#### Valores naturales

Altos, tanto por la travesía por la vertiente norte de Siete Picos a través de los pinares de Valsáin (Segovia), como por el recorrido por la vertiente occidental del valle de la Fuenfría. En ambos casos los pinares son excepcionales, a pesar de la presión turística que soportan.

#### Dificultad de la ruta

La propia de un nivel 1. El tramo del Camino Schmidt presenta un firme irregular propio de los senderos de montaña, al igual que la senda del Camino Viejo. En ambos casos el sendero esta perfectamente definido y libre de maleza.

#### Equipo recomendado

Botas de montaña, mochila con comida y agua (1,5 litros como mínimo), gorra, botiquín personal, bastones, etc. Y protector solar (labios y cara). Una chaqueta impermeable en el fondo de la mochila puede ser muy útil.

Es recomendable llevar un pequeño bolso de mano con ropa de repuesto que se dejará en el maletero del autocar. 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.