

¡¡EXCURSIÓN DE MEDIA MONTAÑA!!
¡¡Una ruta por un balcón sobre el mar!!
¡¡Más de 600 m. de duro y continuo desnivel!!
¡¡Actividad destinada solo a federados!!

*Agrupación de Senderistas y
Montañeros de la
Región de Murcia (ASM)*

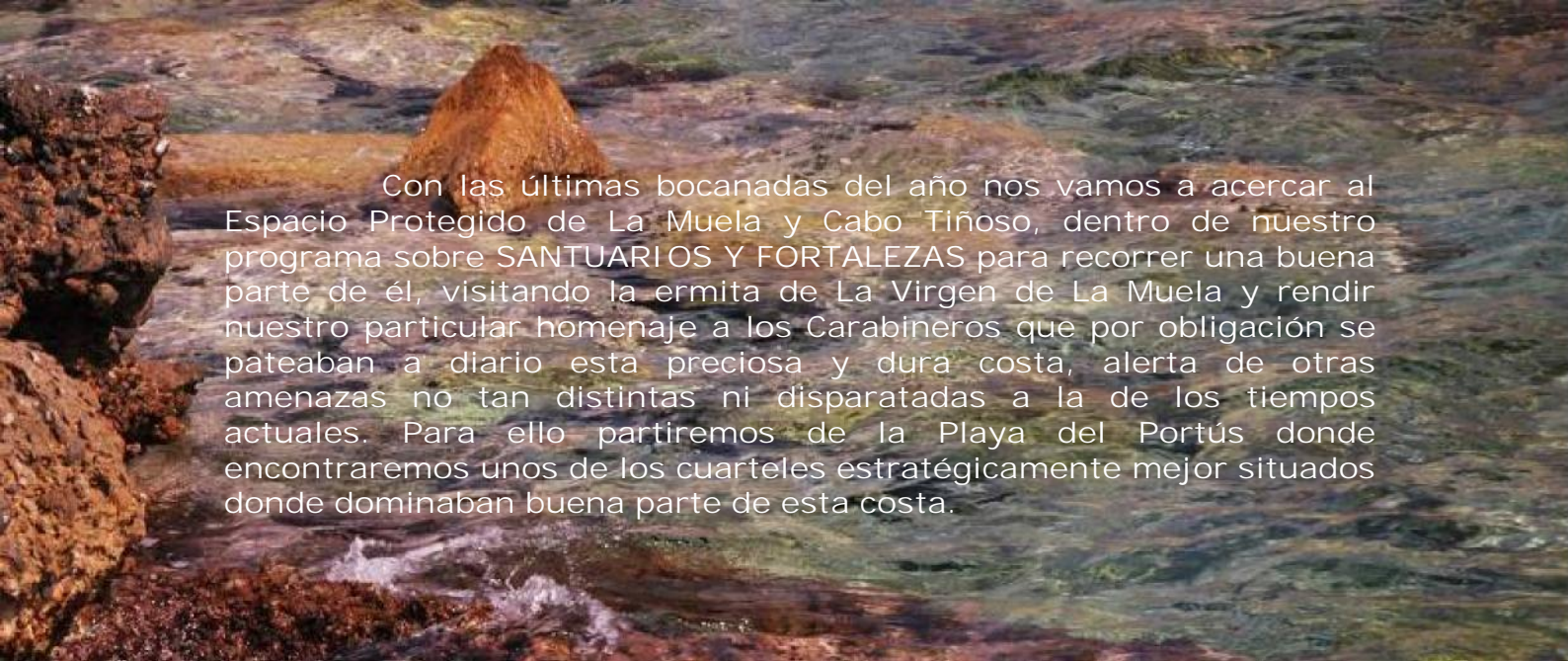


Inscrita en la FEDME (www.fedme.es) con el nº 11.30.055

El Portús - La Muela

Sábado, 29 de diciembre de 2012





Con las últimas bocanadas del año nos vamos a acercar al Espacio Protegido de La Muela y Cabo Tiñoso, dentro de nuestro programa sobre SANTUARIOS Y FORTALEZAS para recorrer una buena parte de él, visitando la ermita de La Virgen de La Muela y rendir nuestro particular homenaje a los Carabineros que por obligación se pateaban a diario esta preciosa y dura costa, alerta de otras amenazas no tan distintas ni disparatadas a la de los tiempos actuales. Para ello partiremos de la Playa del Portús donde encontraremos unos de los cuarteles estratégicamente mejor situados donde dominaban buena parte de esta costa.

Salida: A las 8:30 de la mañana, Puertas del Pabellón de Deportes Príncipe de Asturias (Junto al Zig-Zag) de Murcia, en el lado de la Avenida de los Pinos.

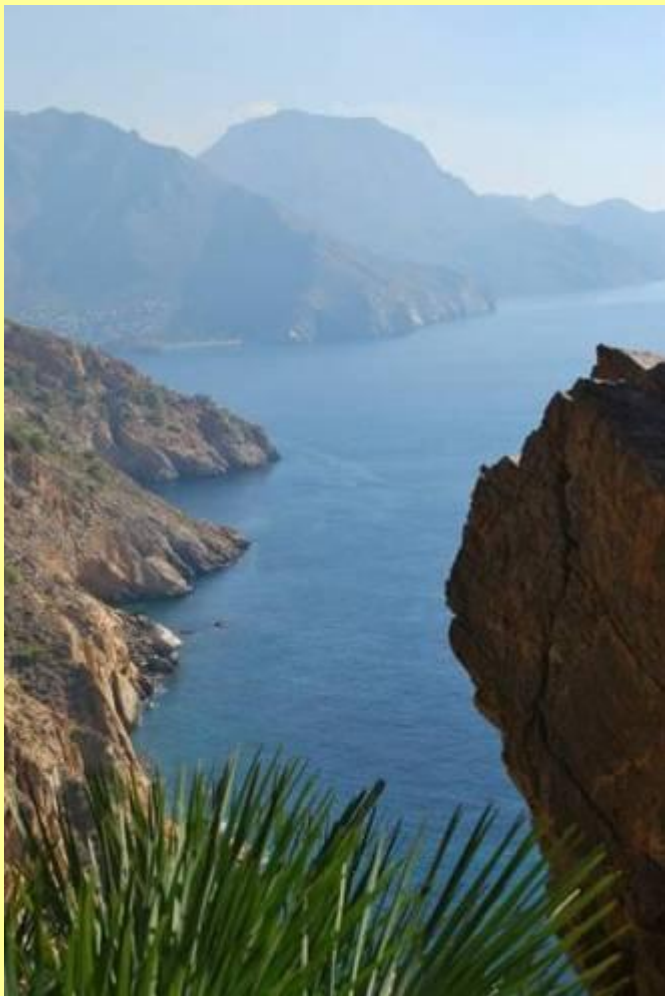
Acceso: *Autovía Murcia-Cartagena, saliendo de la misma para tomar la nueva Autovía de Vera (este tramo no tiene peaje) una vez en el carril de desaceleración no hacer caso al cartel de Cartagena, ni al de La Manga-Alicante, coger sentido Almería-Vera. Ya una vez en ella veremos, al poco, "Cartagena Oeste", ahí sí, tomaremos nuevamente su salida que nos llevará hasta la rotonda final, donde nos saldremos en dirección a los Molinos Marfagones, donde, en sus inmediaciones, nos agrupamos (estará Ventura esperando) De aquí marcharemos hasta la playa del Portús donde quedaremos con el resto de compañeros que quieran y sepan ir allí directamente.*

La hora prevista de salida de la excursión desde El Portús, será a las 9:30 horas.

Para pérdidas y extravíos apuntarse el teléfono de Ventura que, como siempre, oficia de guía de la zona (639 89 17 11).

Desnivel: Algo más de 600 m. que se harán prácticamente de un tirón, en dos tramos. Uno desde el nivel del mar hasta el Collado de La Aguja (muy dura y exigente) y el otro tramo desde el collado hasta La Muela, que se hará por un bonito sendero militar con espectaculares vistas pero que hay que subirlo también. No hay vías de escape.





Duración: Unas 4 horas, más las paradas para el almuerzo.

Dificultad: Alta para un senderista con tramos de larga y complicada subida. Se pasa por algunos tramos próximos a zonas de acantilados y algo aéreos.

Recomendaciones: Ropa cómoda apropiada al tiempo, zapatillas de trekking o botas de montaña con buena adherencia, chubasquero, máquina de fotos, al menos un bastón y una mano libre para apoyar, mochila con agua y algo para picar a media mañana, etc.

Breve descripción del recorrido:

Iniciamos la excursión en el mismo barrio de pescadores del Portús, donde tomamos el sendero por el que transita el GR 92 que discurre a media ladera asomándose en todo momento al mar hasta el Collado de La Aguja, al que llegaremos después de una fuerte subida, para continuar en dirección a La Muela por un bonito sendero militar que nos dejará en la base del macizo, desde

donde podremos subir, el que crea conveniente, a la cumbre de La Muela. De aquí partiremos por un sendero rodeado de pinos, en un primer tramo, para dejarnos caer en una bajada pronunciada, en su tramo final, hasta llegar al punto de partida.

Comida: Da tiempo para volver a comer a casa o hacerlo en algunas de las ventas que por la zona hay. También la podemos llevar y dar buena cuenta de ella en la misma playa.

De interés: Prácticamente todo el recorrido, desde el propio sendero en el que vamos en todo momento mirando al mar. Las vistas que desde nuestra partida son espectaculares, primero hacia la cala del



Portús, la Isla de Las Palomas, Cala Aguilar, la Bahía de Tiñoso y su cabo, etc. hasta subir a la cumbre de La Muela, que con 551 m. es la segunda cumbre más alta del término de Cartagena, desde donde tendremos unas magnificas vistas a todo su amplio Campo.



Todo nuestro recorrido lo haremos dentro del Espacio Protegido, y próximo Parque Regional, de La Muela - Cabo Tiñoso, donde observaremos, entre espinos, cornicales, albaidas, etc, gran cantidad de palmitos, antes de que acaben con ellos el Picudo Rojo, y unas importantes manchas boscosas que nos encontraremos en la base del macizo



***Un día de sendero,
una semana de salud***

La Agrupación de Senderistas y Montañeros programa **paseos senderistas** (muy fáciles, incluso para niños o personas de edad avanzada), **excursiones senderistas** y **montañeras** (para personas con algo de experiencia y forma física) y de **alta montaña** (para montañeros con experiencia y buena forma física) todas las semanas. También hacemos **escalada** y **carreras por**



montaña, entre otras actividades por la naturaleza. Salvo las excursiones de escalada y montaña (reservadas a federados), las demás están abiertas a cualquier persona que ame la naturaleza, la montaña y el senderismo, previa invitación si no es socio.

Cada año nuestro programa de excursiones tiene un lema, un eje central bajo el que se desarrollan. Anteriores programa han tenido como lemas: *El Agua, El Bosque Mediterráneo, Senderos con Historia y Encanto, El Río Segura, Las Cuatro Estaciones, Senderos Mágicos-Montañas Sagradas, Árboles y Arboledas singulares o Afluentes y Embalses de la Cuenca del Segura, Monumentos Naturales o Lo Mejor de lo Mejor*, que hemos realizado durante 2011, coincidiendo con nuestro décimo aniversario.

Para 2012 nuestro lema es: **FORTALEZAS Y SANTUARIOS**. Recorridos cargados de magia y leyenda por los santuarios naturales y religiosos que ofrece nuestro entorno excursionista, por las fortalezas humanas o naturales que se levantan en los caminos del valle o la montaña. Y para 2013 nuestro lema será: **El agua en la naturaleza**.

Si quieres conocer nuestros programas, asociarte o una invitación para participar en alguna de nuestras excursiones envía dirección de correo electrónico y teléfono de contacto a:



asmregiondemurcia@asmregiondemurcia.org

o visita nuestra página web:

<http://www.asmregiondemurcia.org>