



**¡¡Excursión senderista!!**

**¡Fortalezas de la provincia de Murcia!**

**¡ACTIVIDAD GRATUITA!**

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

*Inscrita en la FEDME ([www.fedme.es](http://www.fedme.es)) con el nº 11.30.055*

### **Valle del Aceniche-Sierra de la Lavia**

***Domingo, 16 de Diciembre de 2012,  
8,30 h. de la mañana.***

*Desde la Bodega Monastrell en el término de Bullas, punto inicial del recorrido del sendero, situada en el paraje denominado Valle del Aceniche y “Bancal de Aparicio”, comenzamos nuestra andadura en dirección a la “Casa Alta”, de allí al collado situado entre el Cerro del Lomillo y el Cabezo del Jinete, pasando a la Hoya de los Hermanos, allí conectaremos con el PR-3 que nos llevará a la Hoya Lóbrega y desde esta, por pista forestal, rodearemos la Sierra de la Lavia, volviendo a la Hoya de los Hermanos, hasta entrar de nuevo en el Valle del Aceniche y Bancal de Aparicio.*

*La Hoya Lóbrega será un buen lugar donde recuperar fuerzas, mientras admiramos las dos formidables fortalezas, que son La Lavia y Los Cuchillos y observamos pequeños senderos que se difuminan por la sierra.*

El Pico de la Lavia (1238 m.) y el de Los Cuchillos (1.192 m) son dos de las numerosas cumbres existentes en el lugar, entre las que se encuentra la Hoya Lóbrega, pequeña depresión con la vegetación aclarada, óptimas para la acampada o para un buen almuerzo, el único problema es que no hay agua.

Desde el collado del mismo nombre tendremos una amplia panorámica de las sierras y campos que nos circundarán, como Lomo Prieto, La Selva, Lomas de Ciller y los campos cerealistas del Puerto del Aceniche. Hacia el sudoeste, en el fondo, se dibujan las estribaciones de la Sierra de María y de otras sierras de Almería.

En las zonas de bosque disfrutaremos de abundante vegetación y arbolado, entre los que podemos distinguir el pino carrasco, las encinas achaparradas, la coscoja, el lentisco, el enebro, el romero, el matapollo, la aliaga y algún roble.



En la rambla del Aceniche, que forma parte del recorrido lineal del PR3, la planta más abundante y representativa es una jara de más de dos metros de alta y flores blancas, muy escasa en el resto del sistema de sierras de Pedro Ponce y Quipar e indicadora de suelos descalcificados. Junto a la anterior hay otras jaras como estepa, romero macho y estopa.

En otoño se pueden ver algunos hongos interesantes como la barbuda, con un sombrero blanco, muy cónico y casi pegado al pie, que se descompone en un líquido parecido a la tinta. Esta especie, apenas recolectada por los buscadores de setas, está catalogada como buen comestible si se recoge cuando son jóvenes, al parecer se suele preparar en tortilla.

El itinerario a realizar tiene forma de número 9 muy bien marcado en todo su recorrido, alternando el sendero PR3 en su tramo desde la Hoya de los Hermanos hasta la Hoya Lóbrega, con la pista forestal que circunda La Lavia y con los huertos de albaricoqueros y viñas en la Hoya de los Hermanos y en el Valle del Aceniche.

**Nota:** Las fotos corresponden a los lugares por donde transita la excursión.

**Salida: A las 8,30 de la mañana. Pabellón de Deportes Príncipe de Asturias de Murcia, en el lado de la Avenida de los Pinos (junto a la gasolinera), los desplazamientos, como es habitual, los hacemos en vehículos particulares, quien no lo traiga deberá ubicarse en alguno de los que dispongan de asiento libre, intentaremos completarlos para ahorrar combustible.**



**Acceso:** Murcia-Autovía RM-15 hacia Caravaca de la Cruz, circulando sentido Alcantarilla-Caravaca de la Cruz nos desviamos por la salida 40, continuando hacia el centro de la localidad de Bullas, en la segunda plaza circular que nos encontraremos nos desviamos hacia la 3ª salida de la misma (Avda. Luis de los Reyes) que es a su vez la carretera hacia Totana-Aledo. Al final de esta avenida giramos hacia la derecha y nos dirigimos hacia el camping de La Rafa, rebasada la avenida que nos lleva a dicho camping continuaremos por la carretera local de Bullas a Avilés, por Ucenda y tras recorrer una distancia aproximada a los siete Km., iremos pendientes a un cartel situado en el margen derecho de la carretera, que nos indicará la entrada al Cortijo del Aceniche, bodega de vinos Barcona y bodega de vinos Monastrell.



Para despistes y extravíos tomar nota del teléfono de **Antonio Jiménez Paños** (630 428 502), dirección de correo [antonio08panos@gmail.com](mailto:antonio08panos@gmail.com), monitor de senderismo FMRM, que es el guía de esta excursión.

**Duración:** *Unas 4 horas, a paso normal, excluido tiempo de paradas.*

**Desnivel:** *+ 300 mts. – 300 mts., aproximadamente.*

**Dificultad:** *Media para un senderista.*

*Una vez entremos por el camino de acceso hacia las bodegas mencionadas y llegando a las proximidades de la primera, existe espacio donde estacionar los vehículos e iniciaremos la marcha a las 9,30 horas, aproximadamente, ya que el trayecto desde Murcia hasta dicho punto se realiza en menos de una hora, la excursión seguirá pista de tierra que bordea el Bancal de Aparicio, accediendo al collado ubicado entre El Lomillo y Los Cuchillos, desde donde nos dirigiremos a la Hoya de los Hermanos, allí enlazaremos con el sendero PR-3 en el que deberemos salvar el primer desnivel, llegaremos a la Hoya Lóbrega donde repondremos fuerzas, seguidamente subiremos al collado de la Hoya Lóbrega donde por la pista forestal rodearemos el Pico de la Lavía, volviendo a la Hoya de los Hermanos y de allí al Valle del Aceniche.*



**Recomendaciones:** *Ropa cómoda apropiada al tiempo, mochila con chubasquero, agua o bebidas isotónicas, algo para picar a media mañana (fruta, frutos secos, etc.); botas o zapatillas de montaña. Bastones para caminar.*

*Hay que tener presente que la temperatura en el lugar que vamos a recorrer, será cinco grados inferior, aproximadamente, respecto a la que tendremos en la ciudad, y que estaremos ya a mediados del mes de Diciembre, por lo que no debemos descartar prendas que abriguen, aunque a lo largo de la excursión haya que desprenderse de alguna de ellas.*

**De interés:** *El Valle del Aceniche con su variedad de color, derivada de los distintos cultivos allí existentes, las concentraciones de pino carrasco auténtica alfombra verde que no dejamos de ver en todo nuestro recorrido, las vistas desde el collado de la Hoya Lóbrega y desde la pista que rodea la Lavia que nos permite observar la Sierra de los Ceperos, con suerte podremos apreciar el vuelo de algún águila y quizá se deje ver algún jabalí.*

**Breve descripción del recorrido:** *Excursión en forma de número 9. Desde el Valle del Aceniche-Bancal de Aparicio por camino de tierra y en ocasiones por el medio de dicho bancal, accederemos a la Hoya de los Hermanos y desde esta, por el sendero PR-3 accederemos a la Hoya Lóbrega. Seguidamente por pista forestal rodearemos el Pico de la Lavia, volviendo a la Hoya de los Hermanos y desde allí, de nuevo al Valle del Aceniche.*

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



**Comida:** *No esta previsto comer en la sierra, finalizaremos la excursión a tiempo de volver a Murcia para comer.*



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 programas han tenido como lema: *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:*

**[asmregionmurcia@gmail.com](mailto:asmregionmurcia@gmail.com)**

*o visita nuestra página web:*

**<http://www.asmregiondemurcia.org>**

<http://www.asmregiondemurcia.org/>





