



¡Alta montaña Invernal!
¡Solo Federados!
¡Pendientes de hasta 45º!
**Imprescindible saber utilizar los crampones y piolet
con soltura y haber hecho el curso de practicas inver-
nales.**

La Sagra (2.383mt.), por el embudo

Collado de abajo, abrevadero, embudo, cima y vuelta por el collado de las víboras.

Sábado, 9 de marzo de 2013, 7:00 de la mañana

La Sagra es una gran montaña y en invierno más, y si además subimos por el embudo es una excursión de las grandes. En nuestro programa de este año "El agua en la Naturaleza" no puede faltar esta gran ruta, y más como está ahora cargada de nieve (Las fotos son del 26-02-2013). Es una excursión difícil, no apta para cualquiera, que nos exigirá, además de saber utilizar los crampones, estar muy concentrado en toda la subida, sobre todo a en el embudo.



Salida:

A las 7:00 de la mañana. Aparcamientos del Pabellón de Deportes Príncipe de Asturias (junto al Zig-Zag) de Murcia, en el lado de la Avenida de los Pinos junto a la gasolinera, tardaremos 2 horas menos cuarto en llegar al collado.

Acceso:

Murcia, Autovía Noroeste dirección Caravaca, una vez que se acaba la autovía tomamos dirección La Puebla de Don Fabrique, no entramos en el pueblo y tomamos hacia la derecha dirección Santiago de La Espada, a menos de 2 Km. encontramos un desvío a la izquierda hacia los Callados de la Sagra, tomamos el desvío y a 15 km. llegaremos al inicio de la excursión en el Collado de Abajo.

Guía:

Para despistes y extravíos tomar nota del teléfono de **Paco Rodri**: 619020510. Quienes quieran ir a la excursión y quedar en otro punto harán bien en escribirle un email: pacorodriasm@gmail.com



Duración:

De 5 a 6 horas dependiendo de las condiciones de la nieve y el tiempo.

Desnivel:

Son 950 metros de subida, y lo mismo de bajada.

Dificultad: Muy difícil, alta montaña invernal, con fuertes pendientes y mucha nieve.

Material y alimento:

Piolet, crampones, botas de montaña, polainas, mochila, cortavientos. Ropa adecuada a la estación: invierno. Algo para picar a media mañana (fruta, frutos secos, bocata) Agua, protector solar y labial.



Comida:

No hay programada comida, siempre podemos montar algo.

De interés:

Subir una gran montaña, La Sagra es especial para cualquier montañero, por su dificultad, por su belleza, por sus vistas, por todo

Breve descripción del recorrido:

Subimos por el camino que sale hacia el sur enfrente del cortijo del collado de abajo, por el camino llegamos al lugar donde había hace años una fuente y un abrevadero, aquí cogemos una senda entre pinos en dirección al embudo, seguimos hacia arriba por el embudo y llegamos a la cresta cimera, siguiendo por la derecha llegaremos a la cima. Bajaremos por el Collado de las Víboras. (El itinerario puede variar dependiendo de las condiciones meteorológicas)

***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 2013 nuestro lema es: **EL AGUA EN LA NATURALEZA**. Recorridos por la naturaleza que tienen como eje el vital elemento en todas sus formas (agua, nieve, vapor, hielo) y sus actuaciones en la naturaleza (ríos, mares, barrancos, bosques), como elemento delimitador y fijador del paisaje, así como los usos y aprovechamientos humanos (regadíos, fuentes, molinos, etc.).

Y para 2014 nuestro lema será: **Nuestros Bosques**.



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.es>

