



¡Senderista!
Actividad abierta.

Excursión circular por senderos del Valle-Carrascoy

Desde las proximidades del Ermitorio de la Luz a 150 metros de altitud, por el sendero PR-MU 22 nos dirigiremos hacia el barranco del Sordo, por cuya margen izquierda comenzaremos a ascender en dirección al pico del Relojero, pasaremos por las proximidades de las antiguas minas romanas continuaremos por el sendero PR-MU 21 hasta llegar al Relojero, situado a una altitud de 609 metros, por cuyas proximidades pasaremos hasta encontrar el sendero PR-MU 23 que nos llevará hasta la conocida "Muralla de King King", donde realizaremos una parada para recuperar fuerzas, de aquí bajaremos hacia la Casa de la Oración, subiremos por el barranco de la Naveta hasta el mirador y de allí por el PR-MU-22 bajaremos en dirección al Ermitorio, punto inicial de la excursión.

Domingo, 31 de Marzo de 2.013, 9,00 de la mañana.

La zona que vamos a recorrer tiene un desnivel acumulado de 459 m., se trata de una ruta circular con una distancia de diez Km. en la que emplearemos un tiempo aproximado de cuatro horas, a las que sumaremos el tiempo invertido en las paradas. Se trata de una ruta que nos permite recorrer una vez más el Valle-Carrascoy, pulmón de la ciudad de Murcia.

En la zona donde nos moveremos los picos de mayor altura son los del Relojero y el Pico de la Panocha, formando todas las sierras del entorno parte de la red Natura 2000, que contiene parte del territorio ZEPA (Zona de Especial Protección para las Aves) y está considerado como Lugar de Interés Comunitario (LIC) por la Comunidad Europea.

Este territorio forma parte de la zona Bética, donde se pueden encontrar variados tipos de materiales que le dan al paisaje una gran diversidad de colorido, texturas y características geológicas diferenciales.

Hasta finales del siglo XIX y principios del XX, numerosas familias vivían del trabajo de la sierra, en la que realizaban actividades de clareo y de corta del pinar, arreglos de caminos o trabajos en las distintas minas y canteras, habiendo dejado huella de todo ello en forma de pequeñas construcciones (muros de contención de aguas, canaletas, puentes, etc.) e incluso zonas deforestadas con antiguos cultivos, como es el caso de La Naveta.



Nota: Las fotografías se corresponden con otras excursiones por la zona.

Salida: *A las 9,00 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, desde allí vamos con los coches al inicio de la excursión en poco mas de quince minutos.*

Acceso: *Murcia-Autovía de Cartagena (A-30), circulando sentido Murcia-Cartagena, nos desviaremos por la salida 143-a y en la primera rotonda que nos encontremos nos saldremos por la tercera salida (carretera de Santa Catalina) hasta llegar al conocido “cruce del Charco”, donde giramos hacia la izquierda y tras cruzar la localidad de Santo Ángel, iremos pendientes al cruce que en el lado derecho nos llevará hacia “Villa Pilar” y desde aquí hasta el Ermitorio de la Luz, donde aparcaremos los coches.*

Se tardan quince minutos, aproximadamente, en llegar al inicio de la excursión.

Guía: Para despistes y extravíos tomar nota del teléfono de **Antonio Jiménez**, monitor de senderismo: 630 42 85 02. Es conveniente que quienes decidan ir a la excursión y quedar en otro punto distinto al de la salida desde Murcia, se lo comuniquen por email a la siguiente dirección: antonio08panos@gmail.com



Duración: *Unas 4,00 horas, sin incluir descansos, teniendo presente que nos encontraremos cerca de la ciudad, llegaremos a Murcia a tiempo de comer.*

Desnivel: *Son 459 metros.*

Dificultad: *ALTA para un senderista.*

La excursión seguirá sendero hasta las proximidades del Relojero y un tramo de camino de tierra hasta conectar con el PR-MU 23, y ya no dejaremos de caminar por diferentes senderos hasta las proximidades del mirador de la Naveta donde de nuevo pisaremos un tramo de camino forestal hasta entrar en el PR-MU 22 por el que descenderemos finalmente hacia el Eremitorio.

La primera parte de la excursión, por la margen izquierda del Barranco del Sor-do, supone salvar el total del desnivel acumulado, por lo que la ascensión requiere encontrarse físicamente bien, deben abstenerse aquellas personas que no tengan el hábito de caminar de forma frecuente.

El sendero PR-MU 22 tiene su firme muy erosionado, con numerosas piedras sueltas, lo que lo hace sumamente resbaladizo, motivo por el cual se recomienda llevar un calzado con suela en perfecto estado, para minimizar en lo posible los resbalones, siendo recomendable utilizar bastones que nos ayudarán a mantenernos en pie en caso de resbalar.

La longitud total de la ruta a caminar es de 10,000 Kms, aproximadamente.

Recomendaciones: Léase el apartado anterior (Dificultad).

Botas o zapatillas de montaña, mochila, chubasquero. Ropa adecuada a la estación: primavera. Bastones aconsejables para mantener el equilibrio en las subidas y bajadas. Algo para picar a media mañana (fruta, frutos secos, etc.) Agua, protector solar y labial y **máquina de fotos**.



Comida: No esta previsto comer en el monte.

De interés: El Barranco del Sordo donde encontraremos diversos ambientes, desde las zonas mas humanizadas hasta zonas naturales muy bien conservadas.

Las antiguas minas romanas.

Los senderos PR-MU 21 y 23, que, aunque erosionados por la lluvia, nos llevan a un recogido lugar como es la Casa de la Oración, donde se respira tranquilidad.

El Barranco de la Naveta en el que se divisa desde abajo la conocida muralla de King Kong.

Las vistas desde el mirador de la Naveta y finalmente el PR-MU 22 que discurre por zonas boscosas con un particular encanto.

Breve descripción del recorrido: Excursión circular. Desde las proximidades del Ermitorio de la Luz por la margen izquierda del Barranco del Sordo subiremos al pico del Relojero, desde allí iremos a las Murallas de King Kong, bajaremos a la Casa de la Oración, subiremos a la Naveta y por el PR-MU 22 bajaremos de nuevo al Ermitorio de la Luz.

***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 fue: **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.

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>

Foto 4

