



- ¡¡Excursión montañera!!
- ¡¡La montaña sagrada!!
- ¡¡Un recorrido para senderistas!!
- ¡Sólo federados!!
- ¡Comemos en el monte!!

La Sagra (2383) para senderistas

Miércoles, 1 de mayo de 2.013

Los Collados- Tornajos-Collado de las Víboras-Cima-Collado de las Víboras-Refugio -Las Santas

La Sagra es para muchos montañeros del sureste La Montaña porque es bella y de dura ascensión. También es La Montaña de La Nieve, porque su cima y sus escarpes mantienen durante mucho tiempo neveros y ventisqueros; de noviembre a mayo no es raro ver coronada de blanco a La Sagra. Se suele decir por estas tierras que uno no es montañero hasta que no ha subido a La Sagra. De hecho, este mismo año, como casi todos, ya se ha subido por montañeros de nuestro club en condiciones invernales. Pero ahora proponemos subirla los senderistas. Es otra cosa.

Porque La Sagra también puede ser subida por senderistas. Es verdad que tiene un gran desnivel, pero un magnífico sendero permite alcanzar su cumbre y mirar a vista de pájaro todas las montañas de la Bética. La Sagra es la montaña de la nieve y del agua. Las lluvias y nevadas que este año han sido generosas con el sureste peninsular está poniendo en su máximo esplendor la primavera en La Sagra. Por todas sus faldas, ahora,



en primavera, florece la mejor representación de la flora de montaña, desde el frecuente cojín de monja a la singular peonía. Es el momento de ir a La Sagra en excursión senderista.

Os ofrecemos la posibilidad de realizar una subida, siempre por sendero, a un ritmo que permita que cualquier senderista con ilusión corone la cima de esta montaña; disfrutando de la sombra de sus bosques, de la floración de sus plantas y la singular vegetación de la tundra de su cima; un contraste que sólo es posible en esta gran montaña y en primavera. Una época en la que cualquier senderista puede intentar coronar esta singular montaña.



El recorrido propuesto cumple con esa finalidad, integrando una “fácil” ascensión a esta montaña, con un paseo completo por la variada cubierta vegetal de las faldas de su cara norte. Para admirar las excelencias de la Sagra en primavera. Lo hemos hecho en otras ocasiones y a todos los que coronaron La Sagra les pareció una excelencia inolvidable.

Si el mal tiempo impidiera hacer esta excursión, entonces haríamos la Vuelta a La Sagra, de similar duración y desnivel (850 metros de desnivel, 7 horas), dejando la ascensión para más adelante. Porque, este año queremos que los senderistas suban a La Sagra.

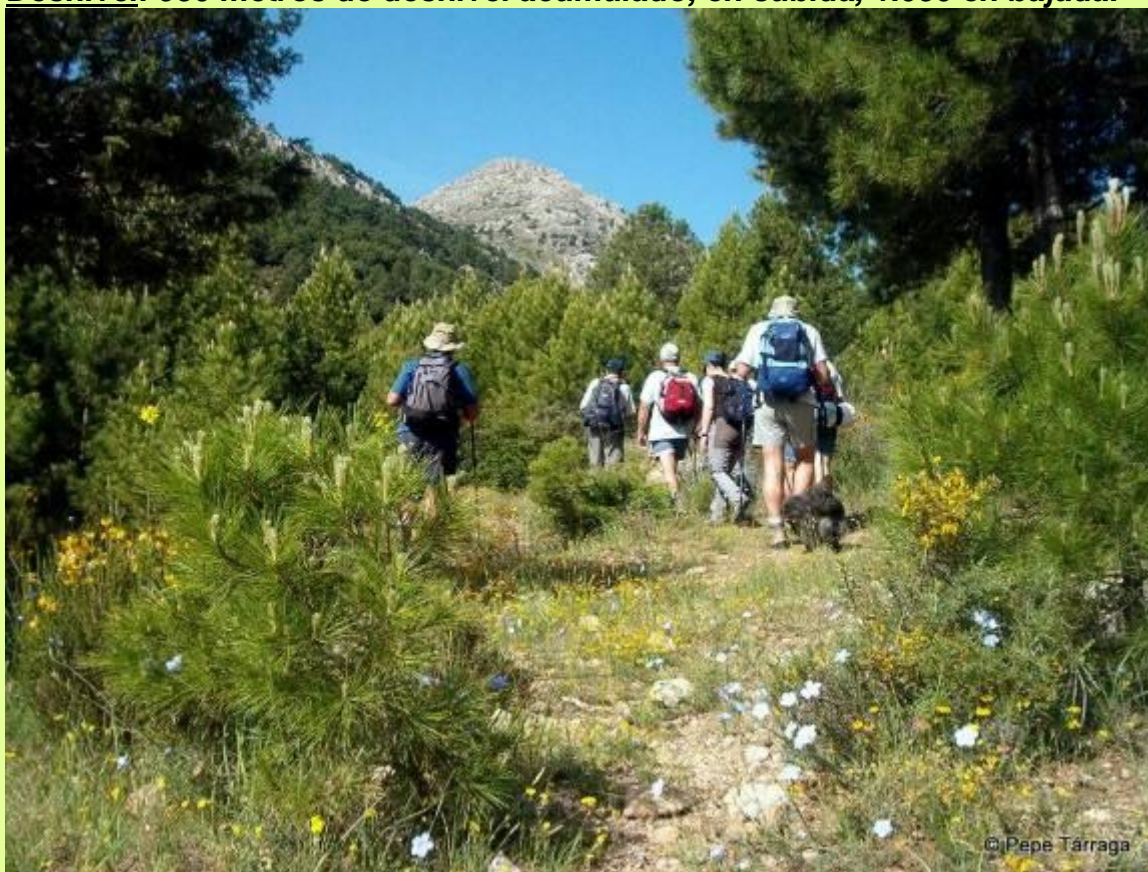
Nota: Las fotos que acompañan esta información están tomadas de anteriores recorridos senderistas por La Sagra.

Salida: A las 7,30 de la mañana. Puertas del Palacio del Almudí de Murcia.

Acceso: Murcia-Autovía del Noroeste-Puebla de D^o Fadrique-Las Santas (se toma en la carretera a los collados, desvío a la izquierda, antes de llegar a éstos). Aquí se dejan unos coches y con los otros nos vamos a los Collados, donde empezamos la excursión. Para extraviós el móvil de Pepe Tárrega, instructor de Montañismo UIAA que conduce la excursión: 650 95 50 31 (¡ajo!, hay bastantes lugares del camino sin cobertura).

Duración: Unas 7 horas, sin los descansos, yendo a paso senderista.

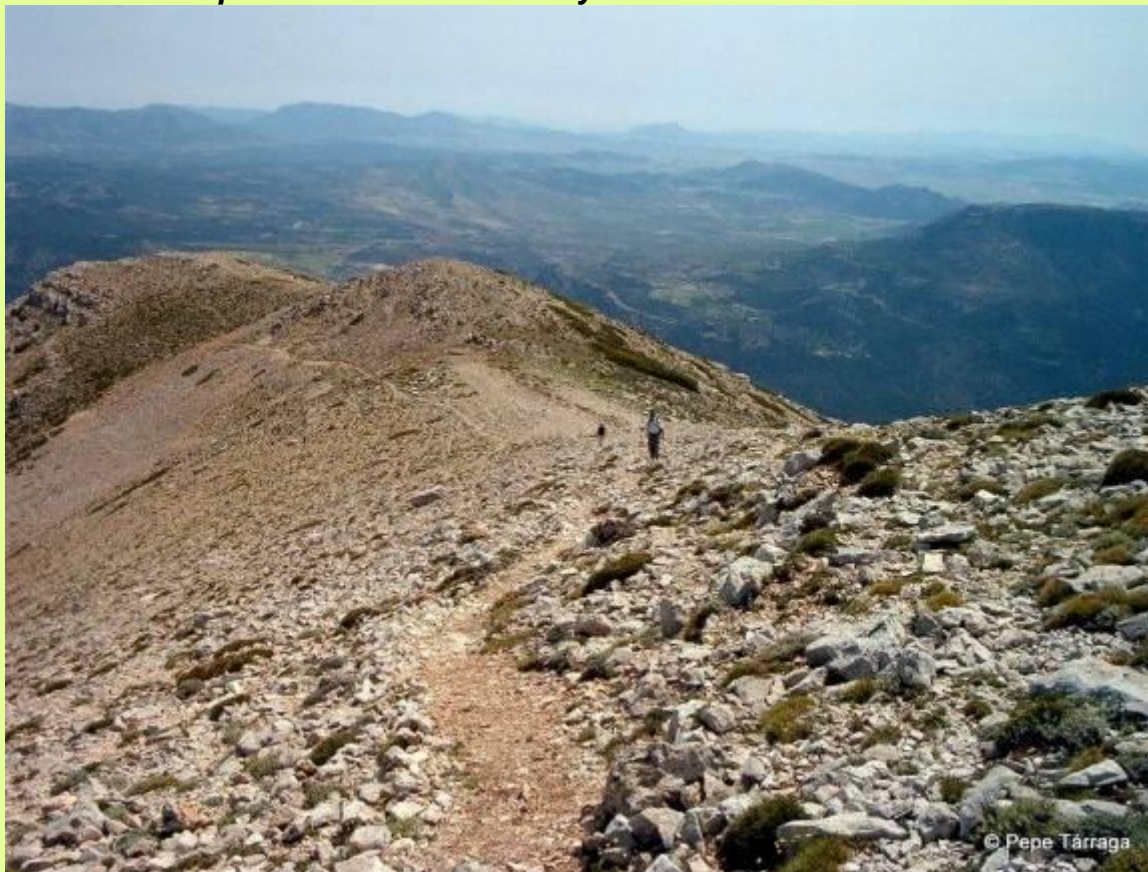
Desnivel: 950 metros de desnivel acumulado, en subida, 1.050 en bajada.



Dificultad: Media/alta, requiere un esfuerzo continuado aunque repartido durante bastante tiempo. Se salva bastante desnivel. Se sube a la Sagra por sendero. Apenas hay que utilizar las manos en un paso (fácil). Probable presencia de algún nevero. Vistas de vértigo en la altura. Excursión larga, aunque la mayor parte de su recorrido es por sendas y caminos sin apenas desnivel. Hay pocos tramos de monte a través. Cualquier montañero puede realizar esta excursión. También los senderistas que tengan buen fondo e ilusión por hacer esta gran montaña. Se irá a un paso tranquilo (250 metros de desnivel por hora), aunque es una excursión larga y con bastante desnivel. Pero La Sagra merece la pena. Es necesario estar federado para hacer esta excursión.

Recomendaciones: Botas de montaña, mochila, chubasquero. Aunque se puede ir en manga y pantalones cortos. En la cima suele hacer fresco. Comida para picar y para el mediodía (bocatas). Agua. Protector solar y labial. Máquina de fotos.

Breve descripción del itinerario: La excursión se inicia en Los Collados (1468) desde donde nos vamos por pista de frente hacia La Sagra, hasta llegar a unos tornajos, donde nos desviamos hacia el este, para llegar a unos prados desde donde el sendero, bajo la pedrera, se dirige por un bosque al Collado de las Víboras (1.740). Desde allí de nuevo por senda giramos hacia poniente, subiendo pausadamente hasta alcanzar el Paso de las Víboras, que requiere apoyarse con las manos. Nos ponemos en la zona somital, un sendero nos lleva hasta la primera cumbre, dejando a derecha el temible embudo. Pronto alcanzamos la cima con gran alegría. Habremos empleado unas tres horas y media.



Tras la larga parada en la cima, iniciamos el descenso volviendo por el sendero somital de La Sagra, que nos conduce al paso de las Víboras, donde hay que utilizar las manos para el descenso. Luego, de nuevo por un sendero bajamos al Collado de las Víboras (1740), y a unos prados, desde donde bajamos al Refugio de La Sagra (1525) por senda y Las Santas (1260), por pista, habiendo completado otras tres horas y media, en descenso desde la cima.

¡OJO! Si el mal tiempo impidiera hacer cima, entonces haríamos la Vuelta a La Sagra desde Las Santas (toda por sendero o pista), que tiene una duración y desnivel similares. Es decir, que el 1º de Mayo o bien subimos a la Sagra o bien le damos la vuelta. Y si en esa fecha no se puede subir, lo volveríamos a intentar más adelante. Porque queremos subir este año a La Sagra con los senderistas.

De interés: Viendo la duración y los desniveles de la excursión sobra decir que se trata de una de “las grandes” para un senderista, con todo lo que ello significa. Pero, además de ser grande por el recorrido, lo es por-

que La Sagra es una Montaña grande y el recorrido propuesto recorre todos los lugares de interés, aparte de hacer cumbre. Las vistas desde La Sagra, en días claros, son grandiosas: todas las sierras béticas al alcance de la vista, desde Revolcadores a Sierra Nevada. La policromía primavera de las flores. El paraje de Las Santas. La satisfacción de haber hecho una gran montaña.



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>



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



© Pepe Tárraga



© Pepe Tárraga