

Ruta 2: Ahígal de la Sierra – Sobradillo

Actividad Senderismo y marcha nórdica

ACTIVIDAD	Senderismo/ Marcha Nórdica	Fecha:	25/04/2021
------------------	-------------------------------	---------------	------------










Lugar de salida	Ahígal de los Aceiteros.	Lugar de llegada	Ahígal de los Aceiteros. (circular)
Hora de salida:	9 de la mañana (EL LUGAR EXACTO SE OS INDICARÁ CUANDO SE CONFIRME LA PLAZA PARA PORDER PARTICIPAR)		
km	22,80 km.	Desnivel positivo	728 aprox.
Duración estimada	7-8 h.	Desnivel negativo	728 aprox.
Tipo de terreno	Pistas de tierra compactada y tramos de senda	Dificultad:	1-2-3- 4 -5
Punto más alto	712 m	Punto más bajo	303 m

La ruta:

Partimos del municipio de Ahigal de los Aceiteros, un hermoso pueblo de pizarra, donde nos recibe una fuente con lavaderos. En esta localidad merece la pena acercarse al antiguo Lagar de Aceite, recuperado por el Parque Natural. Desde allí realizaremos una ruta circular por los arribes del Águeda pasando por la localidad de Sobradillo. Punto de partida de varias rutas y cercana al Puente de los Franceses que ya visitamos en 2019. Su torre del Homenaje donde se alberga la Casa del Parque nos servirá de referencia y vigilancia para regresar por las sendas fronterizas que tantas historias han dado a esta zona de la provincia de Salamanca.

Valoración de dificultad (MIDE del 1 al 5 o IBP):

Dificultad de la ruta según sistema **MIDE**: 4 de 5 (cada uno debe valorar su preparación física para la realización de la actividad).

MIDE		Ruta 2. Naturaleza Escondida. Ahigal de los Aceiteros	
horario	7h 15' 	 3	severidad del medio natural
desnivel de subida	728 m 	 2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	728 m 	 2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	22,8 Km 	 4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular 		

Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.
Calculado sobre datos de 2021.

Material obligatorio para poder participar en la ruta:

- Recipiente para agua (mínimo 1 litro) y comida para la jornada.
- Documentación personal y botiquín (medicación personal).
- Calzado y ropa apropiada para la práctica deportiva de senderismo.
- Chubasquero y ropa de abrigo.
- Teléfono móvil cargado.
- Ficha de la actividad (leída).
- Crema de protección solar (para cara, labios...)

Material opcional:

- Gorra y/o pañuelo.
- Dinero.
- Cámara de fotos.
- Track de la ruta cargado en GPS.
- Aperitivos variados, sales de hidratación.

Vaso de plástico reutilizable (al finalizar la ruta es probable que demos algo calentito, si tienes un vaso de silicona o de plástico reutilizable te pedimos que lo traigas para evitar el uso de plásticos de un solo uso. ¡Los pequeños gestos cuentan!

Normas de Naturaleza Escondida 2022

- * En esta edición, el transporte hasta la localidad de la actividad se realizará de forma particular e independiente por parte de cada asistente (**se suprime el autobús**).
- * Las **plazas** para las rutas son **limitadas** por motivos sanitarios. Y dependiendo de la fecha de realización y para poder asegurar las medidas sanitarias se adaptará el número de participantes a las restricciones en ese momento.
- * Se abrirá el **plazo de inscripción** los lunes de la semana de cada actividad, otorgándose por riguroso orden de inscripción, dando prioridad a las personas que no hayan participado en otra actividad de la misma edición.
- * Toda persona que se apunte a la ruta se compromete a **cumplir las condiciones físicas y técnicas propias de la actividad** y que se especificará para cada ruta
- * Los asistentes deben cumplir la **normativa COVID** que marque el organismo competente o reflejada en la información y asumir las instrucciones de los guías de la actividad.

Perfil de la ruta:



Puedes ver la ruta en Wikiloc:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/naturaleza-escondida-montemayor-del-rio-70009430>



Pº Canalejas, 144. Salamanca
639 67 47 45
info@tiempolibreb612.es
www.tiempolibreb612.es

Si compartes tus fotos, etiquétanos
#B612SomosNuestrosSueños



@TiempoLibreB612

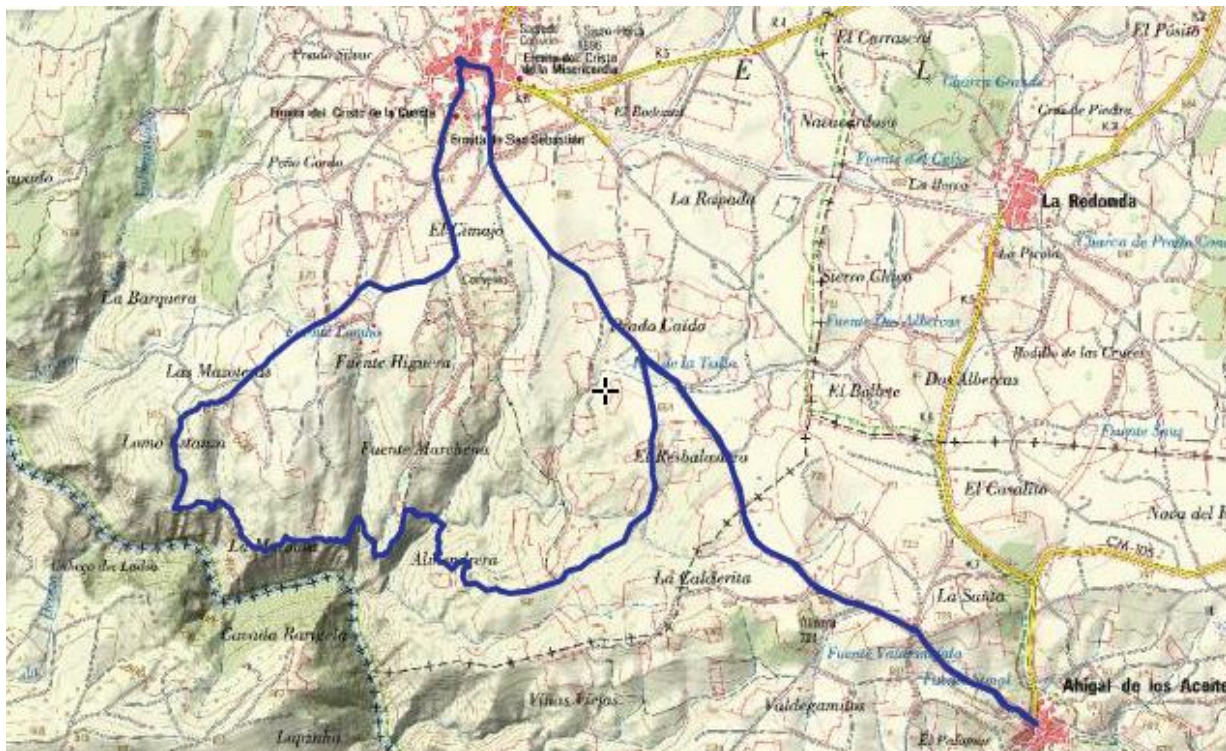


@tiempolibreb612

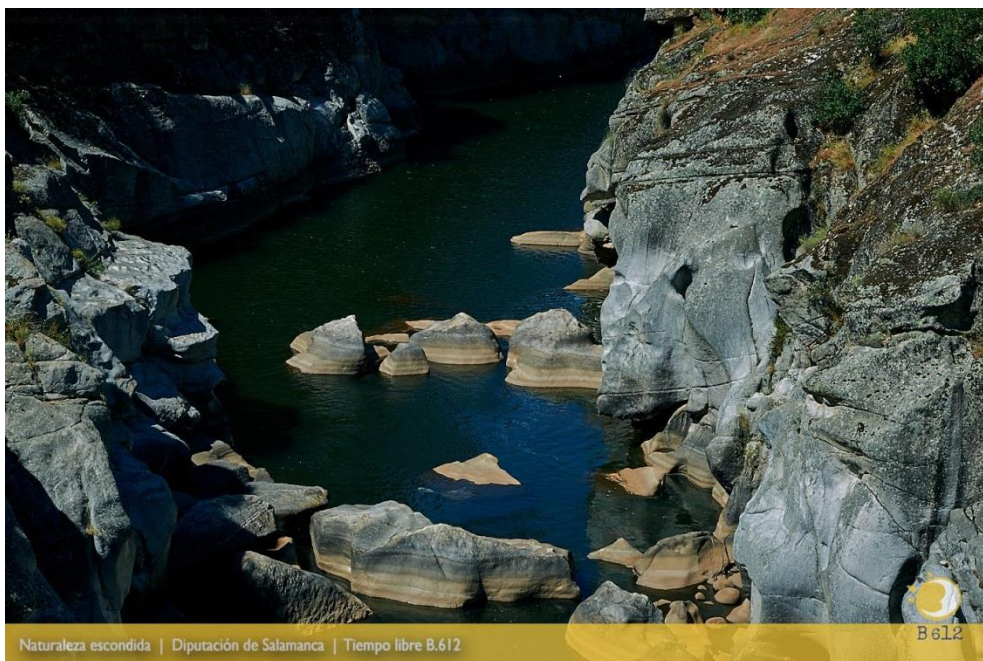


@TiempoLibreB612

Mapa:



Alguna foto para ir abriendo boca:



Naturaleza escondida | Diputación de Salamanca | Tiempo libre B.612

B.612

Ruta 2: Ahigal de la Sierra - Sobradillo



Pº Canalejas, 144. Salamanca
639 67 47 45
info@tiempolibreb612.es
www.tiempolibreb612.es

Si compartes tus fotos, etiquétanos
#B612SomosNuestrosSueños



@TiempoLibreB612

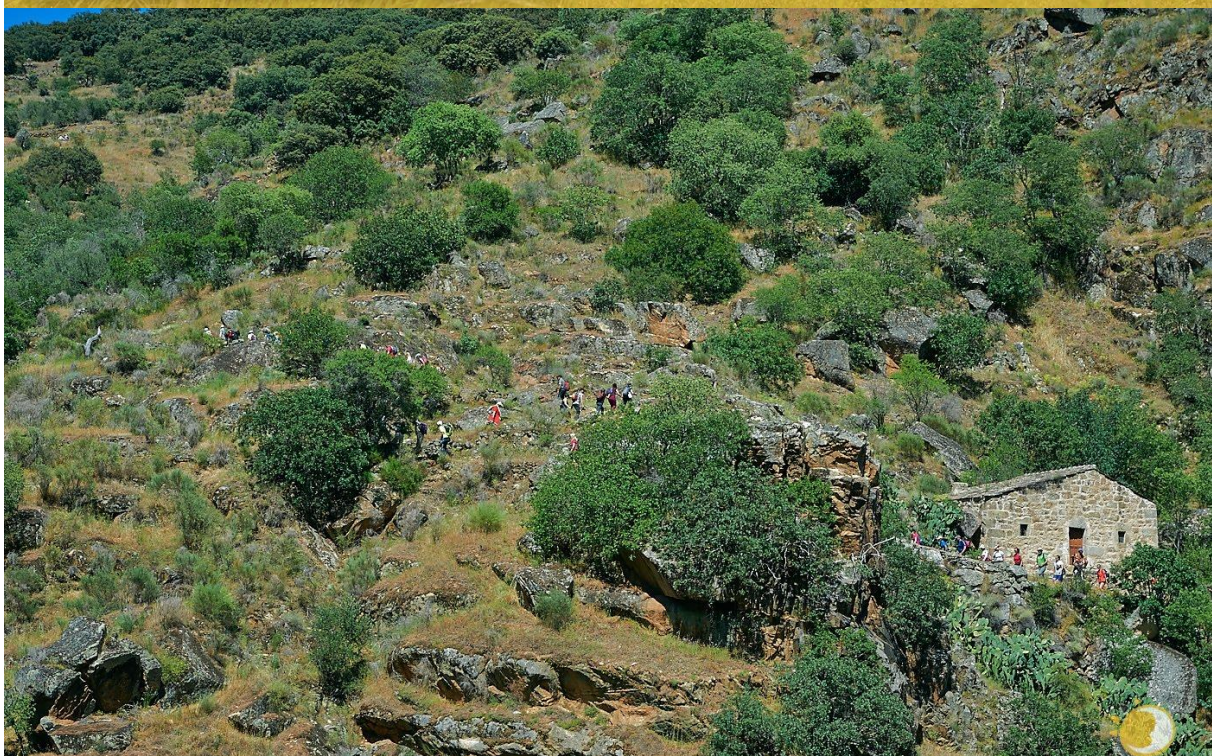
@tiempolibreb612

@TiempoLibreB612



Naturaleza escondida | Diputación de Salamanca | Tiempo libre B.612

B.612



Naturaleza escondida | Diputación de Salamanca | Tiempo libre B.612

B.612

Ruta 2: Ahígal de la Sierra - Sobradillo



Pº Canalejas, 144. Salamanca
639 67 47 45
info@tiempolibreb612.es
www.tiempolibreb612.es

Si compartes tus fotos, etiquétanos
#B612SomosNuestrosSueños



@TiempoLibreB612



@tiempolibreb612



@TiempoLibreB612