GRUPO DE MONTAÑA
COLEGIO SAN IGNACIO

BOLETÍN DE RUTAS

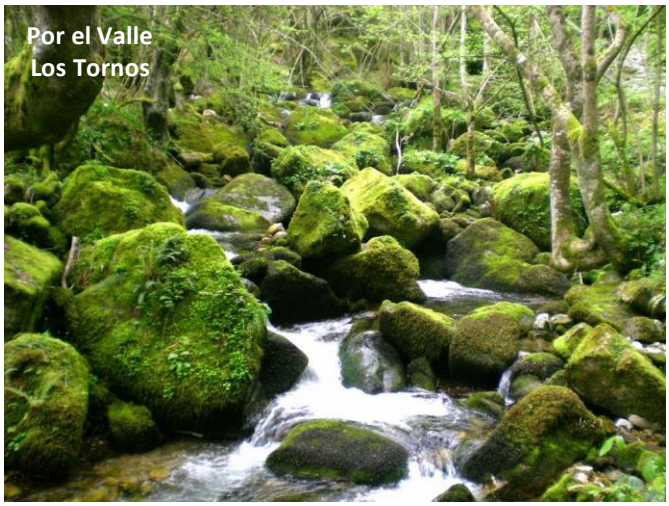
ACTIVIDAD	FECHA
Nozaleda - Pico La Senda (1.705 m) - Pendones (Caso)	**01/10/17**

TIPO	COMIENZO	FINAL	RECORRIDO	km
Travesía	Nozaleda (Orlé)	Pendones	5 / 6 horas	**11 / 13**

ALTITUD (m)			ASCENSO (m)		DESCENSO (m)	
INICIAL	MÁXIMA	MÍNIMA	DESNIVEL	ACUMULADO	DESNIVEL	ACUMULADO
645	1.465 / 1.705	645	820 / 1.060	845 / 1.105	715 / 675	730 / 990

TRANSPORTE	HORA
En autobús, desde Oviedo, C/ Trece Rosas (**C/ Coronel Aranda**; entre la Facultad de Geología y el Edificio de Servicios Múltiples del Principado de Asturias)	**09:00**

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA


Por el Valle Los Tornos

Comenzamos este curso con una preciosa excursión por el **Parque Natural de Redes** en el concejo de Caso, desde **Nozaleda** (justo antes de Orlé) hasta **Pendones**. La ruta sigue principalmente el recorrido marcado como PR-AS-64, y discurre por caminos y sendas siguiendo el valle Los Tornos y el bosque de Busterosu, en continua pero tranquila subida, hasta el Collao Capiella.

Una vez allí, si el tiempo lo permite, se puede **ascender opcionalmente** al **Pico La Senda** (1.705 m), desde el que se tiene una espectacular panorámica de las cumbres circundantes, mientras el resto del grupo puede esperar disfrutando del entorno.

El descenso se realiza por la vertiente sureste del macizo, dejando al oeste la peña La Quemada, para llegar a Pendones, donde nos puede recoger el autobús.

Como siempre, se recomienda **llevar ropa de abrigo en varias capas** (porque al caminar se entra en calor rápidamente, pero a esa altitud hace frío), y **botas de montaña** (y polainas, ya que puede haber **barro** si llueve los días previos), **guantes**, **gorro**, **calcetines gruesos**, **gafas de sol**, **crema de protección solar**, así como **ropa y calzado de repuesto** para dejar en el autobús y hacer el regreso más cómodos y, si llueve, secos.

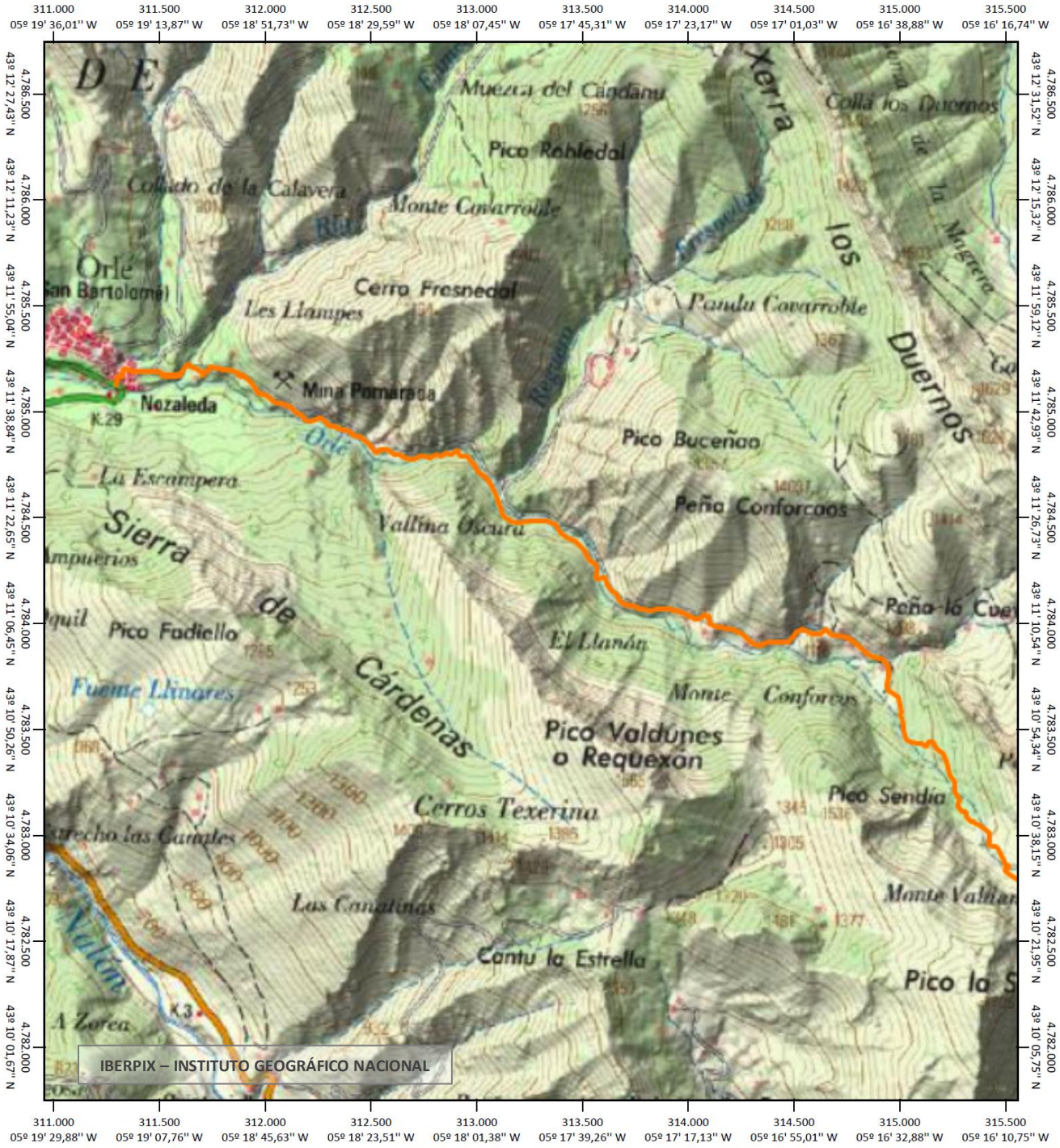
GRUPO DE MONTAÑA

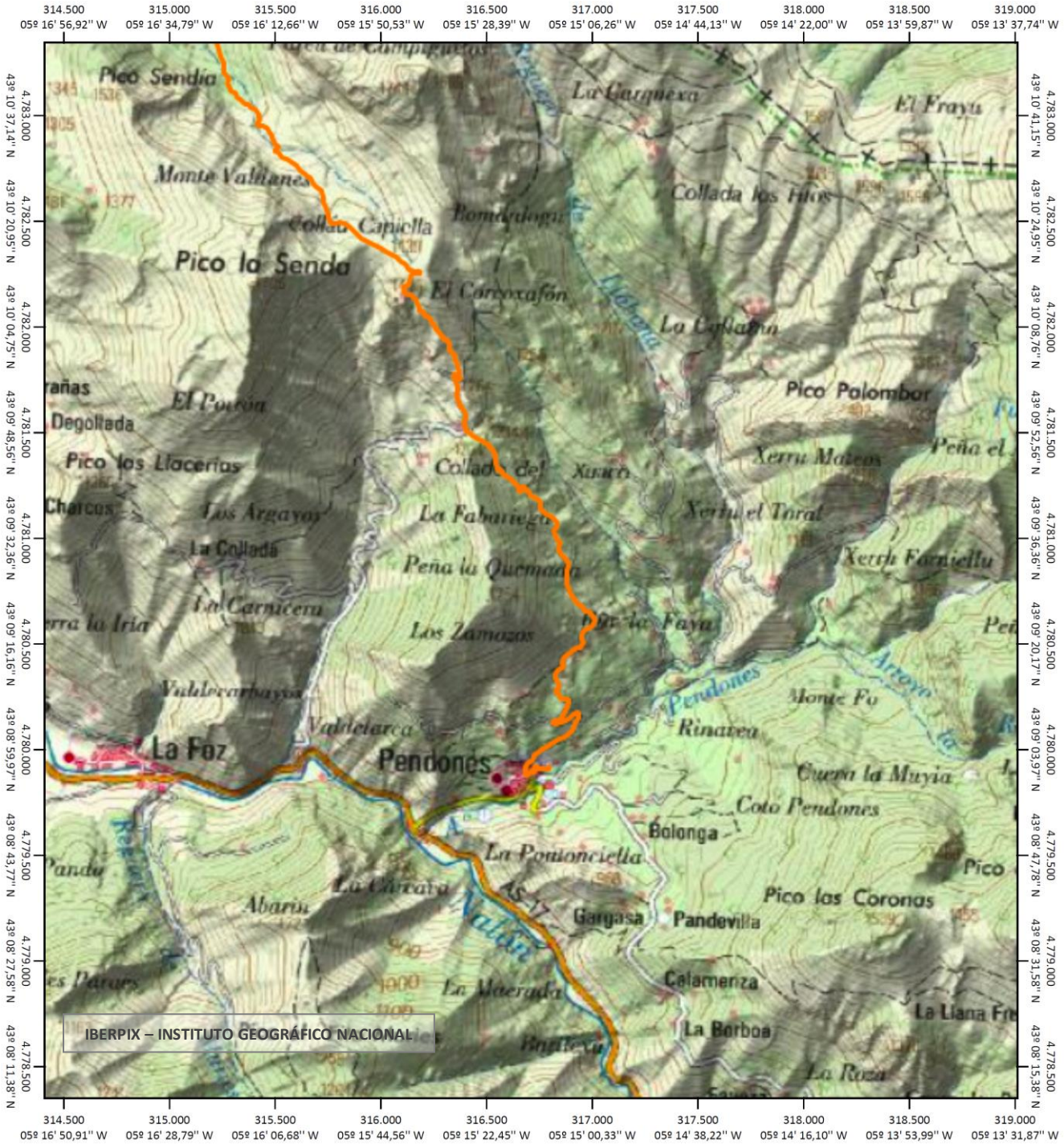
COLEGIO SAN IGNACIO

BOLETÍN DE RUTAS



MAPAS DE LA RUTA





ACCESOS

Para llegar a Nozaleda se toma la salida 40 de la A-66 en dirección a Olloniego y se continúa por la AS-116 y AS-117 en dirección a Pola de Laviana. Llegando a Campo de Caso, se continúa por la AS-254 hacia Bueres e Infiesto. En Nozaleda hay espacio para que el bus dé la vuelta (68 km; 1 hora 10 minutos aprox.).

El regreso se realiza desde Pendones, por la AS-117 y el mismo itinerario de ida.

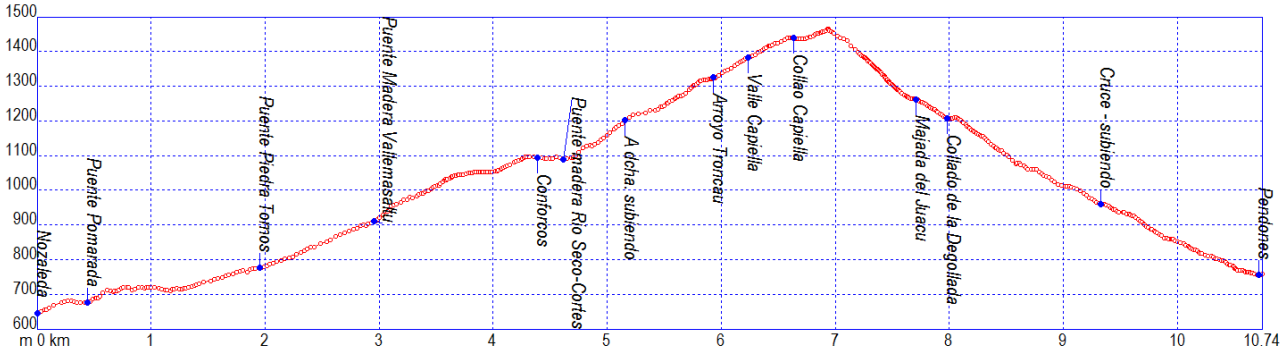
BOLETÍN DE RUTAS



PERFIL APROXIMADO DE LA RUTA

Nozaleda - Pendones (Caso); Nombre del track: Nozaleda-Pendones-1
Alturas: Inicial: 645.97m - Final: 759.14m - Máxima: 1464.70m - Mínima: 645.97m
Desnivel final-inicial: 113.17m - Máxima diferencia de cota: 818.72m
Ascenso acumulado: 845.01m - Descenso acumulado: 731.84m
Distancias: Sobre plano: 10.55km - Recorrida: 10.74 km - En ascenso: 6.38 km - En descenso: 4.17 km
Porcentaje de subida: medio: 13.25% - máximo: 50.02% - Porcentaje de bajada: medio: 17.53% - máximo: 51.40%

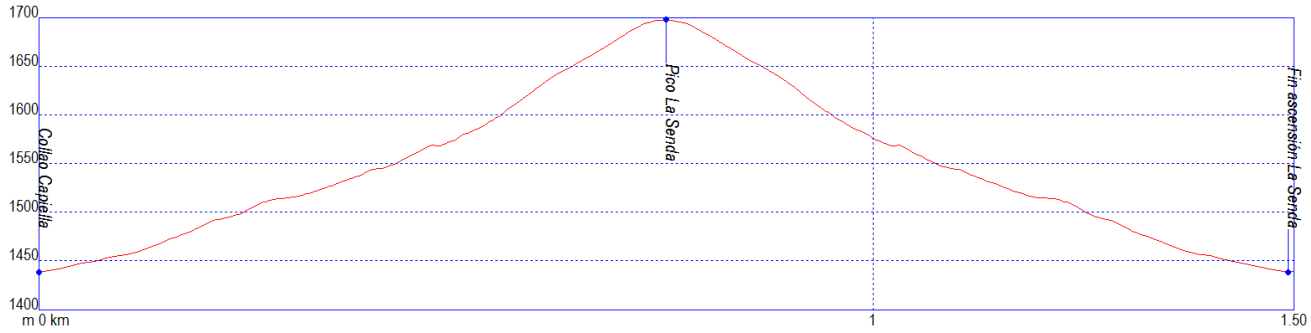
PROGRAMA PEFILES + GPS Visualizer



BOLETÍN DE RUTAS

PERFIL APROXIMADO DE LA ASCENSIÓN AL PICO LA SENDA (OPCIONAL)

Nozaleda - Pendones (Caso); Nombre del track: Pico La Senda-Ascensión
Alturas: Inicial: 1438.02m - Final: 1438.73m - Máxima: 1697.79m - Mínima: 1438.02m
Desnivel final-inicial: 0.71m - Máxima diferencia de cota: 259.77m
Ascenso acumulado: 260.27m - Descenso acumulado: 259.56m
Distancias: Sobre plano: 1.38km - Recorrida: 1.50 km - En ascenso: 0.70 km - En descenso: 0.68 km
Porcentaje de subida: medio: 37.22% - máximo: 71.48% - Porcentaje de bajada: medio: 37.98% - máximo: 72.41%



INFORMACIÓN GENERAL

- En las excursiones en que haya un número limitado de plazas tendrán preferencia los socios. Tendrán la condición de "socios" del Grupo de Montaña los que, en cada momento, tuvieran esa condición con respecto a la Asociación de Padres de Alumnos (APA) del Colegio San Ignacio. En este sentido, el **plazo de inscripción** se abrirá para los socios a las **10:00 horas del lunes** anterior a la fecha prevista para la actividad, y el miércoles para el resto de los participantes. **El plazo se cerrará con carácter general el jueves anterior a la ruta a las 16:00 horas**, para permitir la organización del transporte.
- Para apuntarse, hay que llamar al **teléfono de información del Colegio (985 23 33 00)** e indicar la familia y el número y tipo de asistentes, además de un teléfono de contacto por si surgiese algún cambio en la programación de las rutas (también iniciaremos la comunicación por Whatsapp).
- En el caso de que haya más solicitudes que plazas, se podrá establecer una lista de espera por orden de inscripción para suplir las bajas o, cuando las circunstancias lo permitan y el exceso de inscripción alcance un número mínimo, contratar un autobús adicional. **Cuando por diversas circunstancias, alguno de los inscritos no pueda asistir, deberá comunicarlo a la organización para disponer de su plaza/s. La no observancia de esta norma generará la obligación de pago de la tarifa establecida**.
- **Cuando los menores no participen acompañados de sus padres o tutores** deberán contar con la correspondiente **autorización** y figurar **inscritos con el adulto a cargo de los mismos** o bien poner esta circunstancia en conocimiento de los responsables de la excursión para quedar bajo su tutela.
- El importe de la actividad se abonará al comienzo de cada viaje. Para el curso **2017/2018** el importe del transporte en autobús será, en el caso de los socios, de **8 €** para los adultos, gratuito para los alumnos de infantil y **4 €** para el resto del alumnado. Para los no socios (familias no asociadas a la APA, antiguos alumnos o familias, etc.) será de **10 €** para adultos y de **5 €** para el alumnado, y de **12 €** para invitados sin relación con el colegio.

BOLETÍN DE RUTAS

- Las excursiones están programadas para que pueda participar en ellas la mayor parte del alumnado. No obstante, se considera que **una persona que va a la montaña asume que ello implica un riesgo y por tanto tendrá que contar con las condiciones necesarias y dotarse del equipo apropiado para el desarrollo de la actividad**. El equipamiento es libre, pero son recomendables las **botas de montaña**, especialmente en épocas de lluvia o para recorrer terrenos irregulares. Dependiendo de la climatología, **chubasquero y/o anorak**, pantalones de agua, gorro/gorra, guantes, sin olvidarse del protector solar. Es muy conveniente llevar **ropa y calzado de repuesto**, que se pueden dejar en el autobús para, en caso de necesidad, hacer el viaje de regreso más cómodo y, en ocasiones, más seco.
- Dada la aparente proliferación de insectos (garrapatas, avispas, etc.) es conveniente ir adecuadamente cubiertos con pantalón largo y camisetas de manga larga, especialmente en los casos de alergias conocidas, pudiendo ser útil el uso de espray insecticida para la piel o ropa. Se recomienda una atenta revisión al llegar a casa, especialmente de los niños.
- La alimentación a gusto y necesidades de cada uno. Algo de **fruta, chocolate o frutos secos** vienen bien para **reponer fuerzas** en alguna de las paradas. Es recomendable llevar la **cantimplora llena** desde casa por si no encontrásemos fuentes para el aprovisionamiento de agua.
- Se ruega puntualidad a la hora de la salida, para poder aprovechar el día y regresar a Oviedo a una hora "prudente".
- Las carreteras de montaña pueden provocar en personas propensas algún que otro mareo que, según el caso, podrán prevenirse con fármacos apropiados u otros remedios como sentarse en la parte delantera del autobús, no ir excesivamente abrigado, etc.
- Se encuentran a disposición de los participantes las **normas y estatutos que regulan la actividad del Grupo de Montaña**, así como el **documento sobre prevención de riesgos en la montaña**, que se adjuntó al calendario de actividades, y se ruega encarecidamente que se lea con atención. Cualquier sugerencia se puede realizar a través de los cauces habituales del colegio o en la dirección de correo de la **APA**. En la **Junta Directiva** estamos a vuestra disposición para cualquier consulta o duda que necesitéis resolver.

José Eduardo Muñoz de Fraga (Presidente) Tlfno. 639 14 46 93
Jaime Reinares Álvarez (Vicepresidente) Tlfno. 617 45 51 58
Bernardo Álvarez-Villar Fernández (Vocal) Tlfno. 677 50 23 38
Fernando Braña Fernández (Vocal) Tlfno. 645 78 12 43

APA COLEGIO SAN IGNACIO
Junta Directiva del Grupo de Montaña