



Sábado 18 de Febrero de 2017

**FUENTE GRANDE DE LOS
BELONES
PLAYA DEL LASTRE. PORTMÁN**

**2ª de las 12 Sendas de:
"Por la costa de Cartagena, de Cabo de Palos a la Azohía"**

EXCLUSIVA SOCIOS



7:55 horas, Estadio Cartagonova.

8:00 horas, Plaza de España.

LA EXCURSIÓN

Desde la Fuente del Cabezo Cantalar o Fuente Grande de Los Belones, nos moveremos por Las Barracas para, en dirección oeste, seguir el GR y mirar la Cala de Las Mulas, ojear el Hoyo de los Congrios, patear la Cala de La Ventanica, y, con extasiada admiración, regocijarnos con las Calas de El Cuervo, La Golera y El Barco. Recorriendo un subibaja, desde las alturas, observaremos el Caletón de la Calabaza, la Punta del Renegado, la Cala del Burro, la Cala de Aguas amargas y la Punta de La Hoyica, hasta llegar a la pista que conduce a la Batería de Cenizas.

Al llegar al pórtico de entrada de la C9, nos asomaremos hacia el este; una sucesión de montes de la Penibética se dirige a Cabo de Palos para que dicha sierra muera en él. Abajo, la citada Cala de Aguas Amargas y un mar de color de plata encenderán nuestras retinas.

Estaremos a 305 metros de altitud sobre el nivel del mar, donde aún existen dos cañones "Vickers Armstrongs", que eran capaces de lanzar un proyectil de casi 1.000 kilos, a una distancia de 35 kilómetros. Preciosa la senda de bajada por la misma orilla del, cada día más desmoronado, precipicio hasta la Batería de la Chapa, denominada C8, situada a 48 metros de altitud y que disponía de 4 cañones Vickers de 15.24 cm, que alcanzaban a más de 21 kilómetros.

Nos deslizaremos hasta el Faro de Portmán, inaugurado en 1865, electrificado en 1960, reformado y automatizado en 1977, el que tiene el foco de luz a unos 9 metros de altura de la base, con una óptica de tambor de medio metro y alcanza unas 13 millas náuticas o 24 kilómetros. Nos iremos muy al sur, hasta El Cordel y Punta Negra.

Atravesaremos la Bahía de Portmán y llegaremos al centro del pueblo, donde practicaremos el culto a la refrescante rubia.

Nota: Se facilitará la opción de, si algún senderista no desea descender por la pronunciada bajada del acantilado, el poder hacerlo por la Calzada romana.

Echa un vistazo a la previa:

<https://goo.gl/photos/nETvZWY8HFSXCb9Q9>

DURACIÓN, DESNIVEL Y DIFICULTAD

Necesitaremos **5 horas** para recorrer unos **13 kilómetros** y superar **+664** y -739 metros de desnivel.

ESFUERZO: Nivel 3. MEDIO. Más ratos descansado que esforzado. Se debe tener buena forma física.

CAMINO: Nivel B. Bien en general, con algunos tramos difíciles, resbaladizos, empinados...



NIVELES DE DIFICULTAD

Niveles de Esfuerzo:

- 1. Muy Bajo:** sirve como iniciación para adquirir la forma física. Senderismo Familiar. Menos de 7 km. Y hasta +200 m. desnivel acumulado.
- 2. Bajo:** Más ratos descansado que esforzado. Se debe tener algo de forma física. Menos de 12 km. y/o hasta 400 m. desnivel acumulado.
- 3. Medio:** Necesaria, forma física regular. A ratos cansado, a ratos descansado. No recomendable como iniciación. Menos de 20 km y/o hasta + 800 m. desnivel acumulado.
- 4. Alto:** necesaria una buena forma física. Más de 20 km y/o hasta 1200 m. desnivel acumulado.
- 5. Muy Alto:** Imprescindible buen estado de forma física y técnica demostrable. Más de 28 km. y/o más de +1200 m. desnivel acumulado.

Niveles Dificultad del Camino:

- A. Buenas sendas o pistas forestales.
- B. Bien en general, con algunos tramos difíciles (resbaladizos, empinados).
- C. Con bastantes tramos difíciles que requieren cierta experiencia.
- D. Sin apenas sendas, con tramos en los que se necesitan las manos.



EQUIPACIÓN

Botas de montaña, ropa adecuada al tiempo, mochila con suficiente agua (1,5 litros), gorra, gafas de sol, crema solar, cámara fotográfica, **bastones** y almuerzo.

RIESGOS Y ADVERTENCIAS

Hay un factor de riesgo por el que debemos extremar la precaución para no resbalar o tropezar y caer al vacío de los acantilados.

HORA Y PUNTO DE ENCUENTRO

Hora de salida. **7:55 horas desde Estadio Cartagonova**. Y a las **8:00 horas desde Plaza de España**. Cartagena.

Hora prevista de llegada a Cartagena sobre las 14:00 horas.

Recuerda que si vas a dejar tu coche en Cartagena, debes hacerlo en la explanada del estadio Cartagonova ya que los sábados hay "Hora" en el casco urbano.

INSCRIPCIÓN

Viajamos en autobús. 5 €. Por ello debes inscribirte pinchando en uno de los siguientes enlaces y rellena las casillas obligatorias* del formulario.

<http://goo.gl/forms/85DIQNDtE7>.

<https://docs.google.com/forms/d/1lpV5MlepSyGuml3SOzpsS1gRPDH50dNQJp4FHKyZKY/viewform?c=0&w=1>

Notas básicas sobre las excursiones en GRUPO.

El ritmo del grupo lo marca el último, el que menos fuerza tenga y todos tenemos que adaptarnos a él. **Siempre debemos tener a nuestra vista al compañero de atrás** y si no lo vemos nos paramos hasta que nos vea, de esta forma el grupo siempre va compacto.

- Si no eres capaz de ir al ritmo del más lento mejor no vengas pudiendo participar en las actividades de otras secciones del club de más exigencia física: Montaña o Trail. Igualmente sino eres capaz de ir a una velocidad de 4-5 Km/hora en llano y 2-3 Km/hora en subida, mejor no vengas y apúntate a las excursiones de iniciación.
- **No se debe adelantar al guía** ya que es el responsable de seguir la ruta propuesta y las posibles variaciones de la misma por surgir imprevistos (meteoros, nivel del grupo...) Si bajo tu exclusiva responsabilidad te sales del grupo o adelantas al guía, bajo ningún

concepto debes perderlo de vista ya que te puedes extraviar o tener un accidente sin que el resto del grupo se percate.

- Si por **necesidades personales**_debes de abandonar la marcha por un instante comunícaselo antes a un compañero y en todo caso deja tu mochila en el sendero para una fácil localización.
- Si te resulta difícil seguir el ritmo del grupo o ves que necesitas ayuda para sortear algún obstáculo no dudes en **comunicárselo al guía** para solucionarlo, antes de exponerte.

Si tienes algún tipo de alergia o enfermedad crónica que precise **medicación** deberás comunicarlo llevando en tu mochila las correspondientes medicinas y darle al guía, antes de iniciar la excursión un recambio de las mismas con una pegatina con tu nombre.

La participación en la actividad implica la **asunción del riesgo** que conlleva hacerla en la montaña, reconociendo haber leído y aceptado los mismos.

La actividad a realizar es peligrosa y puede tener consecuencias imprevisibles al desarrollarse en terreno montañoso, puedes sufrir lesiones y/o pasar situaciones con algún tipo de riesgo. Para participar debes encontrarte en perfecto estado de salud, tanto físico como psíquico, en buena forma física y reunir los conocimientos técnicos necesarios. Si decides participar reconoces que has sido informado de los riesgos que entraña la actividad. Asimismo, deberás seguir las recomendaciones y sugerencias indicadas por el guía de la actividad en todo momento, y deberás cuidar de reducir el riesgos al mínimo posible, debes guardar siempre un comportamiento preventivo para la evitación del riesgo, sin exponerse o exponer a otros compañeros a un riesgo innecesario.

Con tu participación en la actividad autorizas a los guías de la misma a formar parte del **reportaje fotográfico** general que se realiza en cada actividad. Si perjuicio de tu derecho de cancelación que podrás ejercer, para ello deberás mandar un e.mail a la atención del guía de la actividad a: cexcartagena@gmail.com

Conduce la excursión, Julio Parra. Tfno. 686 87 29 29

CENTRO EXCURSIONISTA DE CARTAGENA

<http://cexcartagena.wordpress.com>

<https://www.facebook.com/centroexcursionista.decartagena>

<https://www.facebook.com/groups/404056876443915>