



Domingo, 12 de marzo 2017

Los Confines de Cartagena

BALSICAS - PERÍN

Excursión desde Balsicas (Mazarrón), hasta Perín (Cartagena)



8:00 horas, Plaza de España

Media Montaña

SOLO SOCIOS

El Espacio natural Sierra de la Muela, Cabo Tiñoso y Roldán se encuentra situado en la zona centro del litoral regional, abarcando la zona Oeste de Cartagena y llegando hasta la rambla de Valdelentisco, limítrofe con el municipio de Mazarrón. Presenta comunidades características como los cornicales y sabinares. Destaca la presencia de reductos de carrascales termófilos, y mantiene diversas parejas de aves rapaces y una población mayor de buhos. Ver información y límites en:

<http://www.murcianatural.carm.es/web/guest/sierra-de-la-muela-cabo-tinoso-y-roldan3>

Eco-itinerario.

Saliendo desde el cercano colegio Siglo XXI, en la zona del Alamillo (Puerto de Mazarrón), llegaremos al pueblo de *Balsicas*, famoso por ser donde se celebra la fiesta de los rebuznos en Navidad. Desde aquí subiremos hasta la *Fuente Alameda*, y después de un descanso-reagrupamiento atravesaremos el monte público del *Lomachón* para enganchar la cuerda de los *altos de Valdelentisco* dentro del Espacio natural protegido de La Muela-Cabo Tiñoso, en lo que hemos denominado "los confines de Cartagena" por su desconocida orografía y lejanía de las rutas de senderismo habituales. Otro elemento de interés en nuestra ruta será el *embalse de la Pernerá*, que recibe el agua producida en la desalinizadora de Valdelentisco para distribución del riego en fincas agrícolas y urbanizaciones residenciales desde Alhama hasta Corvera.

Tras cambiar la transversalidad de la vertiente y dirigimos hacia la *Rambla del Cañar*, haremos la parada de la comida en el *rincón de las encinas*, ejemplares singulares que se mantienen en esta umbría, al inicio del *Collado de la Cruz*, y que están incluidas en el catálogo de árboles monumentales de Cartagena. Aproximadamente, en este punto llevaremos 15 km y +500 m desnivel.

Tras reponer fuerzas subiremos la *Morra de la Yesera* y nos dejaremos caer por varias ramblas hasta llegar a la Asociación de Vecinos de *Perín*, completando un

recorrido por las sierras litorales del poniente de Cartagena, y siendo recibidos en esta pequeña localidad, cabecera de diputación cartagenera, por la magnífica “catedral del oeste”:

http://www.regmurcia.com/servlet/s.SI?sit=a,315,c,522,m,1075&r=CeAP-658-PORTADA_CENTRO_AMPLIADO



RECORRIDO

Es un recorrido inédito que se ha preparado para una distancia total alrededor de **20 km.** y resultando **+800 m desnivel.**

Algunos tramos presentan elevadas pendientes, de un 45-50%, enlazadas en un continuo subeybaja por sendas trialeras. También encontraremos un tramo largo de monte a través y una zona de rambla en la que habrá que apartar las cañas para el paso.

El **recorrido no es apto para principiantes**, ni senderistas sin excelente forma física para afrontar el desnivel acumulado y no producir retrasos al grupo.

NIVELES DE DIFICULTAD

NIVEL DE ESFUERZO: 3 (MEDIO-ALTO).

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 rato 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.

DIFICULTAD DEL CAMINO: C. (MEDIO).

Niveles Dificultad del Camino:

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.

RIESGOS Y ADVERTENCIAS

Peligro de caída en las bajadas.

PREVISIÓN DE HORARIOS

08:00- Pza. España. Salida del autobús hacia zona del Alamillo (Puerto de Mazarrón).

09:00- Inicio excursión en camino de la rambla de Balsicas.

11:15- Descanso en la Fuente Alameda.

14:15- Comida en Rincón de las Encinas del Cañar.

16:45- Llegada a AV. Perín.

17:30- Salida del autobús de vuelta para Cartagena.

EQUIPACIÓN

2 litros de agua (mínimo) y comida para todo el día. Botas de montaña.

Ropa cómoda apropiada al tiempo (estamos a principio de una primavera muy soleada). Gorra, bastones, cremas protectoras (imprescindible), gafas de sol y cámara de fotos.

HORA Y PUNTO DE ENCUENTRO

Hora de salida. A las 8:00 horas desde Plaza de España.

Recuerda que debes estar diez o quince minutos antes para embarcar tu mochila, pasar lista y abonar el bus.

Hora prevista de llegada a Cartagena sobre las 18:30 horas.

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/11pV5MlepnSyGuml3SOzpsS1gRPDH50dNOJp4FHKyZKY/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 actividad: Josué Pérez, 609 025991

CENTRO EXCURSIONISTA DE CARTAGENA