



**Domingo 30 de abril de 2017**

# **EL CAMINO DEL RÍO TAIBILLA**

Casas de Juan Quiles. Juntas ríos Taibilla - Segura.  
Cenajo de las Palomas. Llano de la Vida. Letur.

**Actividad Abierta a No Socios**



**7:00 horas, Plaza de España. Cartagena.**

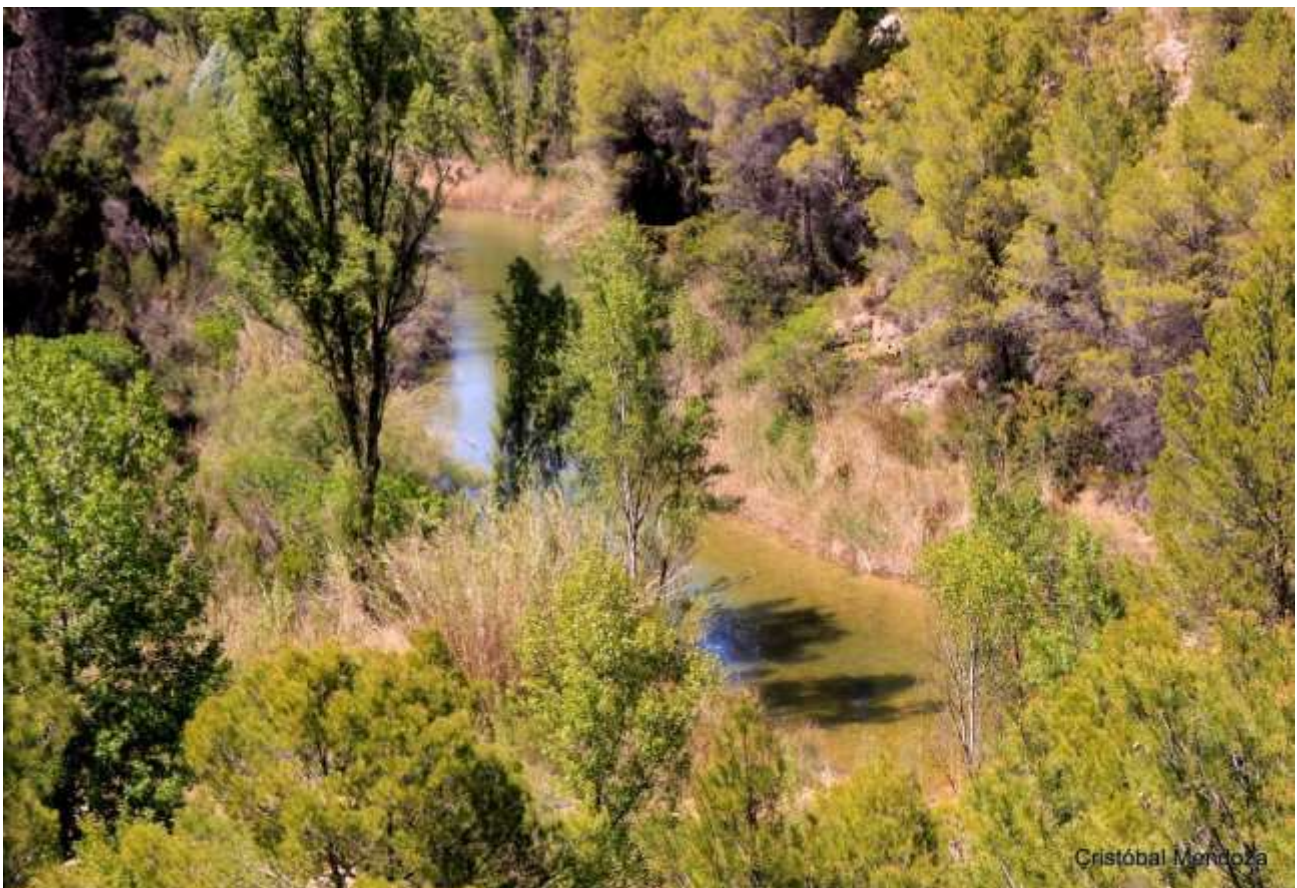
"Hay lugares a los que, según los cánones turísticos, no merece la pena llegar salvo por el placer de ir. Algunos son muy hermosos desde un punto de vista meramente natural: hoscos, rudos, violentos, en los que se siente que el hombre todavía no ha domado por completo a la Naturaleza. Pero ofrecen poco más que belleza terrenal y sed de aventura. Suelen estar en los extremos del mundo, en los confines del planeta. Y el placer de haberse asomado a ellos, no es otro que el hecho de haber ido y, en todo caso, comprender un poco mejor el planeta que habitamos.

Hay una frase que responde a la pregunta de por qué acercarse a un lugar tan lejano y adonde cuesta mucho esfuerzo llegar. La frase es sencilla: "Para poder contar que yo estuve allí".

No hay otra palabra: la pasión por la lejanía, la pasión por los confines, la pasión por ir más y más allá..."

Javier Reverte

<http://viajar.elperiodico.com/planes/los-confines-de-la-tierra>





## LA EXCURSIÓN

**El Camino del Río Taibilla: Montaña.** Excursión inédita, tan exigente como bonita. Seguiremos el trazado del río Taibilla hasta su desembocadura al río Segura. Y desde las Juntas de ambos ríos, visitaremos el Cenajo de las Palomas, para ascender hasta el Llano de la Vida, por donde nos dirigiremos hacia Letur. Dificultad Alta. Distancia: 20 Km. Desnivel acumulado: +1000 m. Camino: Un tramo por senda expuesta y monte a través, y el resto por pista y senda sin mayor dificultad. Tiempo estimado: 8 horas. Salida en autobús, 7:00 h. desde Plaza de España. Fin 21:00 h. Coste del autobús, 5 euros.



Hace tres años, hicimos una excursión que se corresponde con la segunda parte de esta que vamos a realizar el próximo domingo.

Fotos: <https://photos.google.com/album/AF1QipPbJcdX1EUm3bNxxgElKd3qztzggSE62AxW2nfW85>

## DURACIÓN, DESNIVEL Y DIFICULTAD

En total, necesitaremos casi **8 horas** para recorrer **20 kilómetros** y superar **+1000 metros** de desnivel.

**ESFUERZO:** Nivel 3. ALTO. Necesaria buena forma física. No recomendable como iniciación.

**CAMINO:** Nivel B. Bien en general, con algunos tramos difíciles, resbaladizos, o muy 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

**3 Litros de Agua.** Botas de montaña. Ropa adecuada al tiempo, mochila con 3 litros de agua fría. Bastones, gorra, gafas de sol, crema solar, cámara fotográfica, almuerzo y comida.



## **RIESGOS Y ADVERTENCIAS**

Hay un factor de riesgo elevado: Deshidratarte por no llevar suficiente agua en tu mochila. Echa TRES LITROS DE AGUA FRÍA.

El otro factor de riesgo es tropezar y caer.

## **HORA Y PUNTO DE ENCUENTRO**

Salida autobús **7:00 h.** Plaza España.

Si algún compañero de Murcia desea viajar, que nos lo diga en observaciones al inscribirse, y pararíamos a recogerle a las 7:30 horas en lo alto del Puerto de la Cadena: Venta El Puerto 2. <https://goo.gl/maps/PXvHUTDHMgG2>

Desde Cartagena hay tres horas de viaje, hasta el inicio de la excursión. Y al regreso, desde Letur, serán unas dos horas de viaje hasta Cartagena.

Hora prevista de llegada a Cartagena sobre las 21:00 horas, máximo.



## 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/1pV5MlepSyGuml3SOzpsS1gRPDH50dNQJp4FHKyZKY/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](mailto:cexcartagena@gmail.com)



Conduce la excursión, Cristóbal Mendoza. Tfno. 669 35 94 34

## **CENTRO EXCURSIONISTA DE CARTAGENA**

<http://cexcartagena.wordpress.com>

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

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