



Domingo, 13 de enero de 2019

De Los Vivancos (Fuente Alamo) a El Mojón (Mazarrón)

8:00 horas, Plaza de España

Exclusiva Socios



ITINERARIO

Comenzaremos nuestro recorrido pasado el caserío de Los Vivancos (Fuente Alamo), y antes de llegar al pueblo de El Margajón, entre amplios campos de almendros, tomaremos el camino de la Sierra de lo Alto. Esta sierra está situada entre la Sierra del Algarrobo y el Lomachón, y tiene una altura máxima de aprox. 500 metros. Por arriba de la sierra pasa una línea del tendido eléctrico que nos servirá de referencia para iniciar una bajada hasta el antiguo camino del Mingrano a Mazarrón.

La bajada será un tramo inédito (incluso no se ha realizado previa de la bajada en su totalidad) y va a resultar bastante complicado porque no existe traza de sendero, quedando muy abrupta por el desnivel a salvar en zonas de barranco, tener intercaladas varias zonas en ladera de pinos con bolsas de procesionaria, y tener que meternos en un ramblizo intransitable por exuberancia de romeros, jaras, aliagas y palmitos. A todo esto, le vamos a añadir un grado de dificultad porque atravesaremos un coto de caza en plena época de escuchar tiros por el monte. En la foto siguiente podéis haceros una idea de la complejidad de la bajada hasta alcanzar el paso que atraviesa la autopista.



Pasada la autopista comenzaremos a subir paulatinamente por las estribaciones del Lomachón, y volveremos a estar dentro del territorio de

otro coto de cazadores, por lo que siempre hay que mantenerse en grupo, y ya veremos donde podemos hacer un descanso para el almuerzo. Esta será la única parada y podríamos hacerla, quizás, en la Fuente Alameda.

Después del almuerzo nos dejaremos caer hasta las Balsicas y desde allí por la rambla saldremos hacia la marina, y cruzando la N-332 terminaremos en la playa de El Mojón (Mazarrón), disponible para los más atrevidos si el día es soleado.

El final de nuestra ruta será en el camping de Los Delfines, frente a la playa, teniendo Bar y Balneario disponibles:
<https://www.balneariobahialosdelfines.es/>

El bar es espacioso y está bien surtido. Se puede encargar comida llamando por teléfono previamente. **Myles y Mar (655 423 340) ofrecen:**

Diariamente: barbacoa, 7€; menú, 8€, Domingos y festivos: gran tapeo, 10€.

La tarifa del balneario de aguas termales es de 7 €/adulto, no habiendo podido obtener ningún descuento por grupo, únicamente se puede comprar un bono de 10 pases = 60 €, y repartiendo entre 10 personas saldríamos a 6 €/adulto. Si mantenemos un ritmo de senderismo adecuado el baño reparador de aguas volcánicas será posible entre las 14:45 y las 17:15 horas.



RECORRIDO

Es una ruta con una distancia total alrededor de **15,0 kms** y resultando **+550 m desnivel**. Imprescindible pantalón largo y manga larga de senderismo, sombrero e incluso guantes para la bajada del barranco para evitar pinchazos. Para los que decidan entrar al balneario del camping, o darse un estupendo chapuzón de primeros de año en el mar, echar en la mochila el bañador, chanclas y gorro. El autobús llegará más tarde a recogernos.

NIVEL DE ESFUERZO: Nivel 2. Necesaria una forma física regular.

DIFICULTAD DEL CAMINO: Nivel C. **Difícil: Excursión para senderistas avanzados.**

Algún tramo requiere experiencia por monte de acusada pendiente y terreno abrupto y resbaladizo. Y en ningún caso, es una ruta adecuada para iniciación al senderismo o vuelta después de una lesión o un tiempo sin practicar. Por favor, tenlo en cuenta en tu inscripción:

NIVELES DE DIFICULTAD

Niveles de Esfuerzo:

1. Bajo: Sirve como iniciación para adquirir la forma física. Se debe tener algo de forma física. Menos de 12 km. y/o hasta 400 m. desnivel acumulado.

2. Medio: Necesaria, forma física regular. Menos de 20 km y/o hasta + 900 m. desnivel acumulado.

3. Alto: necesaria una buena forma física. Más de 20 km y/o más de 900 m. desnivel acumulado.

Niveles Dificultad del Camino:

A. Fácil: Todo por sendas o pistas forestales.

B. Medio: Con algún tramo difícil, resbaladizo, empinado.

C. Difícil: Con bastantes tramos difíciles, enmarañados, que requieren experiencia monte a través.

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. Se recomiendan guantes para la bajada.

RIESGOS Y ADVERTENCIAS

Debemos extremar la precaución para no resbalar o tropezar. También tenemos que estar alerta por si tropezamos con cazadores.

Previsión de Horarios

Pretendemos realizarla a un ritmo continuo sin pausa, poco contemplativo y poco fotográfico, porque queremos darnos el gustazo de un baño termal de invierno en el balneario, sin tener que desplazarnos al interior de la Región. Además, este año llegó antes el invierno por lo que apetece mucho esta oportunidad. Así que para llegar antes de las 15 horas al camping de los delfines, tenemos que evitar despistes y quedar rezagados, mantener el grupo compacto y tan solo haremos una sola parada de bocata, a mitad de la ruta. Se prevé los siguientes tiempos de paso:

08:00- Pza. España. Salida del autobús hacia los Vivancos.

09:00- Inicio excursión.

11:30- Paso de la Autopista.

12:00- Fuente Alameda.

13:30- Las Balsicas

14:30- Playa El Mojón

14:45- Bar/Balneario... opcional

17:25- Salida del autobús de vuelta para Cartagena.

INSCRIPCIÓN

Viajamos en autobús: 7 €. 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.

- **En primer lugar, si no eres capaz de llevar un ritmo medio**, es decir, 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, porque de esta manera no retienes al grupo. Esto también es válido para los que se entretienen demasiado haciendo fotos buscando las mejores vistas, o se dedican en exceso a la observación paisajística y la visita de los parajes y monumentos.

- **Y en segundo lugar, si no eres capaz de ir al ritmo del más lento**, mejor tampoco vengas, pudiendo participar en las actividades de otras secciones del club de más exigencia física: Montaña o Trail, porque **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.

Igualmente, debes tener en cuenta:

- **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 entiendes 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 puede tener consecuencias imprevisibles al desarrollarse en el medio natural, 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, Josué Pérez. Tfno. 609 025991

CENTRO EXCURSIONISTA DE CARTAGENA

<http://cexcartagena.wordpress.com>

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