



TRESMILES SIERRA NEVADA

Circular Lagunas Altas Cumbres - 5ª Nevada

Curso 2025-26



Fecha, hora salida y punto de encuentro: jueves 2 de octubre a las 8:00 horas desde la puerta del pabellón polideportivo de la Uja. Regreso el viernes día 3 a las 17'00 horas aproximadamente.

Nº plazas: 15 plazas. **Desplazamiento en autobús.**

Dificultad: MODERADA. Se requiere una condición física aceptable (varias horas andando por senderos y campo a través en altura, portando el material necesario para 2 días y superando importantes desniveles).

Pernocta: realizaremos un vivac a 3000 mts de altitud en la laguna de la Caldera. Será necesario Saco de dormir, esterillo, utensilios necesarios para las diferentes comidas, etc.

Incluye: Desplazamiento, guía, seguro accidentes y asesoramiento en montaña.

IMPORTANTE: Para no comprometer la seguridad del grupo, el itinerario podrá ser modificado total o parcialmente por el monitor sin previo aviso. Igualmente, se podrá valorar qué persona está capacitada para continuar el itinerario o regresar al punto de partida.

Descripción del programa

jueves 3: Desde La Hoya de La Mora (Sierra Nevada) tomaremos senderos hasta alcanzar las Posiciones. Continuamos por el Veredón superior bajando hasta los corrales del Veleta siguiendo por recorrido poco marcado y bajo la norte de los Machos, hasta Veta Grande. Sin perder altura continuamos nuestro itinerario pasando por lagunillos de Valdeinfierno, laguna de la Gabata, Laguna Larga y ya en descenso alcanzamos la laguna de la Mosca. Después de un merecido descanso y de repostar agua, ascendemos al collado del Ciervo para alcanzar el refugio de la Caldera, donde pasaremos la noche. **6-7 horas y 13 km aprox. Desnivel positivo acumulado: 1120 mts.**

Viernes 4: desde nuestro emplazamiento de pernocta, iniciamos el ascenso al techo de la península: el pico Mulhacén (3480 mts). Regresamos por el sendero de subida hasta la laguna de la Caldera y tomamos el camino que nos conduce hasta el collado de la Carihueta, no sin antes hacer cumbre en el Cerro de los Machos (3327 m) y atravesar el "paso de los guías". Una vez en el collado, solo queda iniciar el descenso hasta la Hoya de la mora, donde termina nuestra aventura. **5-6 horas y 14 km aprox. Desnivel positivo acumulado: 1100 mts.**

IMPORTANTE:

- **Material Obligatorio:** botas o calzado de trekking, gafas de sol y crema de protección solar. Será revisado antes de la salida de Jaén, no permitiendo la participación a aquella persona que no lo lleve.
- Forro polar o camiseta de manga larga y cortavientos tipo chubasquero. Gorro, guantes finos y muda para cambiarse (calcetines, forro y mallas o pantalón).
- Saco de dormir y esterilo.
- Mochila cómoda y con capacidad para llevar agua, saco dormir y la comida necesaria para los 2 días.
- El agua podemos obtenerla de las diferentes lagunas que hay durante el recorrido. Se recomienda utilizar pastillas potabilizadoras forte.
- Para cualquier duda sobre la actividad, podemos consultar con el monitor responsable (JOSE M. LARA 607 157 983).

