

**SENDERISMO DE MONTAÑA
RUTA DE LAS CINCO VILLAS**

CUEVAS DEL VALLE – VILLAREJO – SAN ESTEBAN – SANTA CRUZ Y MOMBELTRAN
FECHA: 14 DE MAYO DE 2.015 (JUEVES)

**PRECIO APROXIMADO: Menos de 31 EUROS (Incluye viaje, cafés, refrigerios
fin de ruta y comida)**

Distancia: 15 Km

Dificultad: Fácil

Tiempo: 5 horas

LA RUTA: Se trata de un sendero homologado que une por caminos y sendas tradicionales los cinco municipios serranos que componen esta comarca situada en las faldas de Gredos. Es una ruta circular con parada en cada uno de los cinco pueblos que la componen y, por lo tanto, accesible a cualquier persona. El autocar realizará paradas en cada uno de los pueblos, recogiendo a todos los senderistas que den por terminada la caminata.

Iniciaremos la marcha en Cuevas del Valle y la terminaremos en Mombeltrán, eliminando de la ruta el tramo entre Mombeltran y Cuevas del Valle que, por otra parte, es el mas complicado debido a la pendiente existente.

RECORRIDO Y HORARIOS:

7,00.- Salida de la Avda. de Mirat

8,10.- Llegada a PIEDRAHITA. Café y abastecimiento de pan.

9.50.- Llegada a Cuevas del Valle.- Inicio de ruta.

1º. Tramo: De Cuevas del Valle a Villarejo. (4 km)

Se comienza con una pequeña subida que, si no se asciende con prudencia, puede pasarles factura a algunos senderistas.

10.40.- Inicio del 2º. tramo : De Villarejo del Valle a San Esteban del Valle (3 km.)

Pequeños altibajos en el trayecto.

11.00.- Bocata

11.50- Inicio del 3º tramo: San Esteban del Valle – Santa Cruz del Valle (4 km.)

Recorrido parecido al 2º tramo.

12.45.- Inicio del 4º Tramo: Santa Cruz del Valle - Mombeltrán (4 km.)

Fuerte descenso (200 metros en 2 kms.) y pequeña subida hasta el pueblo.

13,40-Recorrido por Mombeltrán y cervezas fin de ruta.

14.30.- Salida del autobús hacia el Puerto del Pico

15.00 – Llegada al restaurante “La Parada del Arriero”.

16,30.- Tiempo libre Las personas que no deseen utilizar la sobremesa para jugar la partida, podrán visitar los alrededores del Puerto del Pico, disfrutando con las vistas de todo el valle.

18.- Regreso a Salamanca

20.- Llegada a Salamanca

PANIFICACION DE LA RUTA

- Todos los senderistas comenzarán la ruta en el 1º. Tramo.
- Aunque se puedan hacer tramos alternativos, se recomienda hacerlos consecutivos con el fin de no entorpecer la marcha de los demás. Igualmente se recomienda realizar, como mínimo, los dos primeros tramos (8 km.). De esta forma, todo el grupo podrá reunirse a la hora del "bocata".
- Nadie podrá comenzar el siguiente tramo hasta que no se haya formado un grupo de 15 o 20 senderistas. Se considera que los tiempos marcados para cada tramo son suficientes para recorrerlos cualquier persona. No obstante, al final de cada tramo, deberá hacerse recuento de los que continúan y de los que quedan.
- Los que den por terminada la ruta Villarejo del Valle, tendrán tiempo libre para recorrer el pueblo hasta las 11,00. El autocar estará aparcado en las proximidades del pueblo
- Los que den por terminada la ruta en San Esteban del Valle, tendrán tiempo libre hasta las 12,15.
- Los que terminen la ruta en Santa Cruz del Valle, tendrán tiempo libre hasta las 13,15.
- El autocar estará aparcado en las inmediaciones del pueblo. En este punto deberán estar todos los que no hayan continuado la marcha hasta Mombeltrán. Si por alguna circunstancia, alguno no pudiera estar a la hora indicada en el punto de encuentro, deberá llamar al 620590240 para buscar la solución adecuada.
-
- A las 13.15 el autocar partirá hacia Mombeltrán. Allí realizará una parada de media hora para recorrer el pueblo, recoger al resto de senderistas y tomar la cerveza fin de ruta.

RECOMENDACIONES:

2.- Tenemos un Seguro de Accidentes con unas coberturas determinadas, principalmente relacionadas con accidentes (caídas y similares) que puedan producirse en la ruta. Existen otras coberturas que no las cubre el seguro y que serán de cuenta de cada uno de los senderistas. Aunque todos los que colaboramos por el buen fin de la excursión nos sintamos un poco responsables de cualquier incidente, la responsabilidad principal siempre la tendrá la persona accidentada. Todos los demás senderistas tienen la obligación de ayudarlo.

4.- En el autocar hay un "botiquín" para realizar curas urgentes o de poca importancia. Cada uno en su mochila deberá llevar lo que considere adecuado para tal circunstancia.

5.- Hay que insistir en que los grupos sean compactos y no se disgreguen en demasía. Para ello, una buena medida sería que en la cabeza de grupo se coloquen personas que controlen el grupo. Igualmente deberán ir otras a cola de pelotón que se preocupen de que no quede nadie detrás de ellos. Los teléfonos móviles también pueden ayudar a realizar labores de control.

7.- Sugerencias a tener en cuenta:

- Llevar agua y bebidas isotónicas (y beberlas)
- No pasar por alto el "bocata"
- Tomar medicación si se necesita.
- Llevar calzado adecuado (que sujete el pie y no resbale)
- Ropa adecuada al clima y al lugar que se visitará
- Bastón de caminata: de aluminio, madera o bambú
- Gorra para protegerse del sol. Crema protectora.
- Chubasquero o paraguas, si existe la posibilidad de lluvia

AUTOCAR.-

7.05 - Salida hacia destino por la carretera de Alba de Tormes

8.10 .- Parada en Piedrahita

8.35 - Salida hacia Cuevas del Valle (Por los puertos de Menga y El Pico)

9.50- Llegada a destino

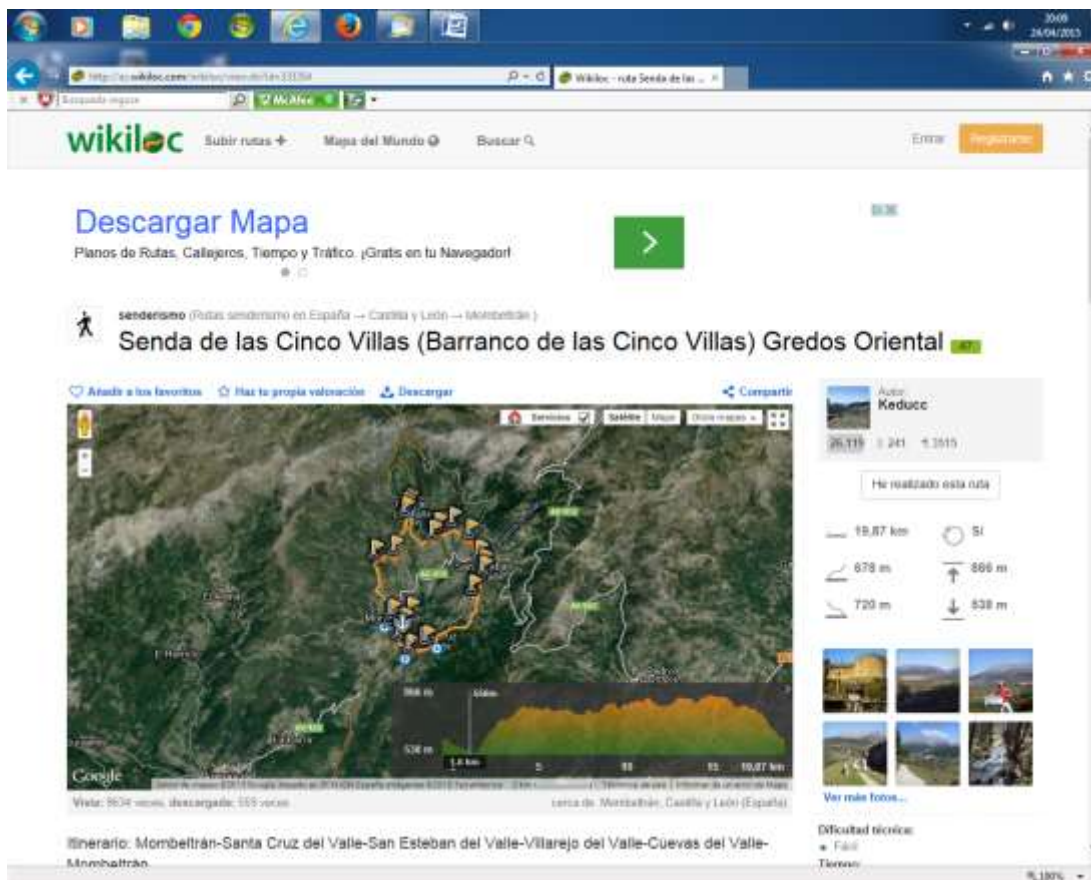
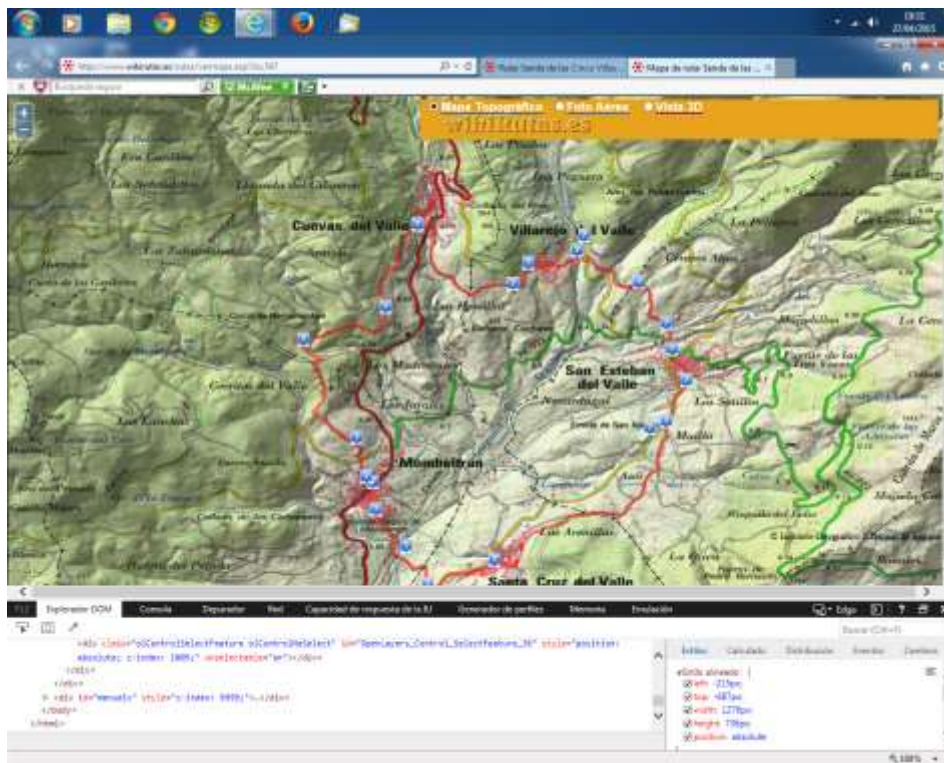
10.- Salida hacia Villarejo del Valle. (Aparcamiento donde se pueda, en las inmediaciones del pueblo.

11.05.- Salida hacia San Esteban del Valle

12.20.- Salida Santa Cruz del Valle

13,20.- Salida hacia Mombeltrán

14.30.- Salida hacia el Puerto del Pico), directamente al Restaurante.
 18,00.- Regreso a Salamanca.



*****FICHA TÉCNICA***** • Nombre: PRC-AV 49 "Senda de las Cinco Villas" • Fecha de realización: 15 de Marzo 2009 • Dificultad: Baja (calificada por el Parque Regional Sierra de Gredos) • Localización: Barranco de las Cinco Villas. Gredos Suroriental. • Acceso: A través de la N-502 (Ctra. Ávila-Talavera de la Reina). • Distancia: 19 km • Tipo de recorrido: Circular • Tiempo: 5:30 h (sin paradas) • Tipo de firme: Camino, senda, carretera, casco

urbano. • Desnivel: 1080 metros (540 m de subida y 540 m de bajada) • Cota mínima: 538 metros • Cota máxima: 866 metros • Agua: Multitud de fuentes. Al ser un valle de producción agraria de vides, higueras, cerezos y olivos recomiendo beber solo en las fuentes potabilizadas de las poblaciones (por el tema de las curas y abonos). • Época recomendada: Todas, aunque en verano ojo con el calor. • Refugios: No. Pero abundantes alojamientos en cualquiera de las Villas. • Bibliografía y Webgrafía recomendada: http://www.sendascincovillas.eu/rut_cinco_villas.html • Observaciones: *Estupendo sendero homologado que une hábilmente por caminos y sendas tradicionales los cinco municipios serranos que componen esta comarca situada en las faldas de Gredos. *La belleza de su arquitectura popular es una maravilla. *El sendero puede iniciarse en cualquiera de las cinco poblaciones por las que transita. *Aplaudo el gran número de paneles y mesas interpretativas que ayudan a indagar en los aspectos culturales del sendero. ***DESCRIPCIÓN*** Por motivos familiares estuve ese fin de semana por Talavera de la Reina, así que aproveché la mañana del día de vuelta a casa para acercarme a conocer esta comarca del Barranco de las Cinco Villas, de la que hasta ese momento solo conocía por reseñas de libros y webs. Inicie el recorrido en el hermoso pueblo de Mombeltrán, en el castillo del s.XV perteneciente a los Duques de Albuquerque. Durante el sendero nuestro compañero de vistas serán las paredes verticales graníticas del Toroazo (2026 metros) y los Riscos del Tío Pasito/Villarejo, ambos visibles durante casi todo el recorrido. Ganas tengo de subirlos ahora que ya los he visto en directo, sin duda volveré a la zona pronto para coronarlos desde San Esteban del Valle (ya tengo vista la ruta en el libro "Senderismo para Masoquistas"). En algunos tramos del recorrido se divisa la cumbre del Mediodía (2219 m) y la de La Mira (2343 m.), pico al que tengo gran cariño pues fue mi primera gran cumbre. La ruta discurre atravesando las Cinco Villas por excelentes sendas empedradas, caminos entre paredes de piedra, puentes, fuentes, bosques y arroyos. No se pierdan las vistas desde la Ermita de San Andrés (pequeño desvío del sendero) ni tampoco dejen de curiosear entre los cascos urbanos buscando balconadas, voladizos, soportales, picotas, fuentes, escudos, casonas y demás muestras de arquitectura serrana. Las poblaciones que más me llamaron la atención fueron San Esteban del Valle y Cuevas del Valle. La webcam que emite en internet (aunque lleva un tiempo sin funcionar) imágenes del Toroazo se encuentra San Esteban del Valle, en la techumbre de la "Posada de Esquiladores" (en la plazoleta que preside un hermoso pilón). En resumen, esta senda es una joya al alcance de todo el que quiera acercarse a este bello lugar ligado a la historia de la trashumancia española. Para consultar el reportaje completo sigan este enlace: <http://www.nevasport.com/phorum/read.php?10,1713208> Disfruten de una de las zonas más amables de Gredos. Eduardo Pavón