

**SENDERISMO DE MONTAÑA  
SIERRA DE GUADARRAMA  
LAGUNA DE PEÑALARA Y LAGUNA DE LOS PAJAROS  
FECHA: 27/04/2017**

**PRECIO APROXIMADO: 30-35€ (Incluye viaje, café, comida y seguro)**

Distancia 11 km.  
Dificultad: media  
Tiempo: 4.00 horas

**RECORRIDO Y HORARIOS:**

7,00.- Salida de la Avda. de Mirat  
8.40 .- Llegada al Area de Servicio de Villacastín. Café.  
9,10.- Salida hacia los puertos de Navacerrada y Cotos por Guadarrama.  
10,30.- Llegada al puerto de Cotos.-  
10,35.- Inicio de la ruta  
14.35.-Regreso al puerto de Cotos  
14.40.- Salida hacia Navacerrada  
15,15 .- Llegada al restaurante "La Fabrica de Hielo"  
16.45 .—Tiempo Libre  
18.15.- Regreso a Salamanca, donde llegaremos a las 20,30 horas, aproximadamente.

**DESCRIPCION DE LA RUTA.-**

El recorrido comienza en el puerto de Cotos y la ruta será de ida y vuelta, por lo que no habrá rescate por cansancio. Cada uno debe medir sus fuerzas y hasta donde puede llegar.

Existirán dos opciones, a elección de cada senderista. Será obligatorio elegir, desde el principio, cuál de ellas se quiere realizar y unirse al grupo correspondiente.

**PRIMERA OPCION.-** Ruta completa (11 Kms.). Comenzarán la ruta con 15 minutos de antelación a los que elijan la 2ª. opción. Se sale del Aparcamiento de Cotos, siguiendo el camino empedrado que pasa por delante de la Casa del Parque y sigue un sendero que, bien señalizado, asciende moderadamente hasta llegar a la Laguna de los Pájaros. Las vistas durante todo el recorrido son espectaculares, pero no hay que olvidar que en el sendero existen piedras con las que se puede tropezar. Al regreso, si el horario lo permite, pueden desviarse hasta la Laguna Grande de Peñalara (media hora)

**SEGUNDA OPCION.-** Saldrán 15 minutos después que los de la primera opción. La longitud del recorrido hasta la Laguna de Peñalara es la mitad que la de la Laguna de los Pajaros, por lo que hay tiempo suficiente para realizar la ruta con gran tranquilidad y con paradas en los diversos miradores que existen en el camino. Si algún senderista se encuentra fatigado antes de llegar a destino, deberá darse la vuelta y realizar el regreso a ritmo mas lento.

**ADVERTENCIAS**

**1.-** Los churros, el aguardiente y el café de la parada técnica estarán incluidos en la cuota a pagar y serán abonados por la organización. No estará incluida la bollería ni los pinchos.

**2º.- Las consumiciones que se realicen a partir del inicio de la ruta serán por cuenta de cada senderista.**

En la comida se servirá vino y agua. Quien desee una bebida distinta, será por cuenta de quien la solicite y abonada en el acto.

**3º.- Nadie se levantará definitivamente de la mesa hasta que no se haya servido el café a todos los comensales.**

**4º.-** El "chupito" posterior al café no será incluido, como norma general, en el café. Quedará a criterio del dueño del Restaurante, como una atención especial.

**5º.-RESPONSABILIDAD.-**

**Los organizadores y la Asociación declinan toda responsabilidad derivada de daños personales que puedan producirse durante el desarrollo de la Actividad.**

**Los participantes actúan bajo su exclusiva responsabilidad y cualquier gasto que se ocasione por accidente o evacuación será a cargo exclusivamente suyo, salvo que el Seguro colectivo se haga cargo del mismo.**

## 6º.- SEGURO DE ACCIDENTES

Tenemos un Seguro de Accidentes con unas coberturas determinadas, principalmente relacionadas con accidentes (caídas y similares) que puedan producirse en la ruta.

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.

7º.- A pesar de que existe algún "botiquín" para realizar curas urgentes o de poca importancia, cada uno, en su mochila, deberá llevar lo que considere adecuado para tal circunstancia.

8.- 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.

### **RECOMENDACIONES:**

- Llevar agua y bebidas isotónicas (y beberlas)
- Llevar frutos secos y productos energéticos
- 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.
- Al comienzo de la ruta, la temperatura puede ser muy baja (0º) y la velocidad del viento suele ser mas alta de lo normal. Altitud mínima: 1800 metros.

## Laguna de los Pájaros desde el puerto de Cotos

Ruta publicada en Marzo/2010

4 4 1 6 7 Veces



Sígu

**DIFICULTAD:** media

[Ver mapa de acceso](#)

**DISTANCIA:** 10 Km. (ida y vuelta)

[Ver mapa de la ruta](#)

**TIEMPO:** 4h. 30min. (ida y vuelta)

[Descargar track GPS](#)

**DESNIVEL POSITIVO :** 550m.

**ACCESOS:** Por la M-601 llegamos al puerto de Navacerrada y desde éste, tomamos la M-604 en dirección Rascafría, en cuyo camino se encuentra el puerto de Cotos donde comienza la ruta.

### BOLETÍN DE NOVEDADES

Suscríbete y recibe por correo electrónico todas las novedades de nuestro cuaderno de ruta.

**NOMBRE:**

**EMAIL:**

## El tiempo en el Puerto de Cotos

planetazul.es



Circo y lagunas de Peñalara.

Ésta ruta nos dará a conocer el Parque Natural de Peñalara y sus alrededores donde se asientan varias lagunas que cercioran su origen glaciar, entre ellas, la Laguna de los Pájaros, nuestro objetivo en ésta excursión. Esta zona, junto con el resto de la Sierra de Guadarrama ha sido declarada Parque Nacional el 27 de Junio de 1989.

## Recorrido

Partimos del parking del Puerto de Cotos y nos dirigimos hacia la Casa del Parque que vemos al otro lado de la carretera. Es el centro de información del Parque Natural de Peñalara donde podemos obtener información de ésta y otras rutas por el parque. Seguimos el camino empedrado que sale a la derecha de ésta casa que unos metros se convierte en un camino ancho de tierra que va subiendo entre los pinos y donde encontramos a nuestra izquierda la Fuente Cubeiro. Unos metros más arriba, en una curva que gira a la izquierda, encontramos el Mirador de la Gitana desde el que podemos observar una buena panorámica de la Cuerda Larra.



*Casa del Parque en el Puerto de Cotos. Inicio de la ruta.*

Pocos metros después nos encontramos con un cobertizo en el que podemos ver carteles informativos del parque y a su derecha salen unas escaleras que nos dejan en un sendero que comienza a bordear una zona sin pendiente.

En un primer tramo el sendero transita entre pinos hasta que poco después el pinar va clareando y se abre a nuestra derecha una bonita panorámica del Valle de Lozoya.





*Camino de las Lagunas de Peñalara.*

El sendero nos lleva a pasar junto a la Fuente del Cedrón, última oportunidad para poder coger agua. El sendero termina de bordear la loma y poco a poco va apareciendo delante de nosotros el circo de Peñalara. Son en el circo como guardianes de sus lagunas las cumbres de Dos Hermanas, Hermana Menor (2.271 m.) y Hermana Mayor (2.280 m.) y el pico Peñalara, el más alto de la sierra de Guadarrama con sus 2.428 m.



*Llegando al Circo de Peñalara.*

Unos metros antes de llegar a un chozo de piedra que hay junto al camino, sale a nuestra derecha una senda que debemos cruzar para coger el sendero que lleva a la Laguna de Los Pájaros, como indica el cartel.



comienzo del puente.

planetazul.es



*Desvío hacia la Laguna de los Pájaros.*

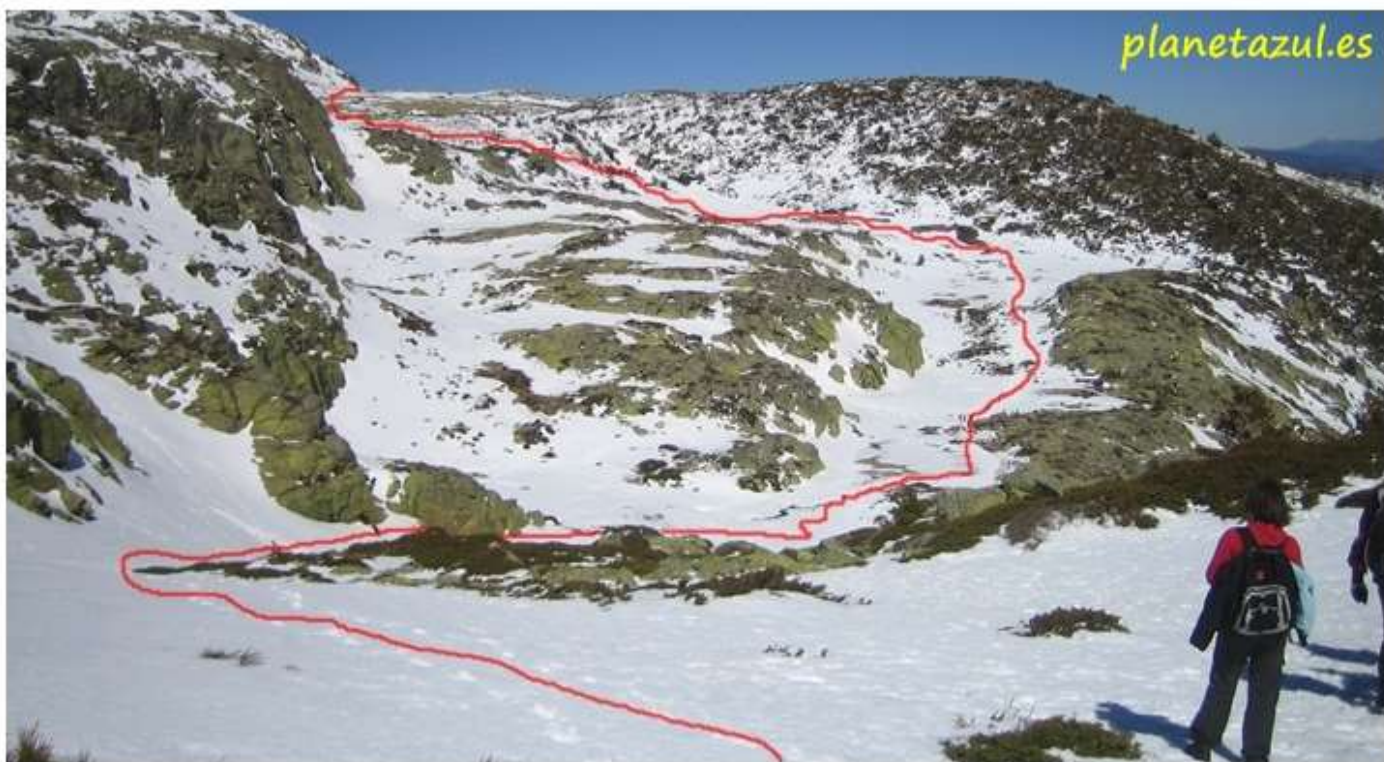
Comienza ahora un tramo más empinado y pedregoso que nos lleva a superar un repecho donde el sendero se desvía a la derecha para comenzar a llanear al tiempo que bordeamos una loma que esconde nuestro objetivo.





*Tras cruzar el puente y subir un pequeño repecho el camino llanea en busca de la laguna.*

Tras bordear ésta última loma, aparece ante nosotros una hondonada hacia la que nos dirige el sendero. Volver a remontarla y alcanzar una terraza donde se asientan varias lagunas, entre ellas, nuestro objetivo: Laguna de los Pájaros.



*Remontamos la hondonada en busca de la terraza donde se ubica la Laguna de los Pájaros.*



Alcanzada la citada terraza podemos observar a nuestra derecha la Laguna de los Claveles, y más adelante un agradable paseo y sin ninguna dificultad llegamos a la Laguna de Los Pájaros. En primavera ésta muestra unas hermosas y verdes praderas donde poder comer plácidamente sentados junto a la laguna. En invierno encontraremos nieve en buena parte del recorrido y la laguna muy probablemente se encuentra helada.



*Laguna de los Pájaros a los pies del Macizo de Peñalara.*





**Nombre de la ruta:** Laguna Grande de Peñalara



**Comunidad Autónoma:** Madrid

**Provincia:** Madrid

**Zona:** Cumbres, Circo y Lagunas de Peñalara

**Población:** Rascafría

**Municipio:** Rascafría

**Tipo de recorrido:** Ida y vuelta

**Recorrido:** 6 km

**Desnivel:** 225 m.

**Tiempo:** 2 horas

**Dificultad:** Baja

**Señalización:** Señalizada

**Época recomendada:** primavera, verano, otoño, invierno

**Sendero homologado:** no

**Valoración los usuarios:** ★★★★★

**Mapa de ruta:**



[Mostrar mapa topográfico](#)



[Mostrar en Google maps](#)



[Ver en Google Earth \(3D\)](#)

**M.I.D.E:** ?



**Medio:**



*No exento de riesgos*



**Itinerario:**



*Caminos y cruces bien definidos*



**Desplazamiento:**



*Caminos con diversos firmes*



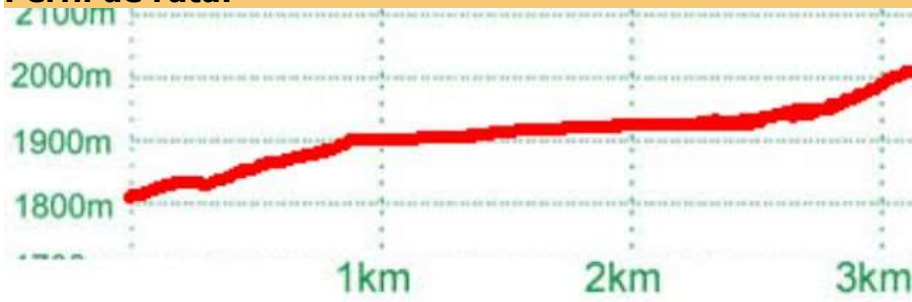
**esfuerzo:**



*De 1 a 3 horas de marcha*

**Colaboradores:** *victor, Pilar\_Can, santimach, evausin,*

**Perfil de ruta:**



*Si crees que hay errores en esta ficha, puedes [sugerir modificaciones](#)*

Esta es una ruta corta y sencilla que nos permite adentrarnos en el circo de Peñalara hasta la Laguna Grande, la laguna glacial más importante de la sierra de Guadarrama.

**Acceso:**



Desde el puerto de Navacerrada, tomamos la M-604 en dirección a Rascafría. A 7 kilómetros llegamos al **Puerto de Cotos**, lugar donde comienza la ruta.

### **Recorrido:**

El camino está señalizado con indicadores de **RV-7**

Desde el Puerto de Cotos tomamos el camino empedrado que pasa por delante de la Casa del Parque. Seguimos ascendiendo por este mismo camino en dirección hacia el Mirador de la Gitana y el Cobertizo del Depósito.

Abandonaremos el camino por la senda escalonada que sube por el lado derecho del Cobertizo del Depósito. A partir de aquí seguiremos esta senda hasta llegar al Circo de Peñalara. Durante el camino iremos atravesando entre pinos que según vamos ascendiendo van siendo cada vez más pequeños, hasta casi desaparecer en las inmediaciones de la laguna.

Llegando al circo de Peñalara encontraremos un camino que sale a la derecha, atravesando un puente de madera. Se trata de la ruta que lleva a la laguna de los Pájaros. Nosotros seguiremos de frente, pasando junto a un chozo de vigilancia del parque.

A partir de aquí casi todo el camino transcurre por pasarelas de madera, colocadas para evitar el deterioro del terreno que provocaría la gran afluencia de visitantes que hay en esta zona.

### **Observaciones:**

Esta ruta, junto con otras cinco, son las únicas permitidas dentro del parque natural, no estando permitido abandonar estas sendas más que en invierno cuando la nieve tiene espesor suficiente y cubre toda la superficie.

**Si crees que puedes aportar algo nuevo, puedes [Editar esta descripción](#)**