

RUTA CIRCULAR CEPEDA/HERGUIJUELA/MADROÑAL/CEPEDA

FECHA: 1 DE DICIEMBRE DE 2.021

PRECIO ESTIMADO: ENTRE 25 Y 30 EUROS

DESCRIPCION DE LA RUTA COMPLETA

Distancia: 15 km.

Dificultad: fácil, con desniveles en algunos tramos

Duración: 4,00 horas

Ruta circular sencilla y señalizada. Saldremos desde el Hostal San Marcos de Cepeda, callejeando por el pueblo hasta alcanzar el sendero de la Dehesa que nos llevará, entre bosques de robles y castaños, hasta la carretera de La Alberca a Sotoserrano, a la altura del cruce a Herguijuela.

Seguiremos durante 1 kilómetro por la carretera hasta un nuevo desvío a Herguijuela. Las vistas del pueblo en medio de la ladera y la crestería de la Torrita al fondo nos acompañarán durante los dos kilómetros de camino agrícola asfaltado. Si se quiere ampliar el recorrido se podrá visitar el haya más septentrional de la península, a 1 km. de la población.

Continúa el camino saliendo de Herguijuela hasta la carretera de la Alberca a Sortoserrano, la cual se cruzará y a la izquierda se tomará el sendero hacia Madroñal.

Unos 500 metros antes de llegar al pueblo encontraremos el desvío que nos llevará a Cepeda entre un bosque espectacular.

DESCRIPCION DE LA RUTA CORTA

Distancia: 8 km.

Dificultad: fácil, con desniveles no muy fuertes en algún tramo corto.

Duración: 2,30 horas

Ruta circular sencilla y señalizada.

El primer tramo, hasta el cruce de Herguijuela, coincide con el de la ruta completa.

En ese punto se toma el camino que lleva a Madroñal y para llegar a Cepeda hay dos opciones: desvío a 500 metros del pueblo o llegar a Madroñal y volver a Cepeda por carretera.

Por la tarde haremos un recorrido por el pueblo de Cepeda guiados por nuestro compañero Antonio Montes.

HORARIOS:

08.00 Salida de la Plaza de Gabriel y Galán

09,45 Comienzo de las rutas en CEPEDA

14,00 Hora límite de llegada al Hostal San Marcos de Cepeda: aseo personal y refrigerio.

14,30 Comida en Hostal San Marcos.

16,00.- Tiempo Libre y visita guiada a Cepeda

Regreso a Salamanca a la hora que se acuerde.

Como siempre todos los costes de viaje y comida serán a partes iguales entre los asistentes.

ADVERTENCIAS GENERALES

- 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.
- Es conveniente llevar botiquín individual

En esta ruta viajaremos sin Seguro de Accidentes, por lo que cualquier incidencia que ocurra tendrá que ser asumida a título particular.

NORMAS COVID

Todos los asistentes estaremos obligados a guardar las siguientes normas:

- El viaje en autobús se hará con mascarilla FFP2
- Durante la marcha se podrá ir sin mascarilla, guardando la distancia de 1,5 metros entre personas.
- Obligatorio llevar gel hidroalcohólico.
- No se podrán compartir prendas o utensilios como bastones, cantimploras, etc., salvo que puedan desinfectarse previamente.
- A la hora de la comida, si se hace en lugar cerrado, sólo nos quitaremos la mascarilla para comer o beber.