

141 - Cabezas de Hierro

La Cuerda Larga è un ramo importante della Sierra de Guadarrama e una delle più alte elevazioni della Sierra de Guadarrama, poiché su una lunga distanza ha un'altitudine superiore a 2.100 metri. Grazie a questo, abbiamo da questa cresta per gran parte del percorso una splendida vista sia verso il sud che verso il nord della Sierra de Guadarrama. Il percorso termina alla Cabeza de Hierro Mayor, che con i suoi 2.383 metri è la vetta più alta della Cuerda Larga e la seconda vetta di Madrid, dopo la Peñalara.

- Dal parcheggio (1) del Puerto de Navacerrada torniamo un po' indietro verso la M-601. Ancor prima di raggiungere la strada e prima di alcuni edifici della stazione sciistica, svoltiamo a sinistra su un sentiero asfaltato (2).
- Questo sentiero dietro un cancello si trasforma rapidamente in una pista sterrata che seguiamo sempre e che è segnata in giallo-bianco.
- Quando ad un certo punto abbiamo le antenne della Bola del Mundo sulla sinistra, il sentiero gira a sinistra (3).
- Attraverso questo sentiero arriviamo ad una pista asfaltata, dove giriamo a destra (4). In breve seguiamo questa pista ei segni bianco-gialli intorno alla curva a sinistra; quindi ignoriamo il bivio a destra (5).
- Attraverso questa pista e una ripida salita raggiungiamo infine la Bola del Mundo (6).
- Poco prima degli edifici della Bola del Mundo svoltiamo a sinistra su un sentiero, ancora segnato bianco-giallo.
- Superata la Bola del Mundo, il sentiero si biforca e noi teniamo la destra (7), sempre sulla PR-11, segnata bianco-gialla.
- Ora scendiamo per un po' e arriviamo al Collado de las Guarramillas (8). Da qui risaliamo e percorriamo le piste da sci di Valdesquí, per le quali arriviamo infine al Cerro de Valdemartín (9) a 2.282 metri.
- Da Valdemartín scendiamo di nuovo e finalmente raggiungiamo il punto più basso al Collado de Valdemartín (10), a 2.148 metri.
- Da qui il sentiero riprende a salire, verso la vetta più bassa delle due Cabezas de Hierro, la Cabeza de Hierro Menor (11), a 2.371 metri. Il percorso è facile da seguire tutto il tempo. Poco prima della Cabeza de Hierro Menor dobbiamo prestare un po' più di attenzione ai segni. Sotto la vetta teniamo la sinistra per salire in cima attraverso le pietre miliari e una volta in cima scendiamo sul fianco destro.
- Oltre la Cabeza de Hierro Menor il sentiero prosegue, prima in leggera discesa e poi ancora in salita, per giungere infine alla fine del percorso, la Cabeza de Hierro Mayor (12) a 2.383 metri.
- La via del ritorno è per lo stesso percorso.

Foglio tecnico

Durata: 5:00 ore

Distanza: 16,4 km.

Tipo di itinerario: Andata

Tipo di percorso: Sentieri, strada pavimentata

Segnalazione: Bianca-gialla (PR-11), pietre miliari

Dislivello totale: 1.023 m.

Punto più alto: 2.383 m.

Difficoltà: Mezza (5/15)



Come arrivarci?

Da Madrid prendere la A6 verso La Coruña ed uscire all'uscita 39 verso Navacerrada. Segui la M-601 fino al Puerto de Navacerrada.

Parcheggia la tua auto nell'ampio parcheggio del passo.



Coordinate GPS:

Latitudine: N 40 47.276

Longitudine: W 4 00.052

