

40 - Las Cabrerias

Questo percorso sulle montagne di Las Cabrerias ci porta nel primo tratto per la Pista del Infante, che era la vecchia strada dal bacino di San Juan al porto di Almenara. Quindi percorriamo il Camino del Oso sulla valle del fiume Cofio, che sfocia nel bacino. Durante gran parte della passeggiata abbiamo una splendida vista sul fiume, sul lago artificiale e sulle montagne circostanti, il che lo rende uno dei percorsi più belli della Sierra Oeste de Madrid.

- Dal parcheggio (1) torniamo in direzione Navas del Rey parallela alla M-501.
- Al bivio prendiamo la seconda pista a sinistra, seguendo i segni bianco e rosso della GR-10 (2).
- Seguiamo le due curve acute del cammino. Dietro la seconda curva al bivio a "Y" prendiamo la pista a sinistra più in alto (3). Qui lasciamo la GR-10, quindi non seguite i cartelli bianchi e rossi a destra.
- Più avanti dietro la griglia del bestiame al bivio a "Y" svoltiamo a sinistra (4), che ci fa lasciare la Pista del Infante ed entrare nel Camino del Oso.
- Ora seguiamo la curva a sinistra e arriviamo ad un bivio in "Y" (5) in cui svoltiamo a destra. Ignoriamo diversi rami e rimaniamo sul Camino del Oso. Anche dove a sinistra troviamo un ampio sentiero (6) - chiuso da un cancello - rimaniamo sul Camino del Oso.
- Alla fine arriviamo in uno spiazzo dove giriamo a sinistra per attraversare il fiume Cofio su un ponte (7).
- Ora seguiamo a lungo il Camino del Oso. Inizialmente camminiamo sulla valle del fiume Cofio e poi sul bacino di San Juan. Ad un certo punto ci allontaniamo subito dal bacino. Più avanti, dove la pista svolta nuovamente a sinistra, dietro la curva c'è un bivio (8). Qui svoltiamo a destra sul sentiero stretto e usciamo dal Camino del Oso.
- Seguiamo questo sentiero a lungo fino a quando siamo sotto la vetta di Las Cabrerias (9). Nell'ultimo tratto non c'è sentiero, ma camminiamo tra i sassi verso la vetta. L'orientamento dalla vetta è complicato dalla mancanza di sentiero. Dobbiamo prima scendere dritti, poi andare più a sinistra (a nord) e poi ancora più a destra (a ovest), tra gli alberi scendendo verso il Camino del Oso, che di volta in volta possiamo vedere sotto.
- Giunti sul Camino del Oso (10) svoltiamo a sinistra e ritorniamo alla Pista del Infante e alla GR-10 (3) lungo lo stesso percorso dell'andata.
- Quando la GR-10 si unisce alla Pista del Infante da sinistra e giriamo a destra per la curva, troviamo uno stretto sentiero (11) a sinistra della pista, con il quale possiamo fare una scorciatoia. Alla fine di questo stretto sentiero (12) giriamo a sinistra e torniamo alla macchina.

Foglio tecnico

Durata: 5:00 ore

Distanza: 21,4 km.

Tipo di itinerario: Circolare

Tipo di percorso: Strade forestali, sentieri

Segnalazione: Bianca-gialla (all'inizio)

Dislivello totale: 756 m.

Punto più alto: 836 m.

Difficoltà: Mezza (5/15)



Come arrivarci?

Prendi la M-501 da Madrid verso San Martín de Valdeiglesias. Poco prima di raggiungere il bacino idrico di San Juan, al km. 49, puoi parcheggiare la macchina sul lato destro della strada.



Coordinate GPS:

Latitudine: N 40 22.487

Longitudine: W 4 17.982

