



# A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO



BTT

## Ruta por el Valle medio de Lozoya Sábado 15 de junio 2024

### CONTEXTO GEOGRÁFICO

El Valle de Lozoya está situado al norte de la Comunidad de Madrid. Se encuentra en la zona noroeste de la sierra de Guadarrama, en la vertiente sur de la sierra de Somosierra. Limita al norte con la provincia de Segovia, al este con la comarca de la Sierra Norte, al sur con la comarca de la Cuenca del Guadarrama y al oeste con la provincia de Ávila.

En esta ocasión no iremos a la mas que conocida cabecera del Lozoya, sino a la parte situada mas al norte, a ambos lados de la Nacional 1, al norte de Aoslos.

Aoslos se encuentra ubicado en la parte alta del Valle del Lozoya, en la vertiente sur de la sierra de Ayllón. Es un pequeño pueblo rodeado de montañas y bosques, con vistas impresionantes y un entorno natural excepcional.

Desde Aoslos recorreremos la zona de Somosierra que está caracterizada por un relieve montañoso y escarpado, con valles profundos y picos relativamente elevados como el tres provincias.

### MORFOLOGÍA

En esta ocasión nos moveremos por el valle medio del Lozoya que se caracteriza por su topografía diversa y su relieve más suavizado en comparación con las zonas altas y bajas del valle. Ubicado entre las áreas montañosas más elevadas y las llanuras más extensas, el valle medio presenta una serie de características morfológicas distintivas:

- Topografía menos abrupta: A diferencia de las zonas altas del valle, donde predominan las montañas escarpadas y los picos elevados, el valle medio exhibe una topografía más suavizada, con colinas y laderas menos pronunciadas.

- Presencia de terrazas fluviales: El río Lozoya, a lo largo de su curso, ha generado terrazas fluviales en el valle medio. Estas terrazas son llanuras aluviales elevadas que se formaron debido a la deposición de sedimentos transportados por el río durante períodos de inundación.
- Valles laterales y confluencia de arroyos: En el valle medio del Lozoya, se pueden encontrar valles laterales que descienden de las montañas circundantes, aportando agua y nutrientes al río principal. Además, varios arroyos y pequeños ríos confluyen con el Lozoya en esta zona, contribuyendo a la formación de un paisaje fluvial diversificado.
- Presencia de áreas de cultivo y pastizales: Debido a su relieve menos abrupto y a la presencia de terrazas fluviales, el valle medio del Lozoya es propicio para la agricultura y la ganadería. En esta zona, se pueden encontrar campos de cultivo, prados y pastizales que aprovechan las condiciones favorables del suelo y el clima.

En resumen, el valle medio del Lozoya se distingue por su relieve menos abrupto, la presencia de terrazas fluviales, la confluencia de arroyos y la existencia de áreas de cultivo y pastizales, creando un paisaje diversificado y productivo en el corazón de la región.

## GEOLOGÍA

Sumido en el conjunto geológico del Sistema Central, Guadarrama y Gredos, esta formado por materiales pre-paleozóicos y paleozóicos, con rocas metamórficas y plutónicas al descubierto además de pizarras.

Las distintas evoluciones geológicas que han tenido las tierras del Valle del Lozoya no se constatan hasta el paleógeno, época de consolidación de la cordillera y acontecen los originarios movimientos alpinos. Con la desnivelación genérica del mioceno, se produce el rápido crecimiento de los macizos y el hundimiento de las cuencas fluviales por los sedimentos y la erosión.

Debido a la gran aridez ambiental que aconteció en el plioceno, da lugar a horst y grabens. Pasando al pleistoceno no se modificará la geología del Valle del Lozoya, pero en el holoceno se formarán las vegas y terrazas. Quedando así definida la estructura y forma actual de la demarcación geográfica interior de las montañas.

Las cumbres más altas se componen del duro y pulido Gneis, tratándose este de una de las rocas más antiguas, en disputa por el territorio con el granito, como podemos observar en el Macizo de Peñalara y Cuerda Larga. Pudiendo encontrar en el Valle desde calizas al fondo del mismo, así como vetas de cuarzo por las medianías e incluso zonas con pizarras. (Mancomunidad del Valle de Lozoya)

## CLIMA

La climatología es templada y cálida. Generalmente la temperatura varía de -1 a +29 grados y rara vez baja de -6 o sube de +33. Los meses de invierno son mucho más lluviosos que los meses de verano. El clima se clasifica como CSB por el sistema (Köppen-Geiger). Las temperaturas medias anuales en el Valle del Lozoya se sitúan en torno a los 10°C. (Mancomunidad del Valle de Lozoya)

## FLORA

Las notables diferencias de altitud se traducen en variaciones climáticas, que determinan las formaciones vegetales que encontramos en cada zona, aunque éstas dependen también de otros factores, como la orientación de la ladera o la exposición a los vientos.

Además, la influencia del ser humano condiciona de una manera significativa el carácter de la vegetación local: si bien sus actuaciones degradativas han llevado al enrarecimiento de especies tan señaladas como el roble albar (*Quercus petraea*), e incluso a la completa desaparición de algunas como el haya (*Fagus sylvatica*), en otros casos las fórmulas tradicionales de gestión han significado una positiva diversificación de los escenarios paisajísticos, dando lugar a sistemas de elevado interés ecológico, como ocurre, por ejemplo, con las llamativas dehesas de fresno (*Fraxinus angustifolia*).

Todos estos factores convierten al Valle del Lozoya en un mosaico de formaciones vegetales donde, en ocasiones, no encontramos unos límites claros de separación, resultando comunes los solapamientos entre distintas clases de bosque. Pueden diferenciarse los siguientes tipos principales de vegetación: encinares, robledales, pinares, distintos paisajes humanizados y formaciones de matorral y pastizal de alta montaña. Aparecen, además, otros conjuntos florísticos que, pese a su menor extensión, no pueden dejar de citarse, como ocurre con el sabinar, las manchas de quejigar y los bosques de ribera. (Red de centros de educación ambiental Puente del Perdon)

## FAUNA

La cantidad notable de ambientes ecológicos permite la coexistencia de animales de origen centroeuropeo y mediterráneo, que junto a diversos endemismos ibéricos, configuran un patrimonio fáunico verdaderamente notable. En el Valle del Lozoya existen 39 especies de mamíferos del total de las 83 que se encuentran en la Península. Esto supone la presencia sorprendente de un 47% de los mamíferos ibéricos en un territorio tan pequeño. Los animales de mayor tamaño son el corzo (*Capreolus capreolus*), el jabalí (*Sus scrofa*) y la cabra montés (*Capra pyrenaica victoriae*).

En cuanto a los pequeños herbívoros deben destacarse la liebre (*Lepus granatensis*) y el conejo (*Oryctolagus cuniculus*). La contrapartida forestal de estas especies es la ardilla roja (*Sciurus vulgaris*), que desempeña una función de "conejo arborícola", valiosísima para la alimentación de multitud de depredadores.

Entre los carnívoros nombraremos a la gineta (*Genetta genetta*), asociada a los bosques de ribera y al escaso gato montés (*Felis silvestris*), ligado con preferencia a ambientes boscosos del valle. Más extendidos se encuentran el zorro (*Vulpes vulpes*), el tejón (*Meles meles*), la garduña (*Martes foina*), el turón (*Mustela putorius*) y la comadreja (*Mustela mustela*). La nutria (*Lutra lutra*) sólo habita algunos tramos de los cursos de agua.

Aquí se cobijan 127 especies de aves de las 245 que habitan la España peninsular. Tal cifra supone un altísimo porcentaje (51.8 %) de representación de la avifauna ibérica. Aunque son muchas las especies protegidas que sobrevuelan este territorio, el ave más emblemática es el buitre negro (*Aegypius monachus*), que presenta en la zona una de sus principales colonias de cría. Siguiendo con las rapaces, el águila real (*Aquila chrysaetos*), águila calzada (*Hieraetus pennatus*), águila culebrera (*Circaetus gallicus*), ratonero (*Buteo buteo*), halcón peregrino (*Falco peregrinus*), azor (*Accipiter gentilis*), gavilán (*Accipiter nisus*), milano real

(Milvus milvus) y de las especies nocturnas, el escaso búho real (Bubo bubo), la lechuza (Tyto alba), o los más comunes cárabos (Strix aluco) y autillos (Otus scops). Otra especie que capta rápidamente la atención por su tamaño es la cigüeña blanca (Ciconia ciconia), fácil de ver en los prados, junto a las láminas de agua o en los propios nidos que sitúa en lugares elevados. (Red de centros de educación ambiental Puente del Perdon)

## OTROS VALORES ETNOGÁFICOS, HISTÓRICOS O CULTURALES

El Valle del Lozoya se observan vestigios de las tradiciones más arraigadas en las costumbres de sus habitantes. Oficios tales como el carbonero, el calero, el pastor, el cesterero, herrero pertenecen a esa historia.






La economía se ha basado tradicionalmente en la ganadería y la explotación forestal. Sin embargo, actualmente es el turismo el motor de la economía del valle dada su escasa distancia de la capital y a sus valores paisajísticos y su conservación. En la zona de Somosierra la economía tradicional ha estado basada en la agricultura y la ganadería, aunque en la actualidad el turismo rural está cobrando cada vez más importancia gracias a la belleza natural del entorno y a la oferta de actividades al aire libre como el senderismo, la escalada y el ciclismo de montaña

El puerto de Somosierra ha sido un lugar de paso importante a lo largo de la historia, ya que se encuentra en una de las rutas principales que conectan la meseta central con el norte de España. En el municipio se pueden encontrar vestigios de antiguas fortificaciones, como castillos y torres de vigilancia, así como ermitas y iglesias románicas.

## ITINERARIOS. Mapas y características

Vamos a hacer una ruta que permita visita varios de los ambientes del valle medio y tener una visión global del mismo.

### INFORMACIÓN TÉCNICA

Horarios ruta 	<b>6 h</b> (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: <b>6:43</b> . Ocaso: <b>21:47</b>		
Distancia y desniveles	 <b>46,7 km</b>	 <b>+ 1.035 m</b>	 <b>- 1.035 m</b>
Tipo recorrido	 <b>Circular</b>		
Dificultad	<b>Física</b>	<b>3/5</b>	<b>Técnica</b> <b>3/5</b>
Perfil	Buena forma física y experiencia en hacer salidas en BTT		
Material obligatorio	<b>Bicicleta de montaña o mixta</b> , ropa de abrigo y de agua, gafas de sol, material de orientación (GPS y/o mapa y brújula), agua (mínimo 1,5 l).		
Teléfonos emergencias	Emergencias: <b>112</b>	Emisora Club: 144,775 Hz Coordinador: 669360345	

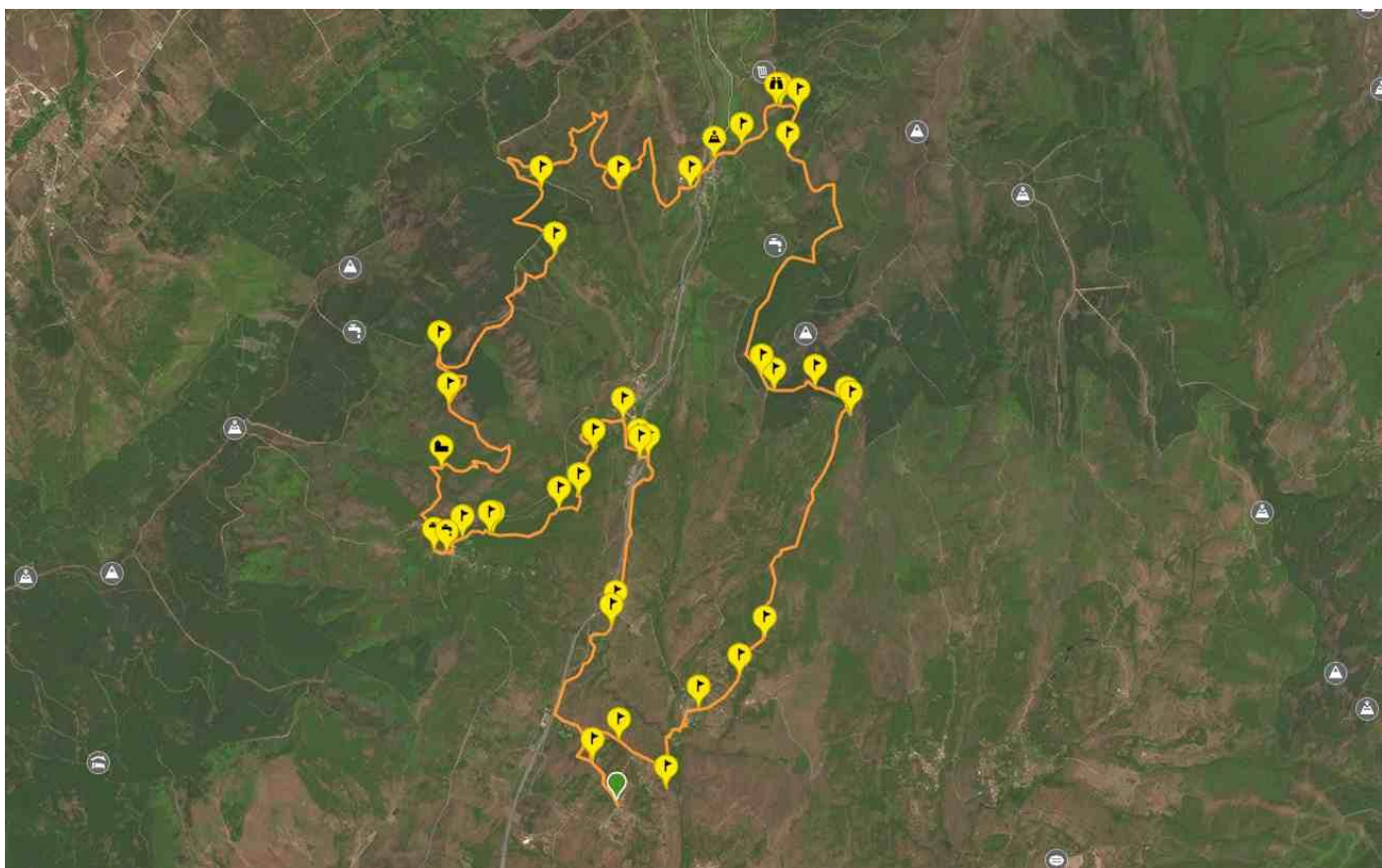
## TRACKS

### OPCIÓN A): FINAL POR TRIALERA

<https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/horcajo-de-la-sierra-aoslos-ciclismo-de-montana-167979766>

### OPCIÓN B): FINAL POR CARRETERA Y SENDA

[https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/aoslos-robregordo-acebeda-la-horizontal-somosierra-y-vuelta-por-las-laderas-de-cebollera-59152176?utm\\_medium=app&utm\\_campaign=share&utm\\_source=17392](https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/aoslos-robregordo-acebeda-la-horizontal-somosierra-y-vuelta-por-las-laderas-de-cebollera-59152176?utm_medium=app&utm_campaign=share&utm_source=17392)



## RELIEVE

1645 m



1013 m

46,69 km

## DESCRIPCIÓN DE LA RUTA

Salimos de Aoslos y después de unos primeros prados, hay unos kilómetros paralelos a la A1, con algún repechón y son de pista a veces asfaltada.

Se cruza por debajo de la A1 y se atraviesa Robregordo por calles no principales para empezar una pista, que en su día estuvo asfaltada por una zona de robledales. Dejamos en un punto la pista, y por unas rodadas/senderos llegamos a la acebeda. Aquí hay fuente. Y desde aquí por una pista con pendiente cómoda nos sube a la horizontal (puede ser un tramo con sol fuerte si el día está despejado).

En la horizontal recorreremos todo el último tramo hasta llegar a Somosierra. Es una zona con muy buenas vistas sobre todo hacia la zona de La Cabrera y la ladera de pinares por donde después circularémos.

Cruzamos con cuidado la carretera y por el otro comenzamos la subida por unas rampas muy pendientes pero con muy buen firme, a veces pista de tierra a veces pista a veces hormigonada (quizás haya que bajarse de la bici). Un poco más adelante (todavía subiendo) pasamos por un punto donde se ve la cascada de los litueros y el pico tres provincias.

Algo más arriba, al terminar la subida, giramos a la derecha y nos metemos en un pinar muy agradable por el que se va bajando por una pista muy cómoda que va casi a nivel en la ladera oeste del espón que viene del pico de tres provincias.

Al doblar el alto de la pinilla, nos topamos con dos pistas que vienen del valle de Horcajuelo e inmediatamente nos topamos con un cruce muy marcado y señalizado de pistas que van bien hacia Montejo de la Sierra bien en nuestra dirección.

Giramos a la derecha para inmediatamente girar a la izquierda y comenzar una bajada por una rodada/senda con algo más de pendiente. Al principio se ha desbrozado y luego vuelve a circular por el robledal, llegando a Horcajo de la Sierra.

**Aquí hay dos opciones, la del primer link OPCIÓN A es una bajada algo trialera hasta el río y subiendo luego hasta la carretera donde se circula por ella unos 500 m hasta coger una desviación a la derecha.**

**La segunda opción, OPCIÓN B, es circular por la carretera desde Horcajo de la Sierra, hasta el mismo desvío, en donde se coge una senda muy agradable que nos retorna al punto inicial.**

En el primer link de wikiloc hay fotografías de cada waypoint señalado.

**Sábado 15 de Junio, a las 9 horas dispuestos a salir. Es importante no llegar tarde para que las primeras cuestas no nos cojan con calor.**



El lugar de encuentro es la fuente de Aoslos. Se puede aparcar a lo largo de la pista por donde empezaremos a rodar. También hay otros parkings en el pueblo. En el pueblo hay algún bar, para refrescarse o comer algo al final de la ruta.



## NORMAS DE SEGURIDAD Y ADVERTENCIAS

- **El/la participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**
- Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios programados estará sujeta a la decisión de los organizadores (coordinador/a y/o responsables de seguridad) que informarán a los/as participantes, antes o durante la actividad, si esta se podrá realizar o no bajo el amparo del Club.
- No se debe iniciar la marcha hasta que el/la coordinador/a lo indique.
- **Ningún/a participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los/as responsables de la actividad, su decisión de apartarse del programa y asumirá todas las consecuencias de su decisión.
- Todos los grupos deben contar, al menos, con mapa, brújula, altímetro (o GPS) y emisora.
- El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, protección solar,) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse.
- Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida.

- Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.
  - Los/as participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
  - Si durante la marcha algún/a participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los/as organizadores/as (coordinador/a) o, de no ser posible, a cualquier integrante de la marcha, ya que es la única forma de poder ayudarle antes de que se pueda producir un accidente.
  - Todo/a participante en la marcha, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar a los organizadores cualquier incidente que observe y que, a su entender, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades, en el auxilio de cualquier integrante del grupo.
  - Todo/a participante deberá ir provisto del material designado como obligatorio para el desarrollo de la actividad, en adecuado estado para su uso y poseyendo los conocimientos necesarios para su correcta utilización.
- El notorio incumplimiento de estas premisas por parte de algún participante, otorga a la organización el derecho de excluirle de participar.**

## LOGÍSTICA. Transporte. Precios. Inscripciones

### TRANSPORTE

El viaje desde Madrid se hace en coches particulares. El/la coordinador/a pondrá en contacto a los/as participantes para utilizar la mínima cantidad de vehículos necesaria.

**Tanto si vas a aportar vehículo para llevar a otros/as socios/as como si no, por favor, publícalo en la sección de la web habilitada a tal uso, a modo de facilitar el trabajo del/a coordinador/a y de los/as otros/as participantes.**

### PRECIOS

- Con seguro BTT **5 €**.
- Sin seguro BTT **8 €** (incluye seguro para la actividad).
- Descuento a colaboradores: **-3 €**.

Los **gastos por compartir vehículo se abonarán aparte**, siguiendo el modelo establecido en el punto 6.3 de nuestro [Protocolo de participación](#).



## INSCRIPCIONES

Directamente en la [web del club](#). A partir del (**fecha de inscripción**).

**PAGO:** Precio total mediante tarjeta a través de la web del club.

**De no hacerse efectiva esta cantidad en el plazo de 6 horas posteriores al apunte, la inscripción se considerará anulada**

## ANULACIONES

Las condiciones de anulación son las definidas en el apartado 7º del Protocolo de participación en actividades.

## COORDINADOR

**Coordinador:** Fermín López Unzu. [lopezunzu@gmail.com](mailto:lopezunzu@gmail.com) Tel: 669360345.

## CÓMO LLEGAR

Ubicación de la fuente:

<https://maps.app.goo.gl/Ra1XFVw52ZmkbfrRA>