



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO



MARCHA NÓRDICA

Marcha Nórdica Federada 2025

El embalse de La Maliciosa

28 de septiembre de 2025

CONTEXTO GEOGRÁFICO

La Maliciosa se encuentra en el Sistema Central, dentro de la Sierra de Guadarrama, al noroeste de la Comunidad de Madrid. Pertenece a los municipios de Navacerrada, Becerril de la Sierra, El Boalo y Manzanares el Real.

El embalse de La Maliciosa, también llamado embalse de Majalespino, se sitúa en la vertiente sur de la montaña y recoge aguas del arroyo de Peña Jardera. Es una zona de transición entre la alta montaña y las llanuras serranas, con vistas espectaculares hacia el valle y los pueblos serranos.

MORFOLOGÍA

En la zona el relieve es abrupto, con fuertes pendientes, crestas rocosas y pedreras. Presenta formas modeladas por antiguos procesos glaciares, especialmente en las cotas más altas. El terreno está compuesto por laderas escarpadas, zonas de roca desnuda y formaciones graníticas que han sido erosionadas por el viento y el agua.

GEOLOGÍA

Predominan rocas graníticas y gneises de origen herciniano, muy resistentes a la erosión. La Pedriza, cercana a la ruta, es un batolito granítico singular, considerado uno de los mejores ejemplos de geomorfología granítica en la Península Ibérica.

CLIMA

Clima mediterráneo de montaña: inviernos fríos con frecuentes nevadas y veranos frescos y secos. Precipitaciones superiores a los 1.200 mm anuales, con más de 130 días de heladas y hasta 70 días de nieve. La altitud genera un fuerte gradiente térmico, con contrastes marcados entre estaciones.

FLORA

En cotas bajas (1000–1300 m): robledales y pinares de pino silvestre. Entre 1300 y 2000 m: bosques densos de pino silvestre con sotobosque de helechos.

En zonas húmedas y rocosas: líquenes, helechos y especies rupícolas como Saxifraga y Sedum.

FAUNA

Mamíferos: cabra montés, corzo, gato montés, tejón, topillo nival.

Aves: águila imperial, buitre negro, pechiazul, roquero rojo, collalba gris, chova piquirroja.

Reptiles y anfibios: lagartija serrana, salamandra común, sapo común.

Insectos: mariposa apolo, escarabajos endémicos adaptados al clima alpino.

OTROS VALORES ETNOGRÁFICOS, HISTÓRICOS O CULTURALES

La Sierra de Guadarrama ha sido históricamente tierra de pastores, canteros y trashumantes. Los caminos que recorreremos fueron antaño transitados por rebaños y comerciantes, y aún se conservan elementos como chozos, fuentes y antiguos descansaderos ganaderos.

Los pueblos cercanos como Becerril de la Sierra, Navacerrada o Manzanares el Real conservan construcciones tradicionales en piedra granítica, con tejados a dos aguas y chimeneas altas, reflejo de la adaptación al clima de montaña.

La extracción de granito ha sido una actividad económica clave en la zona. Las canteras de La Pedriza y alrededores surtieron piedra para edificios emblemáticos de Madrid, como el Palacio Real o el Monasterio de El Escorial.

En el siglo XIX, estas sierras eran refugio de bandoleros y escenario de leyendas locales. Se cuentan historias de emboscadas, escondites en los berrocales y rutas secretas entre riscos.

Desde principios del siglo XX, la zona ha sido destino de excursionistas, alpinistas y amantes de la naturaleza. La creación del Parque Nacional en 2013 consolidó su valor como espacio protegido y de educación ambiental.

La zona representa un ejemplo de integración entre tradición y sostenibilidad. Las actividades humanas han dejado huella, pero también han contribuido a la conservación del paisaje y al desarrollo de una identidad serrana muy marcada.

ITINERARIOS. Mapas y características

Domingo 28 de septiembre

**Parking de Mataelpino (1.137 m.) – Embalse de la Maliciosa (1.408 m.) –
Urbanización Vista Real (1.143 m.) – Becerril de la Sierra (1.098 m.) – Area
recreativa Alto del Hilo (1.077 m.)**

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD



Parking de Mataelpino (1.137 m.) – Embalse de la Maliciosa (1.408 m.) – Urbanización Vista Real (1.143 m.) – Becerril de la Sierra (1.098 m.) – Area recreativa Alto del Hilo (1.077 m.)

Horarios ruta 	4 h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) Orto: 8:03 . Ocaso: 20:00		
Distancia y desniveles	 9 km	 + 330 m	 - 356 m
Tipo recorrido	 Lineal		
Dificultad	Física	BAJA	Técnica BAJA
M	2	<ul style="list-style-type: none"> En algún tramo del recorrido, la existencia de fenómenos atmosféricos que no se juzguen infrecuentes, aumentaría considerablemente la dificultad del itinerario (niebla, viento, calor extremo, etc...) 	
I	2	<ul style="list-style-type: none"> Existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces de otras trazas pero sin necesidad de una interpretación precisa de los accidentes geográficos. 	
D	2	<ul style="list-style-type: none"> Marcha por sendas con gradas o escalones irregulares de distinto tamaño, altura, rugosidad e inclinación. Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. Cruces de caos de piedras. Marcha por pedreras inestables. 	
E	2	<ul style="list-style-type: none"> 4 horas de marcha efectiva 	
Perfil del participante	Buena forma física y experiencia de haber realizado recorridos similares al descrito.		
Material obligatorio	Botas de montaña, bastones, cortavientos, gorra, gafas de sol, ropa de abrigo, comida y agua suficiente. Material de orientación (GPS y/o mapa y brújula).		
Teléfonos emergencias	Emergencias: 112	Coordinador/a: 667739930	
Cartografía	<ul style="list-style-type: none"> IGN MTN25: 508-II. Puerto de Navacerrada. E: 1/25.000 508-IV. Moralarzal. E: 1/25.000 Editorial Alpina: La Pedriza. E: 1/25.000 Guadarrama. E: 1/25.000 		



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA



Parking de Mataelpino (1.137 m.) – Embalse de la Maliciosa (1.408 m.) – Urbanización Vista Real (1.143 m.) – Becerril de la Sierra (1.098 m.) – Area recreativa Alto del Hilo (1.077 m.)

Partimos desde el aparcamiento de Mataelpino, el sendero comienza con una suave pendiente entre pinos y jaras, dejando atrás el bullicio del pueblo y adentrándose en un entorno cada vez más silvestre.

El camino, aunque no siempre señalizado, se intuye con claridad mientras se gana altura poco a poco. A medida que se avanza, el paisaje se abre y aparece el embalse de La Maliciosa, un espejo de agua que refleja las cumbres cercanas y marca el primer hito importante del recorrido.

El descenso se realiza por un terreno amable y el sendero se encaja entre jaras y pequeños claros, siempre siguiendo los hitos que guían hacia la vaguada. A lo lejos, se empieza a vislumbrar la urbanización Vista Real, que marca el regreso a la civilización. Se bordea un almacén de materiales de construcción y se cruza una rotonda que conecta con el polígono industrial de Becerril de la Sierra, donde el contraste entre lo natural y lo urbano se hace evidente.

Pero la ruta aún guarda un último tramo de serenidad. Desde el polígono, se toma un camino que serpentea entre zonas de pinar y praderas. Finalmente, se alcanza el área recreativa Alto del Hilo, un lugar perfecto para descansar, compartir con los compañeros de esta y otras actividades del club, y disfrutar de las sorpresas que nos traerá la jornada.

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 desplazamiento se realizará **en autobús**, con los siguientes horarios orientativos (pueden variar según condiciones meteorológicas u otros incidentes):

- **Salida de Canillejas:** 8:00 (Calle Alcalá 628)
- **Salida de Plaza Castilla:** 8:15 (depósito Canal)
- **Salida de Las Rozas:** 8:30 (rotonda del Carrefour del Pinar de Las Rozas)
- **Inicio de las marchas:** 9:30
- **Finalización de las marchas:** 17:00
- **Salida del autobús desde el área recreativa Alto del Hilo (Becerril de la Sierra) hacia Madrid:** 18:30
 - Mismas paradas que a la ida, en sentido inverso
- **Llegada a Madrid (Canillejas):** 20:00

Se recomienda estar en el autocar con al menos 15 minutos de antelación sobre la hora prevista de regreso.

PRECIOS

- Federados (con Licencia AU o superior): **18 €**
- No federados (incluye seguro de 3 €/día): **21 €**
- Colaboradores y coordinadores: **descuento de 3 €** sobre el precio correspondiente

INSCRIPCIONES

Directamente en la [web del club](#). A partir del **14 de septiembre de 2025**.

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

Directamente en la [web del club](#). A partir del **14 de septiembre de 2025**.

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.

COORDINADOR/A

Nombre del/a coordinador/a. Yolanda Rueda [Tél: 667739930](tel:667739930). Correo electrónico: iolanda_rt@hotmail.com