

GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

Pinares Llanos desde San Rafael

San Rafael (1237m) - Cueva Valiente (1691m) - Cima de Cueva Valiente (1903m) -
Valle de Enmedio (1520m) - Cabeza Líjar (1822m) - San Rafael (1237m)

Miércoles 18 de marzo de 2026

INFORMACIÓN DETALLADA

(enlace a Wikiloc: [Información detallada y track](#))

INTRODUCCIÓN

Pinares Llanos está situado al sur de San Rafael, detrás de la cima de Cueva Valiente y al Oeste de Cuelgamuros. Es una extensa cubeta que contiene un precioso y extenso bosque salpicado de abruptos riscos, una zona solitaria donde sólo se encuentra gente en los alrededores de los picos más altos.

CALIFICACIÓN MIDE: (www.euromide.info). Valores entre 1 (muy fácil) y 5 (muy difícil):

- Severidad del **Medio natural 2**: Paso de torrentes sin puentes. En invierno suele haber nieve en parte del itinerario.
- Orientación en el **Itinerario 3**: Es necesario orientarse por la configuración del terreno y los puntos cardinales.
- Dificultad en el **Desplazamiento 3**: Caminos abruptos e irregulares, tramos sin camino. Con nieve pueden ser necesarios piolet y crampones en la cara norte de Cueva Valiente.
- Cantidad de **Esfuerzo necesario 4**: Desnivel de subida 1105 m, desnivel de bajada 1105 m, distancia horizontal 18 km. Horario MIDE: 6:30 horas, sin paradas.

TRANSPORTE PÚBLICO. Línea de autobús Madrid-Segovia, parada de San Rafael.

DESCRIPCIÓN DEL ITINERARIO

Se atraviesa el pueblo de San Rafael (1237 m) para llegar a la ladera norte de Cueva Valiente y subir hacia su cima, enlazando carriles, caminos y algunos tramos a campo traviesa, siempre por bosque y una pendiente muy fuerte. Al pie de la pirámide final del pico, sale un camino que llega a la entrada de la Cueva Valiente (1691 m), desde la cueva se retrocede un poco para tomar otro camino que sube hasta la cima de Cueva Valiente (1903 m); en este último tramo se va por un terreno muy abrupto de rocas y matorral. Desde el pueblo a la cima se suben 650 m en 3,7 km.

Desde la cima de Cueva Valiente se baja por la antigua pista asfaltada, ahora muy deteriorada, hasta unos 1690 m, donde se toma en dirección S.O., izquierda, una pequeña senda que llega a un bunker de la Guerra Civil. Desde allí se baja a campo traviesa por el bosque, siguiendo el arroyo del Toril, para después torcer al E., izquierda, y atravesar los riscos que delimitan el valle de Enmedio. Se sube por el valle hasta el refugio (1520 m), donde se toma una senda que sube en dirección E. y llega hasta el collado del Hornillo (1640 m). Allí se toma la pista, luego camino,

GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

Pinares Llanos desde San Rafael

**San Rafael (1237m) - Cueva Valiente (1691m) - Cima de Cueva Valiente (1903m) -
Valle de Enmedio (1520m) - Cabeza Líjar (1822m) - San Rafael (1237m)**

Miércoles 18 de marzo de 2026

que sube a la cima de Cabeza Líjar (1822 m). Este tramo supone 9 km con 440 m de subida y 500 de bajada.

Desde Cueva Valiente se sigue por el camino que va al puerto del León, para tomar en seguida una pequeña senda a la izquierda, que vuelve a la vertiente de San Rafael. Se baja la fuerte pendiente enlazando sendas y tramos a campo traviesa, siempre por bosque, hasta un carril que lleva de vuelta al pueblo. En este tramo se bajan 580 m en 4,7 km de recorrido.