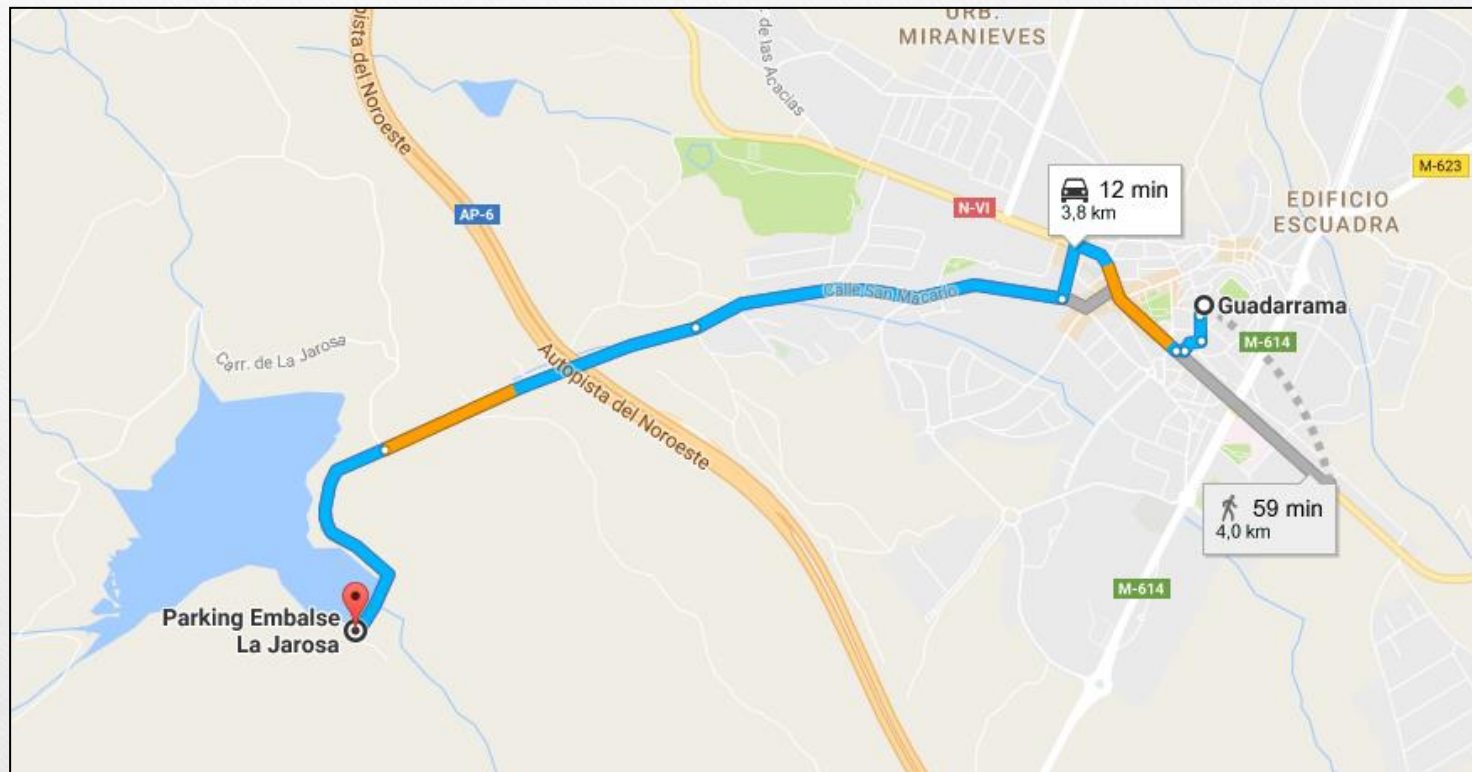


Circular a Cabeza Lijar

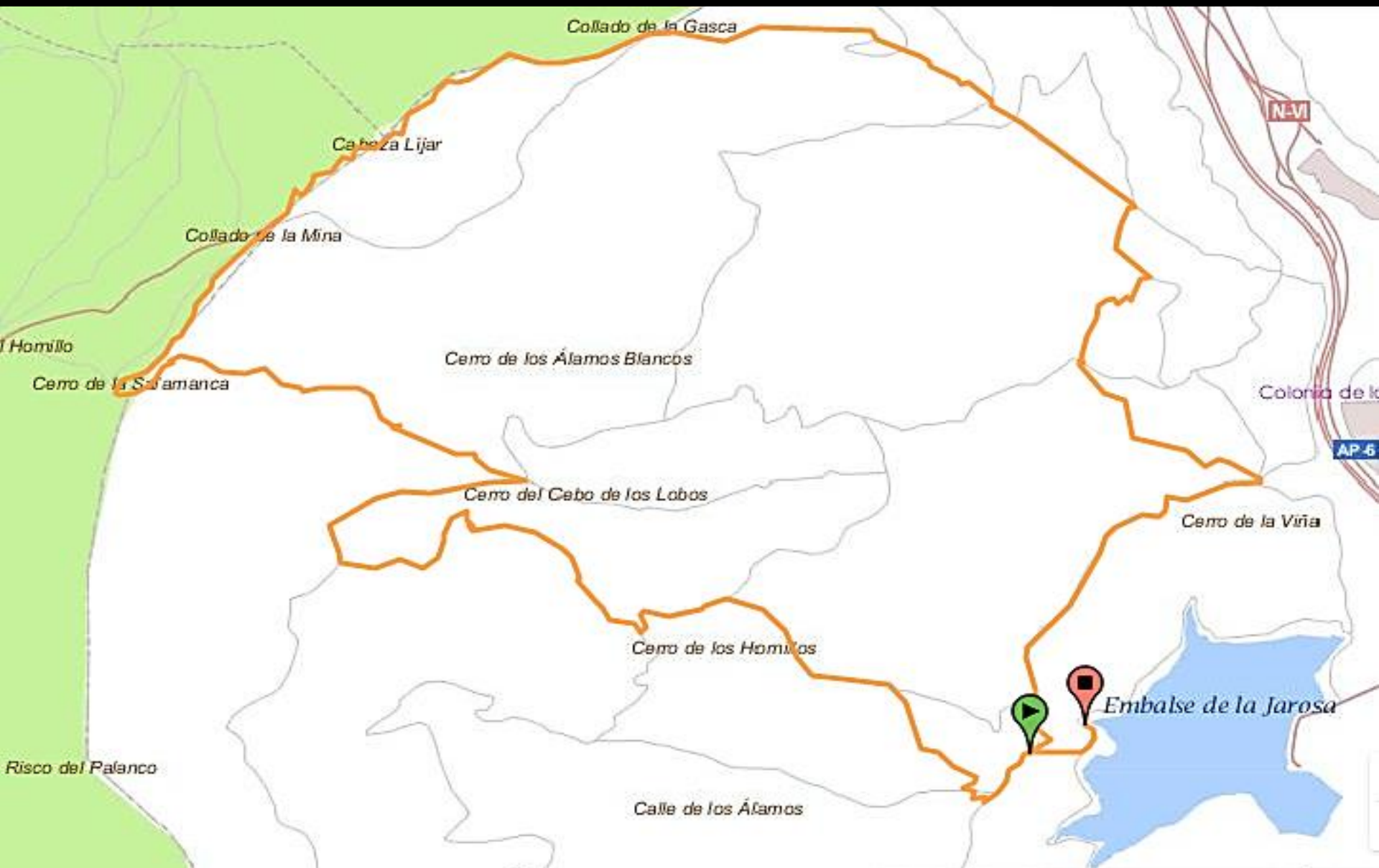


Inicio	Pradera de Ordesa		
	Tiempo 5 h		Dificultad Baja
	Desnivel acumulado 2370 m (+1185 / -1185)		Intensidad Media
	Distancia 16 kms.		Riesgo Bajo

Acceso: desde el pueblo de Guadarrama seguir las indicaciones hacia el embalse de la Jarosa. Llegados a este punto dejar estacionado el vehículo en el aparcamiento denominado “La Jarosa 2”, punto de inicio de la ruta.



Mapa de la zona



La Jarosa



Refugio Salamanca



Collado de la Mina



Cabeza Lijar



La Jarosa

Graduación de la ruta

Señalización

Mala

Regular

Buena

Muy buena

La ruta se encuentra parcialmente señalizada mediante marcas de GR, hitos y algún panel complementario en algunos puntos de paso, como es el caso del collado de la Mina. No obstante, conviene llevar GPS, para evitar pérdidas innecesarias.

Intensidad

Baja

Media

Alta

Muy alta

La ruta presenta una duración horaria y distancia considerable, además de algunas pendiente con cierta inclinación, por lo que se recomienda tener una forma física mínima.

Dificultad

Nula

Baja

Media

Alta

La dificultad de la ruta viene marcada únicamente por los pasos de gran inclinación en algunas pendientes, donde habrá que extremar la precaución.

Riesgo

Nulo

Bajo

Medio

Alto

Prestar atención en el camino de regreso a algunos descensos pronunciados, donde el terreno de las fuertes pendientes pueden hacernos resbalar. Tener la suela de las botas de montaña en buen estado resultará fundamental en estos tramos.



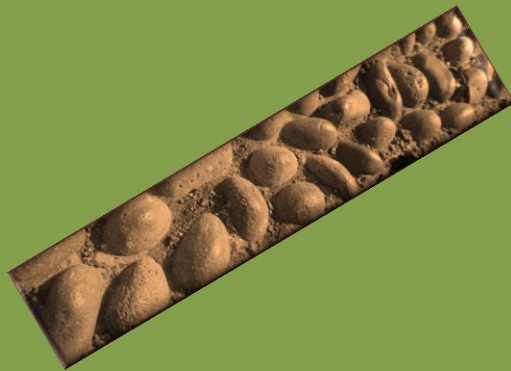
Primeros pasos tras salir de los aparcamiento de la Jarosa.



***Por estrecha
senda avanzamos
en esta primera
parte de la ruta.***

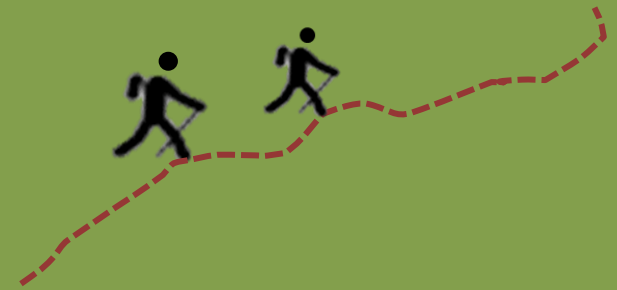


***Cruzando uno de
los arroyos que
encontramos en el
camino.***





***A lo largo de la ruta
vamos encontrando
fuertes pendientes...***



***...que vamos
superando poco a
poco.***





Tras la dura subida hacemos un descanso en una de las hermosas praderas de la ruta.



***Tras reponer
fuerzas
continuamos
ascendiendo.***



***Cogemos un tramo
llano que nos sirve de
reposo antes e
enfrentar la siguiente
pendiente.***





***Superando otra de
las pendientes
existentes en la
ruta.***





Pasando junto al refugio Salamanca.



Tomamos un pequeño descanso en el refugio Salamanca y disfrutamos de las vistas.



Continuamos la ruta y por fin conseguimos ver nuestro objetivo de hoy: Cabeza Lijar.



Troncos de pino retorcidos por el aire.



Llegada al collado de la Mina, punto de paso de la ruta.



Fortín de la Guerra Civil en la cumbre de Cabeza Lijar, convertido hoy en día en refugio.



Vértice geodésico de Cabeza Lijar (1822 m) con el embalse de la Jarosa al fondo.

Sierra de Gredos

Cueva Valiente

Desde la cima también divisamos al fondo la sierra de Gredos.



Dejamos atrás Cabeza Lijar y descendemos siguiendo las marcas del GR 10.



Pasando por la zona de las trincheras de la Guerra Civil.



En ligero descenso avanzamos en esta parte final de la ruta hacia el punto de inicio.

Perfil de la ruta



Inicio: La Jarosa



Altura máxima: 1822 m



Fin: La Jarosa

Tiempo: 5 h

Desnivel acumulado: 2370 m (+1185 / -1185).

Distancia: 16 kms.

