



LA MAROMA

SIERRA DE TEJEDA, ALMIJARA Y ALHAMAR

16 de enero de 2022



DESNIVEL POSITIVO ACU. 1570 m
DESNIVEL NEGATIVO ACU. 1570 m
TIPO DE RUTA = CIRCULAR
DISTANCIA = 19 km
DIFICULTAD = Baja
NIVEL DE FORMA REQUERIDO = ALTO

ITINERARIO = Canillas de Aceituno, Pico de la Maroma, Canillas de Aceituno

El itinerario podrá sufrir variaciones a juicio de la organización.



Vehículos
particulares

16 Plazas

6.15 horas

Lugar de encuentro:
Avión de Eroski

OBSERVACIONES.

Se trata de una **ruta muy exigente** y pensada como entrenamiento donde **el ritmo será alto y las paradas mínimas**. En próximas fechas está prevista otra subida más enfocada al senderismo ocioso y turístico.

Aunque la inscripción es para **16 plazas, ya están ocupadas 12 de ellas** para los integrantes del equipo de travesías.

Los participantes contactarán con Indi para resolver dudas y otras cuestiones.

Días antes de la ruta se creará un foro en WhatsApp para coordinar horas, vehículos, punto de encuentro, material y equipo necesario y obligatorio, etc.

Días antes de la ruta se enviará a todos los participantes, mapa del recorrido, perfil de las rutas, track del recorrido e información meteorológica puntual y contrastada.

Tel. de Indi. 667319636.....Cualquier hora de 5.30 AM a 22.00 PM

DÍA 16 de Enero.- Canillas de Aceituno, Pico de la Maroma, Canillas de Aceituno

DISTANCIA TOTAL. 19KMTS

DESNIVEL DE SUBIDA ACUMULADO. 1570 MTS

DESNIVEL DE BAJADA ACUMULADO. 1570 MTS

PUNTOS DE AGUA: NO

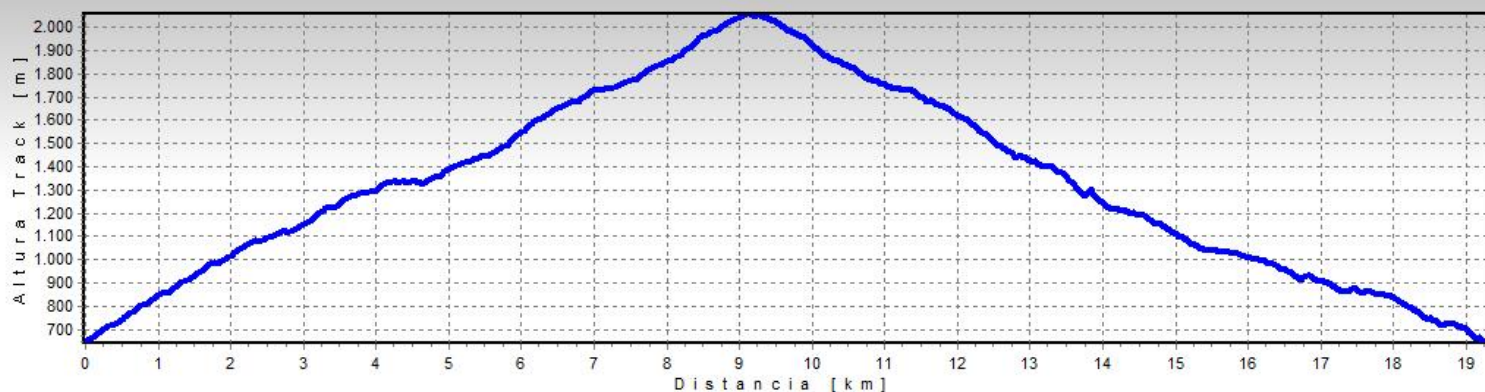
DESCRIPCIÓN.- Subida circular al pico más alto de la provincia de Málaga, encontrándose situado en el Parque Natural de Tejeda, Almajara y Alhama. En constante subida por la Casa de la Nieve llegaremos a la Maroma (2069 m) donde se encuentran cabras y buitres leonados, teniendo vistas impresionantes a Sierra Nevada, Torcal de Antequera, Sierra de las Nieves, y Sierra de Malagueña..

Unos 9.5 kilómetros de subida hasta la cumbre y poco más de 10 kilómetros de bajada paralelos al Barranco de las Tejedas, por las paredes verticales de más de 200 metros, rodeando el peñón Grande (1112 m) y enlazando por pista hasta Canillas de Aceituno hasta regresar al pueblo. En estas pocas palabras se puede resumir esta difícil ruta que nos hace subir hasta los 2069 m hasta la cumbre del pico Tejada (mayor altitud de la provincia de Málaga), que pondrá a prueba nuestra capacidad física subiendo y bajando, la fortaleza de nuestras rodillas y tobillos en una bajada prolongada y continua, llena de piedras sueltas.

UNA CURIOSIDAD CON LA QUE NOS SENTIMOS IDENTIFICADOS.-Es un antiguo sendero construido por los viejos arrieros que se subían al pico Tejada, a la "Sima de la maroma", en busca de la nieve y el hielo necesarios para que la población consumiera alimentos.

De este antiguo oficio y de la peculiaridad de algunos habitantes y arrieros de la zona de origen cordobés, es de donde proviene el nombre de la variante en el nombre del pico Tejada, cuando estos cordobeses, con su peculiar "seseo", confunden las palabras "cima" y "sima" refiriéndose a la cumbre y la otra a la propia Sima que servía como nevera natural para conservar el hielo, y a la que se bajaba con ayuda de unas gruesas cuerdas de barcos llamadas "maromas", quedando esta cumbre con el topónimo de "Sima de la maroma".





Dificultad de la ruta



	Preparación física					Dificultad de la ruta
	Muy baja	Baja	Media	Alta	Muy alta	
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Muy fácil
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Fácil
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Media
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Dura
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Muy dura

El MIDE es un método para valorar la dificultad y compromiso de las excursiones. Crea una escala de graduación de las dificultades técnicas y físicas de los recorridos, permitiendo clasificarlos para una mejor información.

MIDE		PICO DE LA MAROMA	
horario	9h 45'		4 severidad del medio natural
desnivel de subida	1570 m		3 orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1570 m		3 dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	19,0 Km		4 cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		30 pendiente de nieve

Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.
Calculado sobre datos de 2022.

Consejos prácticos: *Cuidad el peso y echad sólo lo necesario.*

Alimentos: *Un almuerzo, además de Barritas energéticas, chocolate, frutos secos, bocadillos, fruta fresca, etc.*

Bebida: *Mínimo 2 litros por persona (agua + bebida isotónica).*

Vestimenta y calzado: *adecuados a la actividad y a la estación en la que nos encontramos. Además hay que tener en cuenta que esta sierra suele ser fría y ventosa con lo que hay que llevar prendas térmicas, polar y muy recomendable plumas para las paradas.*

Imprescindible: *Pantalón largo gorra, gorro, guantes y bastones trekking, protección solar, gafas de sol (P3 mínimo),*

Desde Verticalia trabajamos por una montaña segura, por tanto no olvidar:

- Hay que ser realistas con nuestras capacidades y participar solo en actividades que estén a nuestro nivel físico.
- No subestimar a la montaña: ir bien equipados (agua, comida, ropa, material), bien comidos y descansados (no presentarse a una ruta de resaca o sin dormir).
- Ser precavidos y revisar la previsión meteorológica el día de antes.
- No ir solo, olvidarse del individualismo, hacer caso de las indicaciones del guía y no ir por libre (adaptarse al grupo, si nos paramos a descansar o picar algo, lo hacemos todos).
- Que no se pierda el compañerismo: en la montaña somos mucho más vulnerables y en caso de problemas dependemos en primer lugar de nuestros compañeros. En la montaña es más importante que en ningún otro lugar el compañerismo, olvidarnos de la competitividad.



Rellenar el siguiente formulario (Google Chrome):

Actividad solo para socios.

[https://docs.google.com/forms/d/1iyQ0HNAcmGa8_c0FJ0OmNmf6ErzyJ](https://docs.google.com/forms/d/1iyQ0HNAcmGa8_c0FJ0OmNmf6ErzyJGswPK0/edit?usp=sharing)

[GswPK0/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/forms/d/1iyQ0HNAcmGa8_c0FJ0OmNmf6ErzyJGswPK0/edit?usp=sharing)

Más información:

 verticalia@clubverticalia.com

Ruteros

Rafael Hurtado

José Antonio Ruiz (INDI)

