



LA MAROMA-CIRCULAR (El Robledal-Los barracones-Pico Selladero-La Maroma-SL-A124) 22 de Abril de 2023



DESNIVEL POSITIVO = 1.155m.

HORARIO ESTIMADO = 7,30 Horas

TIPO DE RUTA = CIRCULAR

DISTANCIA = 18,5 Km Aproximadamente

DIFICULTAD=Alta.

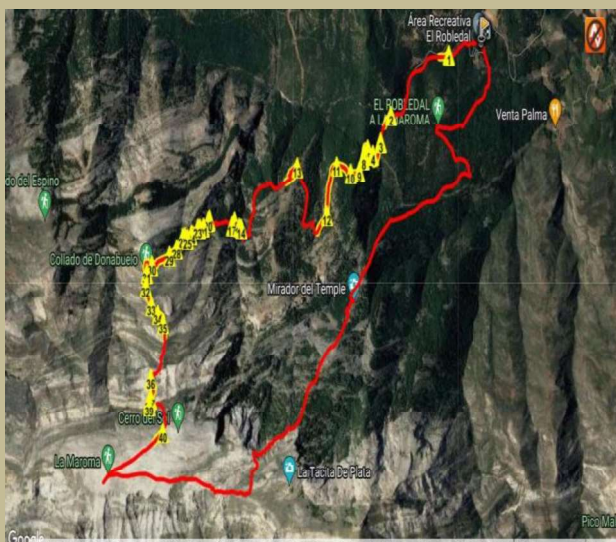
ITINERARIO =

Área Recreativa El Robledal / Los Barracones / Pico Selladero / La Maroma / SL-A124 / Área Recreativa El Robledal.

El itinerario podrá sufrir variaciones a juicio de la organización.

	<i>Vehículos particulares</i>
	<i>15 Plazas</i>
	<i>7:00 horas</i>
	<i>Muelle de Carga Hipercor</i>

Ascensión a la Maroma, ruta no habitual realizando una circular.
Comenzamos en el parking del Área Recreativa El Robledal nos dirigimos hacia el albergue de los Barracones (actualmente en desuso).
Iniciamos un pronunciado ascenso y tras cruzar varios barrancos pasamos por el arroyo Selladero, donde nos encontramos un fuerte ascenso entre pinares terminando en una agradable terraza. A partir de este momento la ascensión se realiza por una zona despejada y sin sendero marcado, dirección al Cerro del Selladero, este es un terreno kárstico sin senda marcada y una superficie muy irregular. Una vez que se divisa la Maroma damos un pequeño rodeo para salvar el Barranco de los Tejos hasta alcanzar el vértice geodésico del pico La Maroma con 2069m.
La vuelta la realizamos por el sendero oficial señalizado SL-A124 que es el sendero habitual para ascender a la Maroma desde el Robledal, en cuyo parking comenzamos nuestra ruta.



LA MAROMA-CIRCULAR (El Robledal-Los barracones-Pico Selladero-La Maroma-SL-A124)

horario	8h 35'		 3	severidad del medio natural
desnivel de subida	1155 m		 3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1155 m		 3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	18,5 Km		 4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular			

Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.
Calculado sobre datos de 2023.



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

Alimentos: *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. (En altura suele hacer viento, por lo que es recomendable echar una prenda cortavientos).*

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

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 alcance 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 sitio el compañerismo, olvidarnos de la competitividad.

Rellenar el siguiente formulario (Google Chrome):



https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeCUY89UoHJSk6_QezutasX5GaxUFSEoPNQfSmhaA915YT6Hg/viewform?usp=share_link

Más información:



verticalia@clubverticalia.com

Ruteros:

Antonio Camacho

Rafa Pinilla

Juanma Cano

Rafa Gómez 620878151

