



Subida al pico Lucero (1774 mts.) (Granada)

6 de Abril de 2024



DESNIVEL POSITIVO = 1158 m.

DESNIVEL NEGATIVO = 1158 m.

TIEMPO ESTIMADO = 8 horas.

TIPO DE RUTA = Circular

DISTANCIA = 21 Kms Aproximadamente

DIFICULTAD= Alta

ITINERARIO = Portichuelo, Puerto de Competa, Fuente Barrera, Camino Cuesta la Parda, Raspón de los Moriscos, El Lucero, Puerto Llano, Collado Cacines, .

El itinerario podrá sufrir variaciones a juicio de la organización.

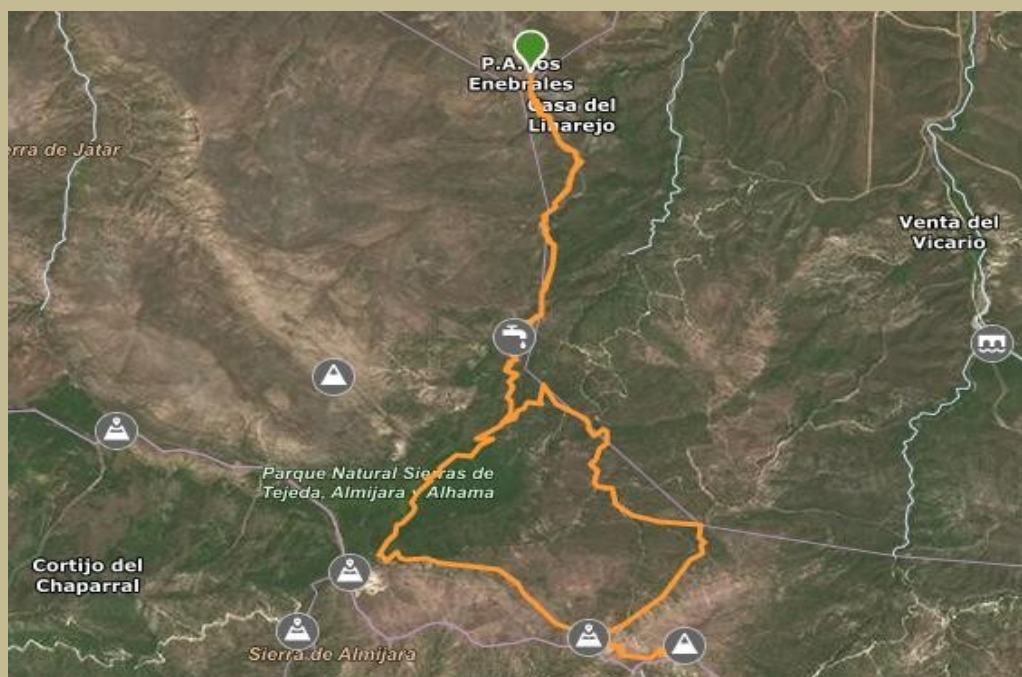


20 Plazas, **solo socios federados**

6:00 horas

Aparcamiento avión Arcángel

Dejamos el coche en la zona conocida como los Enebrales, a unos 2.5 kms de Játar. Iniciamos el camino por una vereda bien definida y señalizada que va ascendiendo hasta llegar al Portichuelo, donde existe un mirador natural de toda la zona. Continuamos por una pista que nos conducirá hasta el Puerto de Cómpeeta. Descendemos por una vereda que nos llevará hasta la zona conocida como Fuente Barrera. Después comenzamos a ascender por una vereda bien definida y pedregosa y al cabo de 1600 mts. llegamos al Puerto Llano. Comenzamos a subir por una vereda bien identificada y vamos alcanzando altura. En los últimos tramos se convierte en una vereda zigzagueante con cortados en algunos laterales, por lo que se ha de andar con mucho cuidado, pues un resbalón puede ocasionarte un gran disgusto Alcanzando la cima del Pico. La vuelta la hacemos en busca del collado Cacines que nos llevará hasta el puerto de Competa y de ahí a los coches.



Según el índice de dificultad IBP, si la preparación física es media la ruta es dura, si por el contrario nuestra preparación física es alta la dificultad de la ruta es media.

¿Cómo va a ser de dura para mí, una ruta con una puntuación de 89 ibp?

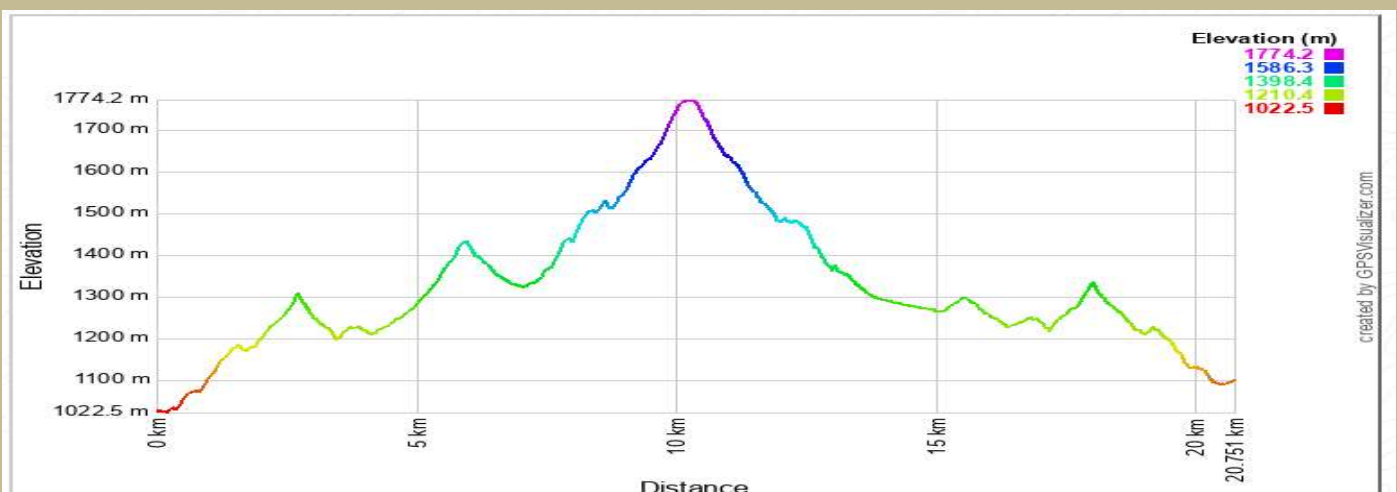
¿Cuál es mi preparación física?					Para mí esta ruta será
Muy baja	Baja	Media	Alta	Muy alta	
¿Cuál es el ibp?	¿Cuál es el ibp?	¿Cuál es el ibp?	¿Cuál es el ibp?	¿Cuál es el ibp?	
ibp 0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Muy fácil
ibp 7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Fácil
ibp 14 - 19	26 - 38	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



MIDE		Subida al Lucero desde jatar	
horario	9h 25'		3 severidad del medio natural
desnivel de subida	1158 m		2 orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1158 m		3 dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	21,0 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 2024.

Perfil de la ruta



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:

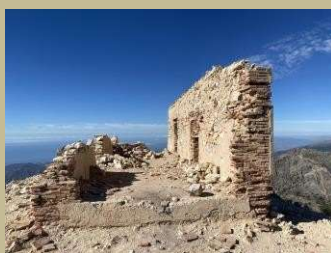
- Hay que ser realistas con nuestras capacidades y participar solo en actividades que estén a nuestro alcance físico.
- No subestimar a la montaña: ir bien equipados (agua, comida, ropa, material), bien comidos y descansados (no presentarse a una ruta de resaca o sin dormir).
- Ser precavidos y revisar 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):
socios federados***



<https://forms.gle/jrdHieqe7B6qRYmS8>

Con los inscritos se creará un grupo de WhatsApp para aclarar dudas



Ruteros:

Juanma Cano

Fernando del Rey

Más información:



verticalia@clubverticalia.com