



## Pico Cueva del Aire, Collado de las Palomas y Barranco del Perejil desde Bedmar (Jaén)

19 de Enero de 2025



**DESNIVEL POSITIVO** = 752 m.

**DESNIVEL NEGATIVO** = 752 m.

**TIEMPO ESTIMADO** = 6 horas.

**TIPO DE RUTA** = Circular

**DISTANCIA** = 14 Kms Aproximadamente

**DIFICULTAD**= Moderada

**ITINERARIO** = Bedmar, pico Cuevas del Aire, Collado de las Palomas, Barranco del Perejil, Bedmar

El itinerario podrá sufrir variaciones a juicio de la organización.



Coches propios



20 Plazas, *solo socios federados*



7:00 horas



Aparcamiento avión Arcángel

Salida desde la localidad de Bedmar. Nos adentramos en la sierra de Serrezuela, que se caracteriza por 2 importantes elevaciones - el Pico cuevas del Aire y el Serrato o Alto de la Serrezuela- separadas por un valle o collado -el del Portillo- por el que transita el GR7-, y rodeado por múltiples y escarpados barrancos, siendo el del Perejil, en su extremo noreste, sin duda. el más conocido por sus llamativas formaciones rocosas. Nuestra primera parada será la cueva del Portillo donde ya podremos apreciar unas grandes vistas por la altura de la ascensión. Continuamos con nuestra ascensión para llegar a un collado de montaña donde están las ruinas del cortijo del Portillo. Desde ahí sale una vereda que nos llevará al punto geodésico de la cueva del Aire. Continuamos nuestro camino dirección norte, por encima de las montañas subiendo y bajando piedras, buscando la última montaña de la cresta donde engancharemos con la vereda que nos bajará directos hacia el barranco del Perejil y desde ahí a Bedmar



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

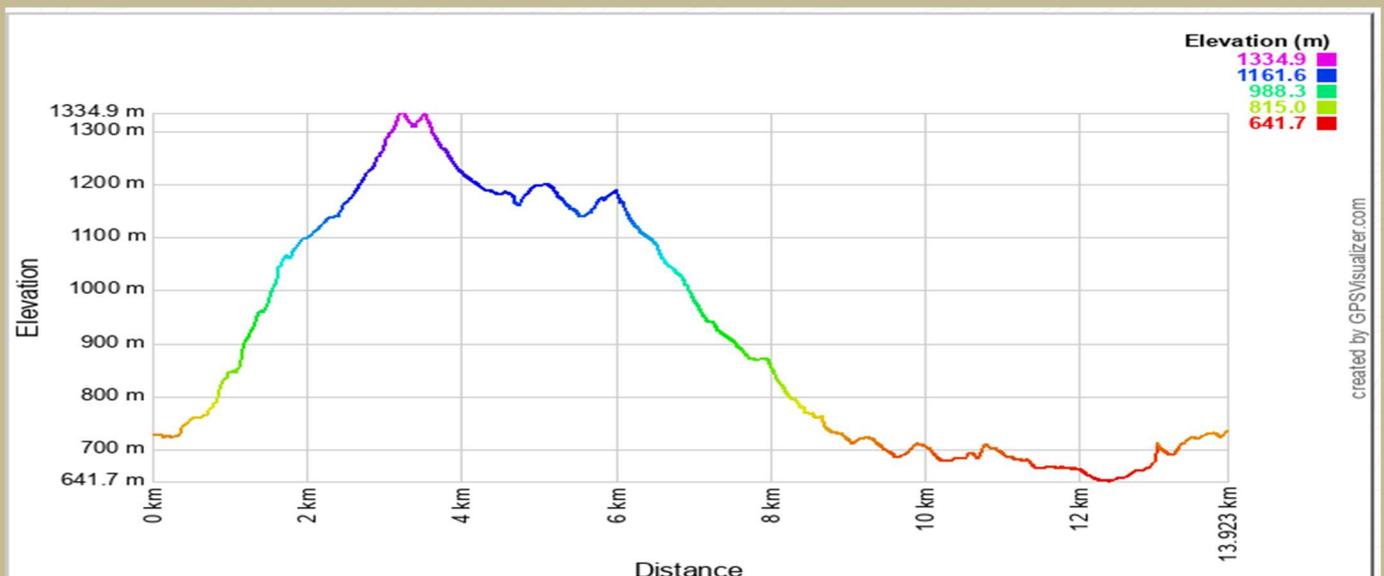
Pico Cueva del Aire, Collado de las Palomas y Barranco del Perejil desde Bedmar

horario	6h 15'			3	severidad del medio natural
desnivel de subida	752 m			2	orientación en el itinerario
desnivel de bajada	752 m			3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	14,0 Km			4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular				

Condiciones de invierno, 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/KTyMek2UD1n1mFYQ9>

Apertura de inscripciones el 19 de Diciembre a las 22:00 horas

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



**Ruteros o Guías Benévolos:**

**Luisa Casado 676366994**

**Juan Fernández 606264569**

**Rafael Hurtado 606649684**

**Más información:**



[verticalia@clubverticalia.com](mailto:verticalia@clubverticalia.com)