

Ruta acuática RÍO HIGUERÓN (Frigiliana, Málaga)

Sábado 18 de julio de 2026



DESNIVEL POSITIVO = 400 m.
DESNIVEL NEGATIVO = 400 m.
TIEMPO ESTIMADO = 6:00 horas
TIPO DE RUTA = Ida y vuelta
DISTANCIA = 16 Kms Aproximadamente
DIFICULTAD = Moderada
ITINERARIO = Salida desde Frigiliana y barranco del río Higuierón. Retorno por la misma ruta.

El itinerario podrá sufrir variaciones a juicio de la organización.



Coches propios



20 Plazas, *solo socios federados*



6:00 horas



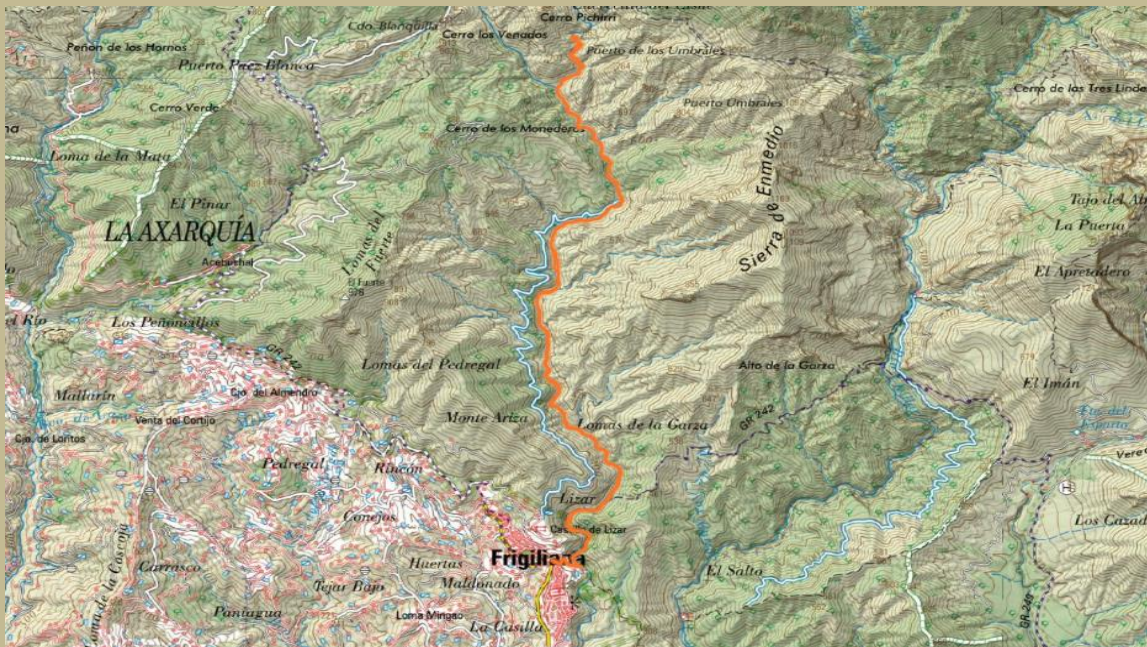
Plaza de la Electromecánicas

El río Higuierón es afluente del río Chillar, aunque menos masificado que el anterior. No es un río con grandes pozas para bañarse, pero es un río entretenido y muy vistoso para recorrerlo.

El recorrido es lineal, haciendo la ida y la vuelta por el mismo sitio. El punto de partida es la localidad de Frigiliana, desde cuyo centro prácticamente se baja al barranco por donde discurre el río.

Es un río con mucha piedra en su cauce y con un agua muy caliza. A fecha de hoy, el cauce es muy abundante tras un invierno muy intenso de lluvias. Esperamos que se mantenga así hasta el día de la ruta y lo podamos disfrutar a tope.

La salida de Córdoba será a las 6:00 y a las 9:00 inicio de la ruta en Frigiliana.



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

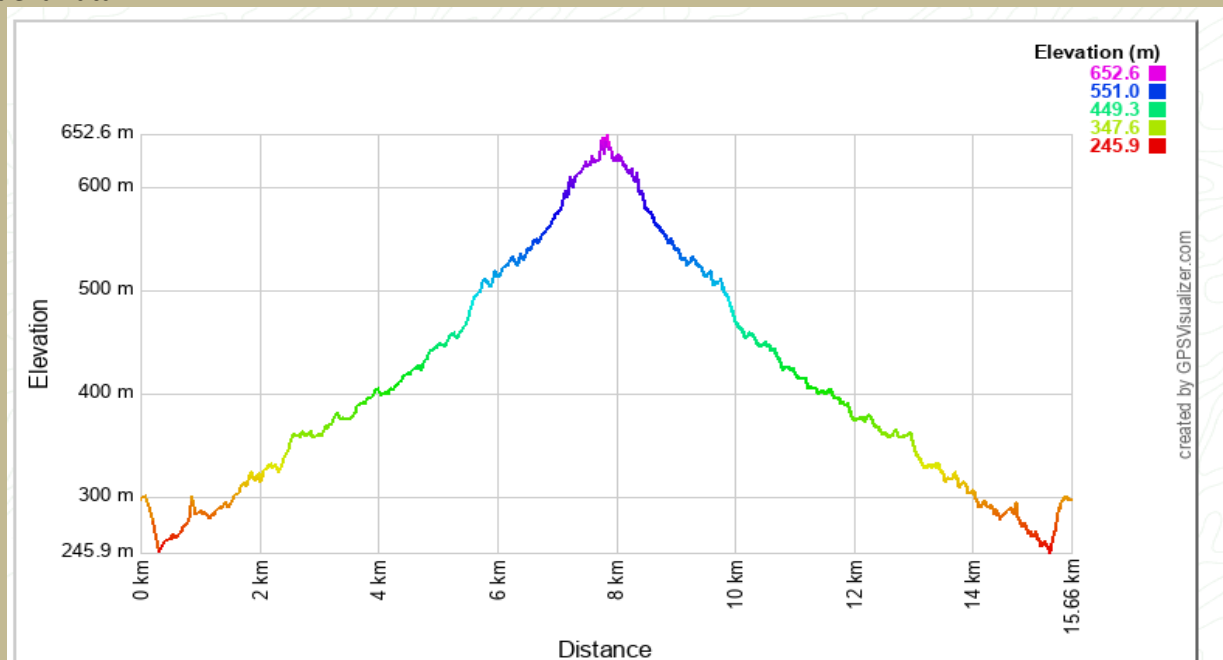
Ruta acuática Río Higuieron

horario	6h 10'			1	severidad del medio natural
desnivel de subida	400 m			1	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	400 m			3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	16,0 Km			4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Ida y Vuelta				

Condiciones de verano, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.

Calculado sobre datos de 2026.

Perfil de la ruta



Consejos prácticos: Cuidad el peso y echad sólo lo necesario. **AL FINAL DE LA RUTA** tendremos la ocasión de comer juntos o bajarnos a la playa. Esto se decidirá una vez creado el grupo de WhatsApp. **Al ser una ruta acuática es recomendable llevar una muda de ropa y zapatillas**

*(En altura suele hacer viento, por lo que es recomendable echar una prenda cortavientos).
Imprescindible: 2 litros de agua, bocadillo o fruta, protección solar, gorra, y zapatillas viejas*

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.

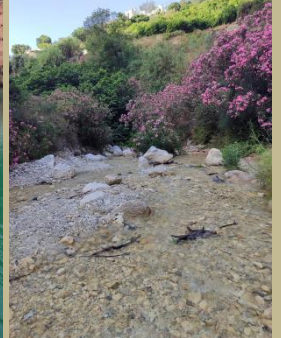
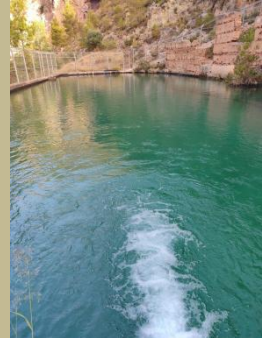
**Rellenar el siguiente formulario (Google Chrome):
socios federados**



<https://forms.gle/HnpQjmVrhj9mc1fQ9>

Apertura de inscripciones lunes 29 de junio a las 22:00 horas

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



Ruteros/as o Guías benévolos/as:

Antonio R. Roldán

Juanma Cano 6992266252

Más información:



verticalia@clubverticalia.com