

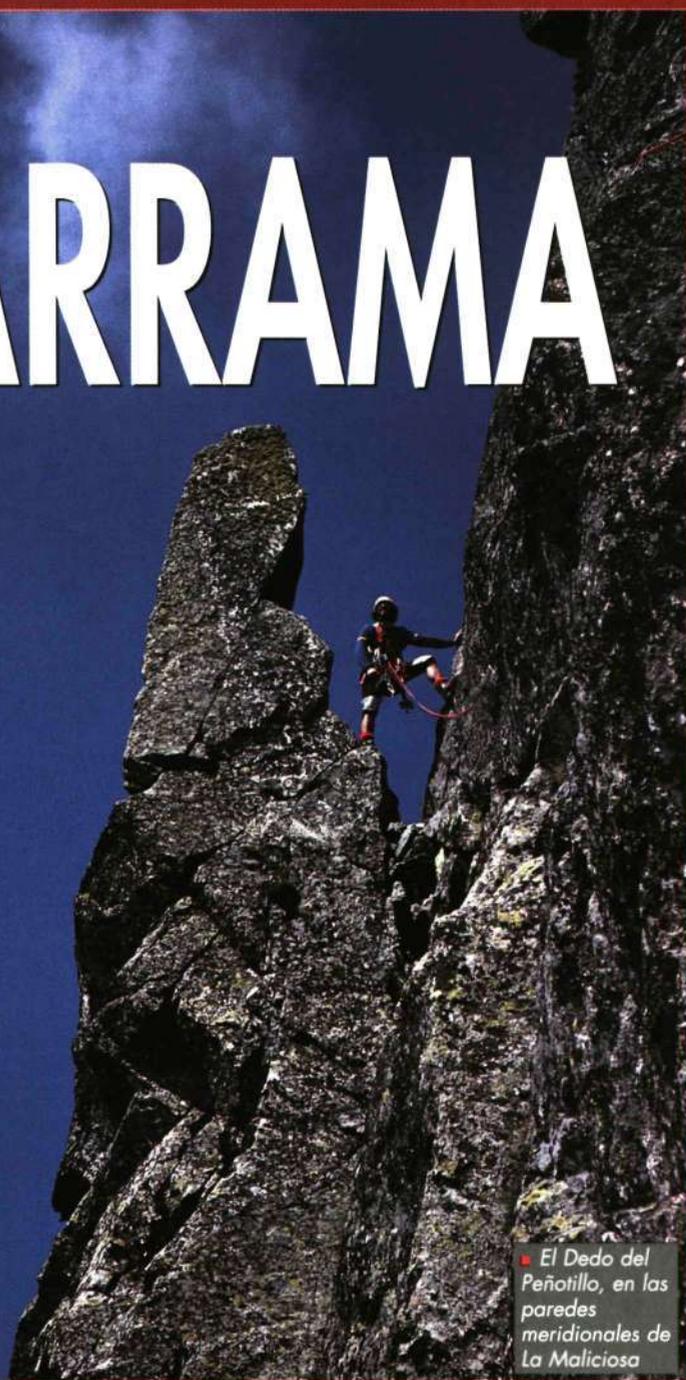
GUADARRAMA hoy

Pedro M. Nicolás

PEDRO es madrileño desde hace 51 años. Profesor de Geografía en la Universidad Autónoma de Madrid, trabaja en incidencia medioambiental.



Practica todas las modalidades del montañismo desde los 14 años. Ha participado en muchas expediciones, sobre todo en la Antártida y en el Himalaya, con varios intentos de primeras ascensiones y un par de ochomiles en su haber. Está casado y tiene dos hijas.



El Dedo del Peñotillo, en las paredes meridionales de La Maliciosa

La sierra de Guadarrama, que tomó el nombre del "Río de Arenas" que nace de ella, quizá sea una de nuestras montañas más cargada de significados culturales, históricos y deportivos.

Su posición en el centro de la Península, la proximidad a una ciudad de la entidad de Madrid y su cercanía a Segovia y el abolengo otorgado como lugar de recreo de cortes y monarcas, la han dotado de infinidad de referencias artísticas y culturales, plasmadas en palacios, jardines y cuadros, pero también estas razones han favorecido que su nombre esté asociado a ideas y libros, a pasiones y afanes, a gestas deportivas y a vidas entregadas a sus cimas.

¿Pero qué tiene Guadarrama que no tengan otras montañas? Por supuesto tiene lo que la mayoría de las cordilleras, y por lo mismo crea sentimientos comunes a las restantes, lo cual no es poco; pero quizás posee unas circunstancias particulares que la dan su especial personalidad.

Las montañas de Guadarrama tienen, y esto es necesario apun-

tarlo ya, suficiente entidad montañosa, altitudinal, en términos absolutos y relativos sobre su base, para hacer posible la sensación de grandeza, sensación imprescindible para que el sentimiento de la naturaleza se transforme en el sentimiento de la montaña. Ciertamente que sus montañas no imponen, abruman o sobrecogen como el Pirineo o Picos de Europa, ni siquiera como Gredos, pero sí tienen una topografía de verdadera montaña. Sus altitudes, y la continuidad de estas, con infinidad de picos por encima de los 2000 m y con bastantes sobre los 2200 hasta culminar en los 2428 m de Peñalara, la otorgan un puesto incuestionable entre las montañas medias-altas de nuestro país.

Los desniveles, aunque no equiparables a los de las grandes montañas españolas, no son desdeñables. La base de la Sierra se halla entre los 900 y 1100 m en la vertiente sur o madrileña, y los 1100 y 1300 m en la segoviana. Por tanto los cordales que ascienden sobre los 2000 ó más metros tienen vertientes con desniveles casi siempre por encima de los 700 m y llegan en bastantes ocasiones a superar los 1000.



Pero al margen de lo dicho creo, sin embargo, que sus atributos fundamentales les vienen dados por otros motivos. Estos son: la morfología espectacular y pintoresca de sus áreas graníticas; el contraste ambiental y sociocultural con las áreas mesetañas que la circundan y que la otorga un carácter de isla o refugio de paisajes, de organismos y de modos de vivir...; pero por encima de todo esto y sobre todo, Guadarrama, para mí, significa luz y panorámicas.

Una cordillera con una luz diáfana e inmensas panorámicas

Los que nos hemos hecho montañeros en sus cimas a veces no nos damos cuenta, por falta de comparación, de la muy a menudo incomparable luz de esta cordillera. La sequedad del aire del centro peninsular lo facilita y la elevación de esta especie de púlpito lo aprovecha.

Y además están sus panorámicas inmensamente dilatadas. Claro está que cuando vemos el encrespado mar de montañas de los Alpes o el Pirineo nos inunda el asombro ante la fuerza de lo telúrico. Aquí esto no ocurre, sin embargo, a poco que asciendas te das cuenta de lo grande que se ve el mundo desde las montañas. A norte y sur se abren inmensas e inacabables altiplanicies tan evocadoras, y más cambiantes a lo largo de las estaciones, como el propio océano desde el acantilado.

Por lo tanto la respuesta a lo que le da carácter a esta montaña es su posición aislada en una alta meseta en el centro de un dilatado territorio, las formas de sus rocas graníticas, su diáfana luz y su duro clima, y el papel de refugio para flora y fauna. Esto es lo que se refiere a lo natural o físico.

En lo humano su personalidad, cierto que en buena medida difuminada, le viene dada por sus modos de vida rurales, en especial ganaderos y forestales, frente a los dominantes en su entorno; y en lo cultural por ostentar un papel capital en la historia de nuestra sociedad como espacio de referencia para artistas, naturalistas, pensadores y educadores que luego facilitó el nacimiento y germinación de los deportes de montaña y nieve.

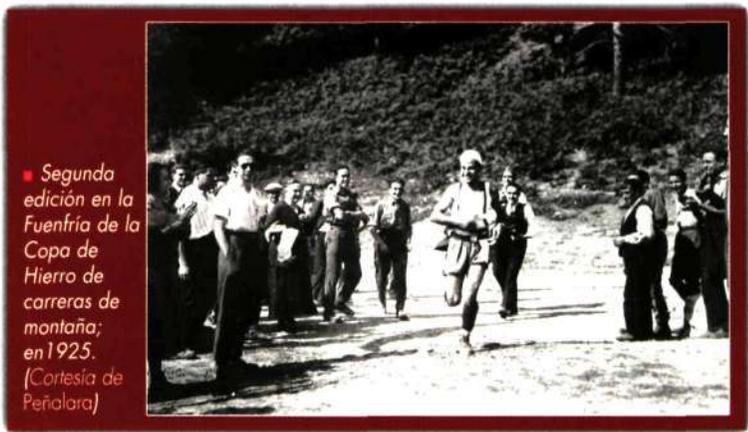
■ Ascensión a Peñalara, (2428 m), por la ruta de la Hoya de Pepe de Pepe Hernando

LA HISTORIA DEL GUADARRAMISMO

Quizás se podría datar el nacimiento del pensamiento guadarramista con la creación de la *Sociedad para el estudio del Guadarrama* en 1886. En su fundación aparecen los nombres de José Macpherson, Ignacio Bolívar, Francisco Quiroga, Giner de los Ríos,... notables científicos e intelectuales, que se enmarcan en las corrientes regeneracionistas de la reciente Institución Libre de la Enseñanza y que, al margen de otros aspectos, consideraban la experiencia directa con la naturaleza como una faceta decisiva para la formación y equilibrio de la personalidad.

Se cita como fecha histórica en el proceso de acercamiento a las montañas a través de las excursiones, la del verano de 1883 cuando un grupo de cinco profesores institucionistas, se lanzan a unas vacaciones con nueve alumnos cruzando el Guadarrama en unas largas y exigentes marchas que se consideran como el nacimiento del montañismo.

Los primeros esquís se debieron de deslizar por la Sierra entre 1903 y 1904, y en pocos años eran ya muchos los aficionados a "patinar" en la Sierra, tanto es así que en el año de 1907 se construyó, en la carretera de Villalba a La Granja, el primer albergue para los deportes de montaña. El impulso



■ Segunda edición en la Fuentría de la Copa de Hierro de carreras de montaña; en 1925. (Cortesía de Peñalara)



inicial corre a cargo de Manuel González de Amezúa, que funda en 1908 un sociedad con el nombre de Twenty Club, que poco más tarde se convierte en el Club Alpino Español.

Guadarrama representa el nacimiento del montañismo español

Pocos años después la mentalidad más austera, más purista y propiamente montañera se pondrá de manifiesto en las dos sociedades que nacen en el año 1913. Son por orden cronológico la Sociedad Deportiva Excursionista y Peñalara los Doce Amigos, que pasará poco más tarde a llamarse Sociedad de Alpinismo Peñalara. La primera era de extracción social más modesta, integrada por trabajadores y obreros aficionados a las salidas a la Sierra y su historia es bastante poco conocida. La segunda es la directa heredera de las ideas y fines de los institucionistas. Peñalara tuvo y tiene un activo incuestionable: a menos de un mes de la constitución de la sociedad, se decide editar un Boletín. El primer número sale el 3 de noviembre de 1913, el último, con el número 508 tan sólo hace unas semanas, lo que convierte a Peñalara en historia viva del guarramismo e incluso, en gran medida, del montañismo español.

En 1916 se realiza la que podríamos considerar verdadera primera escalada de nuestra sierra. Se trata de la realizada por José Fernández Zabala junto a otros tres compañeros al risco del Pinganillo Grande, hoy conocido como risco del Pájaro en La Pedriza.

Y es precisamente en este laberinto de canchos y berrocales, de anaranjado

granito, y del que algún pionero dijo que *daba para una vida completa de alpinismo*, en la que se forjó la verdadera escuela de escaladores y alpinistas de Madrid. Los hermanos Kindelán, el mismo Zabala, E. Herreros, Tresaco, Teógenes, Rubio, Sol, Moreno, son algunos de los nombres de la época antigua pero que ha mantenido la continuidad hasta hoy mismo, con infinidad de nombres de incuestionable presencia y notable entidad en el alpinismo de nuestro país.

¿CÓMO ES LA SIERRA DE GUADARRAMA?

En el centro de la Península Ibérica se extiende, con una disposición general oeste-este, el Sistema Central. Sus relieves alcanzan tierras portuguesas en la Sierra de la Estrella, y se llegan a

■ Laguna de Peñalara a 2020 m, camino de Los Llanos y de las lagunas de los Claveles y los Pájaros

■ El macizo de Peñalara por encima de la Hoya de Pepe Hernando

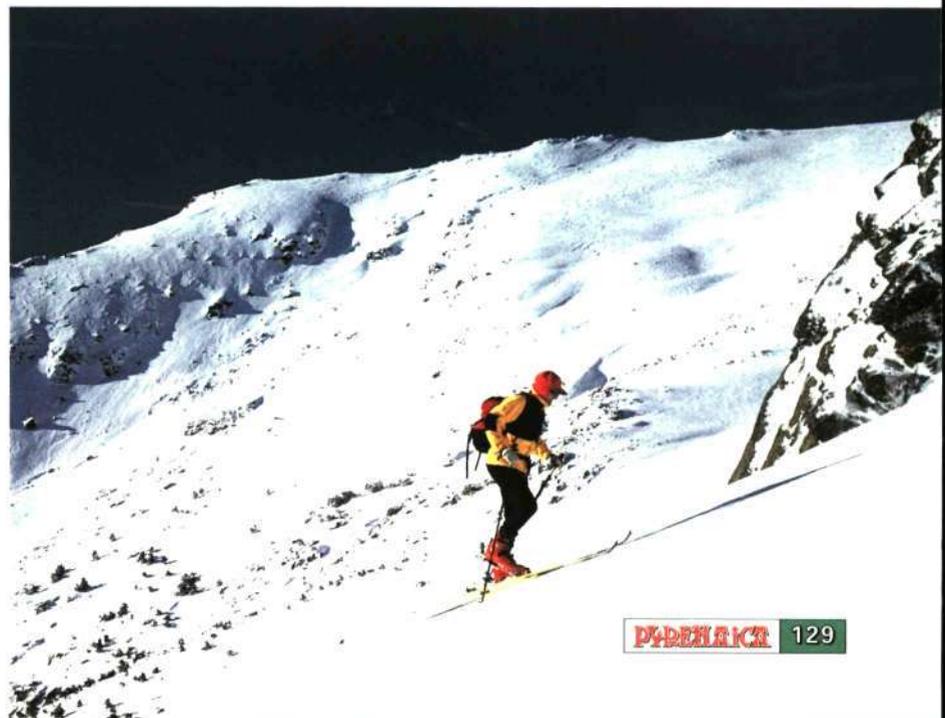
fundir con las estribaciones del Sistema Ibérico en las sierras alcarreño-sorianas de Pela y Ministra. Entre ellos destacan los de la sierra de Gredos, donde se hallan las montañas más altas y extensas, unos 140 kilómetros, y algo más al este, los de la sierra de Guadarrama, límite entre Segovia y Madrid con una pequeña porción en territorio abulense.

Parece admitido que el límite oriental de Guadarrama se puede situar en el Puerto de Somosierra y que el occidental, más discutible, se podría fijar en la zona del Pico de la Almenara, en las proximidades de la localidad de Robledo de Chavela.

La orientación de la Sierra, aun respondiendo a la general del Sistema Central, es más exactamente de suroeste a noreste, e incluso en algunos tramos con clara tendencia meridiana o norte-sur. Es decir, desde Gredos al oeste, hasta Somosierra al este, la sierra de Guadarrama se dispone con orientación general SO a NE, si bien en su parte central, zona de Siete Picos y Navacerrada, cruza esta alineación otra más corta, pero con montañas altas y masivas, de orientación O a E.

El ramal corto, y para entendernos horizontal, se inicia en la localidad segoviana del Espinar y se inicia con las montañas de la Mujer Muerta, así denominadas por recordar su silueta desde Segovia a una mujer acostada; luego se funde en un único cordal en los característicos Siete Picos, y más tarde sigue por la Cuerda Larga, donde está Cabezas de Hierro que con 2381 m es la segunda cima principal de la Sierra; y finalmente acaba en la localidad de La Cabrera, con su pequeña pero agreste serrezuela granítica homónima, interesante escuela de escalada, cuya base lame la autovía de Burgos y Francia.

No puedo por menos que hacer notar la presencia, adosados al sur de este cordal corto del aspa, de dos elementos muy destacables para los mon-



tañeros. Uno es el pico de La Maliciosa, quizás junto a Peñalara, la montaña con más carácter de la Sierra pues, a su notable altitud (2227 m), añade una escarpada vertiente meridional con paredes de casi 200 m, todo ello visible y omnipresente desde casi cualquier punto del piedemonte madrileño.

No lejos de La Maliciosa, algo más al este, surge el otro elemento destacable. Se trata de un macizo amplio, complejo, laberíntico y de sólida roca granítica, que recibe el viejo nombre de las Pedrizas y que hoy es simplemente La Pedriza. La Pedriza se sitúa como una avanzada con forma de amplio hemicírculo al sur de la Cuerda Larga. En su interior, extensos afloramientos de roca y numerosas fracturas ofrecen un territorio de riscos, canales, plataformas y valles de distinta entidad que forma un paisaje original, sugestivo y pleno de posibilidades para la escalada, como lo demuestran sus más de 1.500 vías.

Por su parte el ramal largo comienza en la zona de Robledo de Chavela y El Escorial y los picos, inicialmente de cotas alrededor de 1300 m, van tomando altura hasta que se alcanzan los más de 2000 m en las cercanías de Cercedilla. En los Siete Picos se funde con el cordal antes citado, y a partir de los puertos de Navacerrada y los Cotos sigue su camino hacia el norte dividiendo las aguas, unas hacia Segovia y el Duero y otras hacia Madrid y el Tajo por medio del Lozoya.

En este camino, nada más dejar el Puerto de los Cotos, encontramos la montaña más significativa y emblemática de Guadarrama, que no es otra que Peñalara. Peñalara, con sus 2428 m, es más bien un pequeño macizo, pues a la cima principal se adosan otras como Dos Hermanas o los Riscos de Claveles

■ *Esquí de montaña en Cabezas de Hierro, cimas culminantes de la Cuerda Larga*

o el de los Pájaros. A ellas se añaden en las laderas surorientales, en la Comunidad de Madrid, una serie de circos glaciares y lagunas que hacen de este paraje una verdadera muestra, a escala, de la alta montaña gredense o pirenaica.

Las sierras que siguen en dirección norte tienen menos personalidad y

son algo más monótonas, quizás con la excepción del Pico de la Cabra y el del Nevero, adornados también al SE por bonitos y olvidados circos de origen glaciar; sin embargo durante muchos kilómetros siguen superando los 2000 m creando, si no cimas destacadas, si vertientes poderosas, solitarias y de notable desnivel. Sólo cerca ya del puerto de Somosierra se produce un descenso de cota que es aprovechado por las vías de comunicación, pero antes desde el puerto de los Cotos hemos recorrido casi 50 km en línea de aire, y el total desde Robledo y los Picos de la Almenara supera los 100 km.

Si a las distancias citadas añadimos los aproximadamente 52 km lineales del que hemos llamado cordal horizontal, tenemos un total algo superior a los 150 km, que con los pequeños cambios de dirección y las pendientes entre cimas y collados nos llevará a considerar que el conjunto de cordales principales del Guadarrama se acerca a los 180 km.

Por lo explicado hasta este momento sobre la simplicidad de los cordales se entenderá que nuestra Sierra no se caracteriza por los desarrollados y profundos valles de otras montañas. Esto, siendo cierto, no impide que en ciertos lugares se den las condiciones topográficas para la formación de estas depresiones o valles enmarcados por poderosas y casi siempre boscosas vertientes. Uno es el amplio, valioso y todavía bien conservado valle del Lozoya, abierto hacia el E-NE, con unos 32 km





■ *Vertiente oriental del Pico de la Najarra, sobre Miraflores de la Sierra, con abundante nieve*

del puerto de los Cotos al pueblo de Buitrago y otro el del Río Moros, en tierras de Segovia, más pequeño, boscoso y deshabitado, con orientación SO y que desemboca en El Espinar.

Las rocas del Guadarrama se podrían agrupar, muy genéricamente, en dos tipos: la mayoría de la Sierra está formada por rocas gneísicas, a veces un gneis caracterizado por grandes y prominentes cristales de feldespato, datao en el Precámbrico o en los periodos iniciales del Paleozoico. Las formas asociadas a estas rocas son variadas dependiendo de los procesos morfogenéticos causantes de las mismas, pero en general son estructuras masivas, pesadas y poco airosas.

Las otras rocas, menos frecuentes pero no escasas, son los granitos y aparecen como el factor decisivo para la creación de las formas más llamativas y arriscadas de la Sierra. El Alto de la Peñota, los Siete Picos, La Maliciosa, La Pedriza, La Cabrera son algunos de los enclaves graníticos del Guadarrama que le confieren fuerza rocosa, verticalidad e interés paisajístico y alpino.

En cuanto al paisaje vegetal podríamos explicarlo, en síntesis, hablando de un piedemonte o rampa, con encinares que llegan a cotas entre los 900 y 1200 m. Sobre ellos, se sitúan los robledales de melojo. Estos llegarían a casi 1700 m de forma natural, pero la acción secular del hombre ha facilitado que en muchos puntos el piso del roble lo ocupe hoy el pino silvestre o albar, en forma de grandes y bien desarrolla-

das áreas forestales. Más arriba sigue ya en su área natural el mismo pino silvestre, si bien cada vez más clareado y mezclado con el matorral de montaña, compuesto por piornos y enebros enanos, que será el que predomine como piso supraforestal en cotas aproximadas de 1900 a 2200 m. Ya por encima de esta altitud se alcanza el piso biocli-

■ *Ascenso invernal a Peñalara remontando el cauce del glaciar pleistoceno de Pepe Hernando*

mático de los céspedes o pastizales alpinos que se entremezclan con canchales y afloramientos rocosos.

En la actualidad, sobre el territorio de la sierra de Guadarrama se asientan dos espacios protegidos: el Parque Regional de la Cuenca Alta del Manzanares, amplia extensión en la que se incluye La Pedriza, y el más reducido, pero modélico por su gestión y tratamiento del uso público, Parque Natural de Peñalara. En estos momentos están en marcha los estudios previos a una posible declaración del Guadarrama como Parque Nacional. La intensa humanización del área es una dificultad para tal fin, pero al tiempo lo hace más necesario, pues las presiones de todo tipo sobre este espacio son enormes, y además le da un valor añadido a un espacio que es natural en esencia, pero además de gran valor educativo y cultural.

■ LOS DEPORTES DE MONTAÑA.

La sierra de Guadarrama ofrece buenas condiciones para poder realizar casi todos los deportes asociados al medio montañoso.

● Nieve

Su clima cubre de nieve las cimas durante el invierno, lo que ofrece la posibilidad de la marcha invernal o hacer, lo que es más interesante, bonitas travesías de esquí de montaña, con descensos de unos 400 metros de desnivel medio, pero que en buenas condiciones pueden llegar o sobrepasar los 700 u 800.

Las zonas más habituales para la práctica del esquí de montaña son las cercanías del Puerto de Navacerrada: Guarramas o Bola del Mundo, La Maliciosa; en los alrededores de Valdesqui-





que todos los montañeros de Segovia y Madrid han entrado en contacto con los piolets y crampones.

El esquí alpino ha sido un deporte asociado de antiguo al Guadarrama. La primera estación se ubicó en los alrededores del Puerto de Navacerrada, donde se instalaron remontes ya en los años 50. En los 70 se montaron, cercanas al puerto de los Cotos, otras dos estaciones: Valcotos y Valdesquí. La primera de las dos, instalada sobre el ámbito de alto valor geomorfológico de Peñalara, ha sido desmontada a mediados de los años 90 por una iniciativa conservacionista de la Comunidad de Madrid, lo que supone un precedente creemos que único en nuestro entorno. Las estaciones en uso, Valdesquí y Navacerrada, son pequeñas y normalmente atestadas y con importantes problemas de funcionamiento, pero suponen un aliciente indudable para los aficionados a esta modalidad, la mayoría de los cuales usan las del Pirineo o Sierra Nevada, pero que saben que "tienen" la nieve a 40 minutos de casa.

En las inmediaciones de los puertos de Navacerrada, Cotos y Navafría se puede practicar el esquí de fondo, si bien sólo en Cotos existe en la actualidad un circuito habilitado y cuidado con tal fin por el propio Parque Natural de Peñalara, dado que el tradicional, querido y exigente circuito de Navacerrada ha dejado de marcarse.

• BTT

Los tradicionales usos forestales y ganaderos de la Sierra han trazado sobre ella infinidad de pistas que ofrecen magníficos itinerarios para la bicicleta de montaña. Las formas suaves de muchas de las vertientes posibilitan que estas pistas hagan largos recorridos horizontales, que en ocasiones ofrecen rutas ciclistas a muy alta cota y sin demasiados desniveles una vez que se ha logrado subir a ellas. Ejemplo clásico es la pista que en algo más de 40 km une los puertos de Somosierra y Navafría, por los Montes Carpetanos.

• Escalada

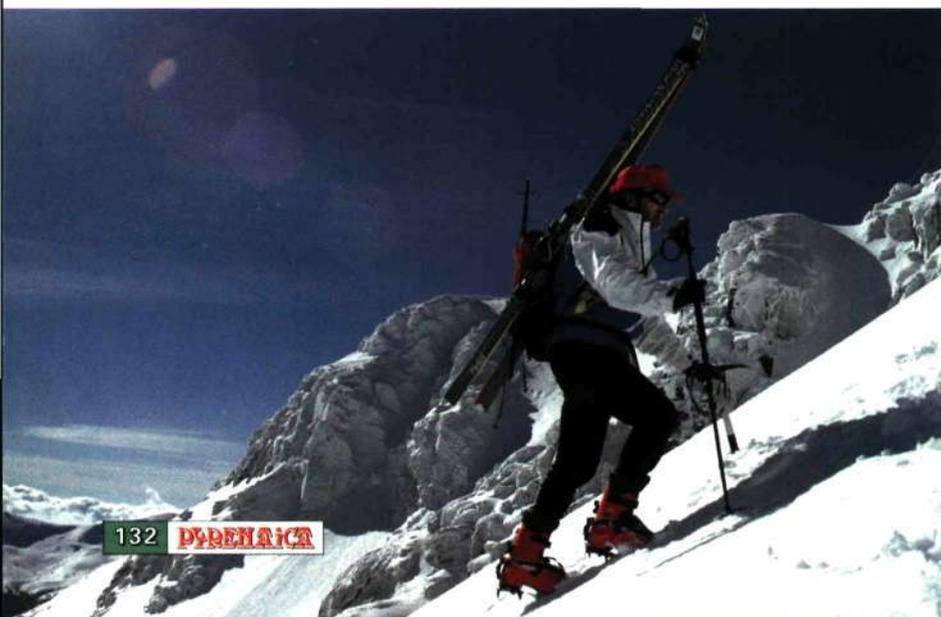
La escalada comenzó en la Sierra a principios del siglo XX. Estamos por tanto cerca del siglo de historia, y la mayor parte de esa preciosa y dura historia se ha pergeñado en el granito de La Pedriza. El Pájaro, El Yelmo, Las Buitreras, El Cancho de los Muertos, La Pared de Santillana, son entre otros muchos, los riscos del nacimiento y confirmación de esta modalidad montañera. Luego se incrementan con muchas otras paredes, tengan o no cima, como por ejemplo el Hueso, arco de roca inverosímil, en el que se han trazado algunos de los más espectaculares y difíciles itinerarios del macizo. A modo de recomendación diría que si se ha de hacer una escalada en Guadarrama, ésta ha de ser la Sur del Pájaro; si se quiere una más fácil la Pared de Santillana, si se quiere otra más difícil y

Bola, Valdemartin y zona de Cabezas de Hierro, a la que se puede acceder también desde el puerto de los Cotos. Desde este mismo puerto se asciende al macizo de Peñalara, el otro gran centro de esquí de montaña de la Sierra. Un poco menos habituales, pero en ocasiones con grandes posibilidades, son los puertos de Navafría, de la Morcuera y en menor medida el de la Fuenfría, al que no se puede acceder en vehículo privado, lo que obliga

normalmente a un paseo con tablas a cuestas.

El invierno se presta también a las escaladas de nieve o hielo, si bien estas encuentran un terreno mucho más limitado y con sólo breves periodos en buenas condiciones. Las pocas rutas de nieve o mixto se hallan en la cara sur de La Maliciosa, en la norte de Cabezas y en los escarpes orientales del macizo de Peñalara. En concreto aquí se sitúan los "Tubos", cortos corredores en los

■ *La Maliciosa desde el pinar de La Barranca en invierno*



■ *Pendientes de nieve que conducen por el este a la cresta del Risco de los Claveles de 2387 m*

especial la vía Fulgencio del Hueso o Peñalarco... pero sin duda esto es cuestión de gustos y guías de escalada con opiniones y descripciones hay a raudales. La Pedriza es, por tanto, el lugar a conocer por los montañeros más alpinistas que tuvieran una sola oportunidad de visitar la Sierra. Y lo merece no sólo por la belleza de muchas de sus rutas de escalada, sino también por sus magníficos y originales paisajes de berrocales, laberintos, lugares recónditos y tesoros naturales.

Pero no sólo se escala en Pedriza. La Cabrera es un magnífico lugar de escalada. Si quieres escalar metros en dificultad media, si quieres que una jornada de escalada te cunda antes de las salidas de verano, el lugar es La Cabrera y en concreto el pico de la Miel y entre semana. Es cierto que verás pasar los miles de vehículos de la N-1, pero este plan es para días en los que prestar más atención a las placas y fisuras que a la llanura cercana.

Además de estas dos escuelas estrella, se escala en La Maliciosa y en Peñalara. Son zonas altas, de verano, y de rutas no muy largas, aunque algo más en Maliciosa. Hay otros lugares aislados, como Siete Picos, Peñota, Pinares Llanos, Abantos o Las Cabrillas, que en algunos casos se han consolidado como zonas de alta dificultad pero con una frecuentación reducida a especialistas. Parecido es el caso de los bloques o "boulder" de las cercanías de la Silla de Felipe II de El Escorial, donde se ha concentrado en los últimos años la intensa práctica de esta modalidad.

● Excursionismo

Pero sin duda la vocación principal de la sierra de Guadarrama es lo que ahora llamamos excursionismo. Sea en verano o invierno, pero aún mejor en las estaciones intermedias, Guadarrama ofrece una casi interminable lista de interesantes marchas. Puede ser desde el sendero GR-10 con su variante alta GR-10.1, que atraviesa la totalidad de la Sierra; pueden ser los amables recorridos por los fantásticos pinares

■ La vertiente sur de La Cabrera con magníficas condiciones para la escalada en roca



de Valsain, Lozoya o Moros. Pueden ser, y sin duda no pueden faltar, las andanzas por La Pedriza y sus arriscados alrededores, incluido el solitario Hueco de San Blas sobre Soto del Real. No podemos tampoco olvidar el escenario de los cambiantes robledos en los alrededores de Miraflores o de Rascafría, cada vez más extensos y de mayor porte, comienzo de senderos que luego de atravesar el pinar nos conducirán a cimas tan estratégicas como La Najarra, sobre La Morcuera, o a pasos de gran tradición histórica como el del Reventón, entre Rascafría y La Granja, es decir entre dos maravillas: la Cartuja del Paular y el Palacio de La Granja. También hay terrenos de montaña amplios y de poca pendiente como los explícitos Pinares Llanos, antes citados, a caballo entre Madrid, Segovia y Ávila.

Por supuesto, el territorio más montañoso en el sentido de altitud, desniveles y grandes paisajes, se concentra en el tramo medio de la Sierra, en esa zona de cruce de los dos brazos del aspa guadarrameña, en el que se incluyen las sierras de la Mujer Muerta, los Siete Picos, la Cuerda Larga, con La Maliciosa y la zona de Peñalara.

Por toda la Sierra en suma, se pueden efectuar multitud de recorridos y ascen-

siones, unas más populares y frecuentadas, otras en las que se puede apostar por la total soledad, pero en las que en todo tiempo, adaptándose a los ciclos naturales, se puede encontrar una montaña importante; una montaña humanizada y sin embargo con grandes valores naturales; una montaña en la que los amantes de éstas han dejado ya su impronta y la han convertido en palestra, tótem y lugar de encuentro. Una Sierra que siempre nos puede sorprender con una nevada inusitada o con un violento y catastrófico vendaval. Una montaña que nos ha hecho a muchos descubrir y amar las montañas y a muchos sigue ofreciendo, como inquebrantable compañera, las esencias renovadas de este sentimiento.

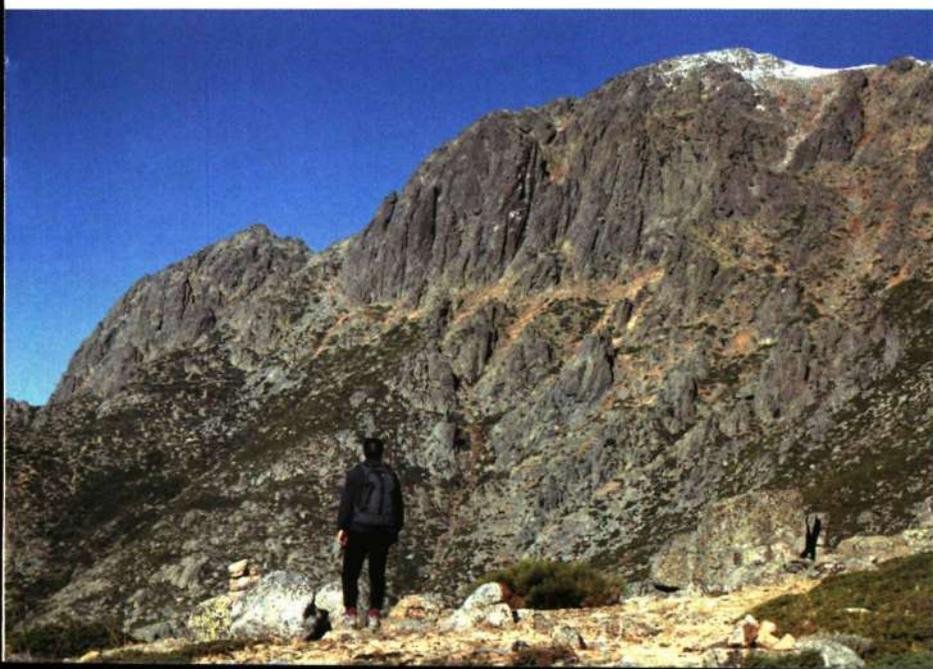
■ RECORRIDOS RECOMENDADOS

EN este apartado voy a describir tres recorridos que creo pueden dar una idea de cómo es la sierra de Guadarrama y las actividades diferentes que se pueden hacer en ella. En primer lugar una marcha por los Siete Picos, que creo que es más bonita que el tradicional camino Schmid. Luego un itinerario clásico de esquí de travesía por la zona central y por fin una ascensión invernal al Peñalara en la que podréis disfrutar de los crampones y el piolet.

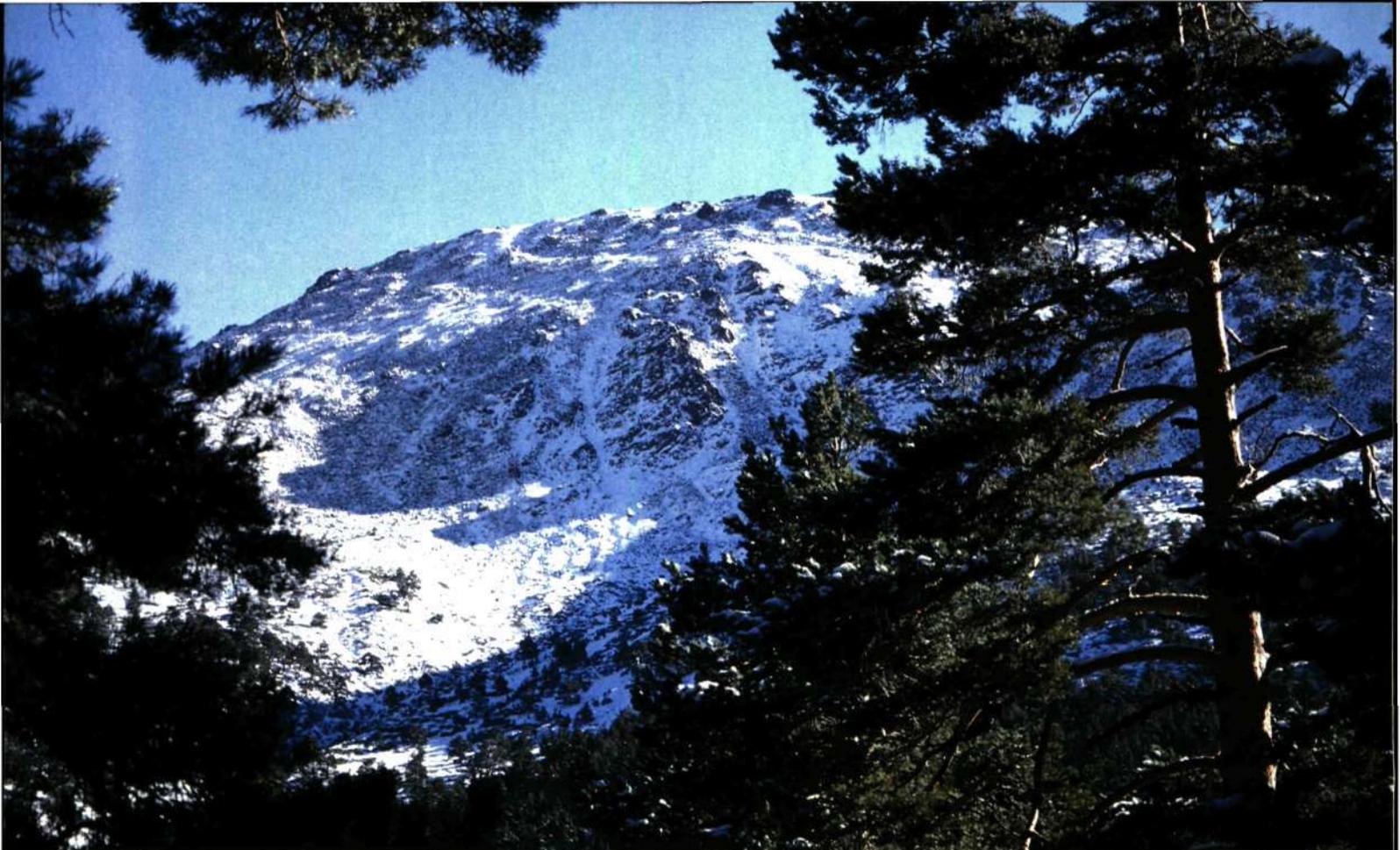
Por falta de espacio no hemos podido incluir otros dos recorridos que me son especialmente queridos: uno es el largo sendero circular de la Pedriza, que nos hará recorrer la parte más original de la Sierra¹. El otro es la marcha por los nichos glaciares de los Hoyos de la Sierra, una zona muy poco conocida en la vertiente sur del pico Nevero, en la zona del puerto de Navafria.

Por último conviene recordar que la mayor parte de los recorridos aquí sugeridos se desarrollan en diversos Espacios Naturales Protegidos con su regulación de uso de la que conviene informarse.

■ El escarpado granito de la cara sur de La Maliciosa visto desde la Cuerda de los Porrones



¹ Se puede encontrar una descripción muy documentada de este recorrido en el artículo "La integral de la Pedriza", de J Sánchez y A Barredo, en el nº 163, 1991, de *Pyrenaica*. Ese mismo año, en el nº 165, se publicó otro artículo del mismo Javier Sánchez, titulado "La sierra de Guadarrama".



■ La cara norte de Cabeza de Hierro Mayor es un interesante objetivo para el montañismo invernal

■ LA SENDA HERREROS

Se trata de una marcha muy conocida pero no tan frecuentada. Está balizada en toda su longitud, si bien en la actualidad con marcas borrosas. Se desarrolla por las cercanías, algo al oeste, del puerto de Navacerrada y rodea los Siete Picos, lugares ambos imprescindibles en el acervo serrano.

Itinerario: Partir del puerto y llegar por el Alto del Telégrafo al collado o Pradera de Siete Picos. Desde aquí seguir las marcas blancas y amarillas de PR hacia la vertiente sur, por un bonito y empinado bosque que se flanquea casi horizontal. Luego en una zona como de espolón con rocas y buenas vistas, que se denomina Cueva Lirón, se baja algo y se empieza a atravesar la inclinada y rocosa vertiente sur o Cóncavo de los Siete Picos. Las vistas son excelentes y el camino lleno de parajes amenos y variados. Se alcanza la fuente de los Acebos. Se sale luego a un camino más amplio en el que por sendas opcionales se debe llegar a las inmediaciones del collado de Majalasca. Es un tramo algo más monótono y confuso. Desde este lugar se puede ir por la Senda de los Alevines (señales amarillas y blancas) al collado Ventoso y de él subir directamente a la cresta de los Siete Picos, o, en su defecto, subir rectos hacia la cresta cimera por un sendero con círculos rojos y amarillos. Merece la pena en ambos casos subir a la cima del Segundo Pico, (el primero es la Majalasca que ha quedado muy abajo), y también al Séptimo y culminante. Por la loma, desde el Séptimo, siguiendo por senderos múltiples y entrecruzados se vuelve al puerto de Navacerrada.

El recorrido al ser circular se puede hacer en ambos sentidos, pero en función de la iluminación solar es mejor el relatado para la mañana y en sentido contrario si se hace por la tarde.

Horario: Unas tres horas efectivas de marcha.

Época: Cualquiera, si bien en invierno y con mucha nieve, es posible perder la ruta en el Cóncavo de los Siete Picos.

Altitudes: Puerto de Navacerrada 1860 m; Fuente de los Acebos 1700 m, Collado de Majalasca 1917 m, Collado Ventoso 1896 m, Segundo Pico 2094 m, Séptimo Pico 2138 m.

■ UNA MAÑANA DE ESQUÍ DE MONTAÑA

En el Guadarrama se pueden realizar algunas interesantes actividades de esquí de montaña con relativa facilidad. Voy a dar un ejemplo de itinerario clásico, para una buena jornada de esquí y con bastantes probabilidades de encontrar suficiente nieve.

Itinerario: Madrugando algo se sube al puerto de Navacerrada antes que los esquiadores de pista. Se pasan los aparcamientos grandes de la carretera de Cotos y como a 800 m de éstos, en una curva, se verá la carretera ensanchada por un arcén para aparcar. Sobre nosotros una gran ladera bastante inclinada en cuya parte baja quedan instalaciones sin uso de la estación de esquí. Desde la carretera subimos con las pieles por el gran cóncavo que forma esta vertiente que se conoce como los Tubos. Se puede optar por cualquier itinerario, si bien a la derecha, más cerca de la pista del Pluviómetro, el ascenso es más suave, mientras a la izquierda hay más rocas y es más técnico. Atención al hielo en este tramo en umbría.

Llegamos al Alto de las Guarramillas o Bola del Mundo. Aquí, al lado del repetidor de Televisión, quitamos pieles y descendemos hacia el Ventisquero de la Condesa, E. Tras la zona más inclinada nos vamos hacia el recién nacido río Manzanares y por su orilla derecha bajamos hasta una clara curva a la izquierda. En ese lugar comenzamos la ascensión a La Maliciosa, que queda de frente y ligeramente a la derecha, SO. La cima de La Maliciosa se nos muestra como un espléndido mirador desde el que iniciar una buena bajada por el itinerario de subida. En el río de nuevo bajamos un poco por sus orillas, ahora, si hay nieve, por la izquierda, y lo cruzamos pronto para ascender el evidente valle del Arroyo de Valdemartín, del que nos iremos separando para orientarnos a NE., hacia la evidente cima de Cabeza de Hierro Menor.

Desde la cima de la Cabeza Menor, o mejor desde el Collado entre las dos Cabezas, bajaremos el canalón orientado a NO., que en los mapas viene señalizado como PR-M-27, el cual ofrece un magnífico terreno de esquí. Hacia la cota 1900 pondremos pieles y subiremos al collado de Valdemartín, desde el que fácilmente se llega a la cima de igual nombre. Desde ésta, a la

que llegan los remontes de la estación de Valdesquí, bajar al collado de las Guarramillas y a continuación subir al Alto de las Guarramillas o Bola del Mundo, desde el que una estupenda bajada nos lleva de nuevo al coche.

Horario: Variable dependiendo de la cantidad y estado de la nieve, pero parece lógico calcular unas cinco horas efectivas de ejercicio, ya que se salva un desnivel positivo del orden de los 1700 m, si bien es posible acortarlo o modificarlo según apetezca.

Época: El mejor momento suele ser con la temporada de nieve bien entrada, esto es, de enero a mediados de abril.

Altitudes: Carretera bajo los Tubos 1850 m, Alto de Guarramillas 2258 m, Curva del río 1900 m, La Maliciosa 2227 m, entrada al Arroyo de Valdemartin 1850 m, Cabeza Menor 2328 m, Circo de las Cerradillas 1900m, Collado de Valdemartin 2153 m, Cerro de Valdemartín 2282 m, Collado de las Guarramillas 2159 m, Alto de las Guarramillas 2258 m y carretera de los Cotos 1850 m.

■ ASCENSO INVERNAL A PEÑALARA

Peñalara es la montaña por excelencia del Guadarrama, pero ello hace que en ocasiones sea tal la cantidad de visitantes que se pueda desvirtuar la bonita experiencia de su ascensión. Por ello recomiendo el invierno, con bastante nieve y cambiando algo el modo habitual de subida. Doy este itinerario para montañeros con dominio de la montaña invernal y habituados al uso de piolet y crampones e incluso puede ser necesaria la cuerda. Si las condiciones son favorables se puede hacer buena parte del itinerario con esquís.

Itinerario: En vez de comenzar, como se hace habitualmente, en el Puerto de los Cotos, seguiremos por la carretera de



■ Esquí de travesía en las proximidades de Cabezas de Hierro Mayor (2381 m)
FOTOS: ARCHIVO AUTOR



■ Esquiadores de travesía en la ladera oriental de La Maliciosa, cerca del Collado de las Vacas y del recién nacido río Manzanares

Rascafría y en el puente sobre el Arroyo de la Laguna de Peñalara, 1600 m, dejaremos el vehículo. El lugar está a cuatro kilómetros de Cotos y si hay mucha nieve puede ser difícil aparcar por lo que es muy recomendable llevar una pala o ingeniárselas con el autostop. Desde este lugar remontar un bosque empinado al lado del arroyo. A nuestra derecha, izquierda orográfica veremos desembocar el Arroyo del Reajo Malo, por el cual continuaremos. Este tramo no tiene camino ni en verano, si bien en un momento lo cruza el GR-10-1. A unos 250 m de desnivel del comienzo se entra en un valle glaciar antiguo, cuyas morrenas, forma de barquilla y bloques erráticos se ven claramente: se trata de la Hoya de Pepe Hernando. Lo remontaremos en su totalidad por un terreno de verdadera alta montaña hasta la cota 2100, en la que aparecen unos rellanos amplios. Por encima se sitúan los escarpes cimeros de las cimas.

Aquí se puede optar por varios corredores o laderas de nieve o hielo, que en general no son difíciles pero tienen bastante ambiente y requerirán el uso de crampones y piolet. Si se toman las pendientes de la derecha se asciende directamente al Risco de los Claveles, si las de la izquierda, a la misma cumbre de Peñalara. Si se han subido esquís en esta zona habrá que cargarlos. Atención a las cornisas de salida, que en ocasiones son grandes y no siempre estables. El descenso será diferente según donde queramos acabar. Si volvemos al punto de partida bajaremos por la concurrida loma de la ruta normal, pero a los pocos minutos de bajada, a unos 2400 m, giraremos por una especie de loma o arista hacia el SE, izquierda, para buscar de nuevo la base de los corredores. Todo el tramo inicial del descenso es esquiable y muy bonito. En los rellanos, a veces separados por escalones, seguiremos rectos, en descenso, si volvemos al puente de la carretera, o giraremos, ahora a la derecha, para ir al circo de La Laguna, desde donde diversos caminos, en general muy frecuentados, nos llevan al puerto de los Cotos.

Horario: Unas cuatro o cinco horas de marcha al margen de paradas.

Época: Es recomendable que el manto nival sea importante y compacto. Estas circunstancias se suelen dar con más frecuencia de enero a marzo.

Altitudes: Puente y curva sobre Arroyo de la Laguna 1600m, horcajo de los dos arroyos 1680 m, entrada a la Hoya de Pepe Hernando 1850 m, Llanillos 2150 m, Peñalara 2428 m, Laguna Grande 2020 m, Puerto de los Cotos 1830 m. □

Bibliografía recomendada

AA.VV.- *Naturaleza y senderismo en la sierra de Guadarrama*. Tierra de Fuego, Madrid 1999.
AA.VV.- *La sierra de Guadarrama. 12 Itinerarios Singulares*. Tierra de Fuego, Madrid 2003.
Arranz, A; Barroso, M.- *Guía de escaladas en Guadarrama*. Desnivel, Madrid.
F M M.- *Escaladas en La Pedriza de Manzanares*. Desnivel, Madrid.
F M M.- *La sierra de La Cabrera. Guía de escalada*. Desnivel Madrid.
Martínez de Pisón, E (Coord.).- *Madrid y la sierra de Guadarrama*. Museo Municipal de Madrid. Madrid 1998.
Pliego, D.- *Excursiones en el macizo de Peñalara*. Desnivel, Madrid 2002.
Pliego, D.- *La Pedriza de Manzanares*. Desnivel, Madrid. 1998
Ribas, E.- *Guadarrama con esquís*. Desnivel, Madrid.

Rincón, M.- *Andar por la sierra de Guadarrama*. Penthalon Ediciones, Madrid 1989.

Sáenz de Miera, A (Dir. y Coord.).- *La sierra de Guadarrama. Naturaleza, Paisaje y Aire de Madrid*. Comunidad de Madrid, Madrid 1992.

Vías, J.- *Memorias del Guadarrama*. Ediciones La Librería, Madrid 2002.

Cartografía recomendada

Sierra de Guadarrama. E. 1/50.000. La Tienda Verde, 2002.

Sierra Norte. E. 1/50.000. LA Tienda Verde, 2002.

La Pedriza del Manzanares. E. 1/15.000. La Tienda Verde, 2002.

La Pedriza. Parque Natural de Peñalara. Parque del Alto Manzanares. Mapa y guía excursionista. E.1/25.000. Editorial Alpina. Edición 2004-2005.

Guadarrama. Parque Natural de Peñalara. Mapa y guía excursionista. E. 1/25.000. Editorial Alpina. Edición 2004-2005.