



SUBIDA AL PICÓN DE JEREZ (3090 m) POR LA LOMA DE EN MEDIO

FECHA: Sábado 28 y Domingo 29 de enero

SALIDA DESDE ALMERIA: Sábado 28 enero a las 15:00
(Res. Ballesol)

VUELTA: Domingo al finalizar la actividad sobre las
17:00.

MATERIAL ESPECIFICO NECESARIO:

- BOTAS DE MONTAÑA (IMPERMEABLES Y COMPATIBLE CON CRAMPONES)
- MOCHILA
- CRAMPONES Y PIOLET (SE PUEDEN ALQUILAR EN DEP.DIAGONAL)
- POLAINAS (IMPRESINDIBLE)
- SACO DE DORMIR PARA EL REFUGIO
- GORRO, GUANTES NIEVE, ROPA TERMICA, CHAQUETA IMPERMEABLE (SISTEMA DE 3 CAPAS)
- CALCETINES CALIDOS Y DE REPUESTO
- BASTONES (OPCIONAL)

CONOCIMIENTOS ESPECIFICOS NECESARIOS:

- BUENA FORMA FISICA
- PROGRESION CON CRAMPONES Y PIOLET
- ESTAR FEDERADO







DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Saldremos de Almería desde el Residencial Ballesol a las 15:00 h, cogeremos la A-92 dirección Granada para llegar a Jerez del Marquesado y coger la pista hacia el refugio donde dejaremos los coches (siempre que se puedan pasar los coches) y estar para las 18:00 H registrados e instalados en el refugio. Una vez instalados, prepararemos el material para el día siguiente, nos relajaremos y a descansar para el día siguiente. El refugio dispone de mantas pero no sábanas, en el refugio disponen de sábanas de un solo uso (de pago) o también se puede llevar un saco para dormir.

Amaneceremos temprano, para salir a las 7:30H máximo. Saldremos desde el Refugio del Postero Alto remontando el cortafuegos hasta llegar al cruce que nos llevara hacia la loma de En medio por la que subiremos hasta las Piedra de Los Ladrones y dirigirnos por el puntal de Juntillas hasta el Picón de Jerez a 3090 m. Llevar comida ambos días, aunque en el refugio se puede tanto cenar como desayunar (previa reserva), pero **sobre todo llevar comida para el segundo día, durante la actividad y Agua.**

MIDE

Picón de jerez (3090 m) por la Loma de En medio

 horario	7 h	 4	severidad del medio natural
 desnivel de subida	1350 m	 4	orientación en el itinerario
 desnivel de bajada	1350 m	 3	dificultad en el desplazamiento
 distancia horizontal	14 km	 4	cantidad de esfuerzo necesario
 tipo de recorrido	Circular		
Material: Polainas, Crampones y Piolet, Gafas de sol Cat3 o Gafas Ventisca			

