



V Edición del Día Andaluz de los Refugios de la FAM 2018

REFUGIO POQUEIRA, CAPILEIRA

SIERRA NEVADA

La quinta edición del Día Andaluz de los Refugios de la FAM, se celebrará en el Refugio de Alta Montaña Poqueira los días 03 y 04 de agosto 2018.

Estas Jornadas de Puertas Abiertas tiene el objetivo de dar a conocer los

refugios de alta montaña de Sierra Nevada gestionado por la FAM.

Están dirigidas sobre todo a los *montañeros/as que todavía no conocen* los refugios de alta montaña de Sierra Nevada y las opciones de actividades que se pueden realizar tomándolos como punto de inicio.

Estamos preparando dos actividades, una supone el **reto de subir por primera vez** a una montaña de más de tres mil metros como es el Pico Mulhacén de 3.479 metros de altitud y máxima cota de la península Ibérica y la otra subir hasta la laguna de la caldera. Las dos rutas serán guiadas por monitores titulados de EAAM, grandes conocedores y entusiastas de la zona que nos descubrirán todos sus secretos y espectaculares vistas.

Para obtener una información general sobre el Refugio Poqueira, os proponemos acceder a la página web www.refugiopoqueira.com

PROGRAMA

CALENDARIO.

Viernes 03 y sábado 04 de agosto 2018.

PLAZAS LIMITADAS.

El número de plazas que el refugio habilitará para esta actividad será de **50**, por lo que se recomienda que se reserve lo antes posible dada la gran demanda que existe en torno a esta actividad, así como el limitado número de plazas. Con preferencia para montañeros/as que no hayan visitado nunca los refugios, ya que de esta forma se conseguirá el objetivo de esta actividad, promocionar los refugios de alta montaña.

RESERVAS.

Todos los participantes tendrán que hacer su inscripción a través de la plataforma de inscripción.

- ✓ La página estará operativo desde el día 04 de julio hasta el día 27 de julio.
- ✓ Tendrá preferencia montañeros que no hayan participado en ediciones anteriores.
- ✓ No se realizarán devoluciones de ingresos a partir del día 30 de julio.
- ✓ Menores de 15 años deben ir acompañados de un adulto.
- ✓ No es posible inscribirse el mismo día en el refugio.

INSCRIPCIÓN.

Las Inscripciones se realizarán a través del siguiente enlace:

<https://famand.playoffinformatica.com/InscripcioWeb.php?idLliga=59>

Tendrán que rellenar todos los datos personales requeridos y realizar el pago mediante tarjeta de crédito a través de pasarela de pago seguro.

20,00 € para los federados, por persona.

25,00 € para los no federados, por persona.

Esta cuota incluye los siguientes servicios

- ✓ **Día 28 Viernes:**
 - Cena y Pernocta en el Refugio Poqueira.
- ✓ **Día 29 Sábado:**
 - Desayuno y comida de clausura de la actividad.
 - Ascensión guiada al Pico Mulhacen y laguna de la Caldera.
 - Seguro de accidente del día 04. (No Federados).
 - Regalo de participación en la actividad.
- Los conceptos que se ofrecen a los participantes en el V DÍA ANDALUZ DE LOS REFUGIOS FAM 2018 a través de la inscripción, solo serán válidos previa reserva como "Participante" de dicha actividad, no siendo posible inscribirse el mismo día en el refugio.
- Se admitirán 50 participantes, por orden de inscripciones, quedando una lista de reserva.
- Todo participante, al realizar la inscripción, acepta las normas e indicaciones de los monitores y organización. Así mismo acepta la publicación y tratamiento de sus datos, imagen y/o videos, con arreglo a la legislación vigente, así como las posibles resoluciones tomadas por la organización.
- La organización no proporcionara avituallamiento durante la ruta, por lo que cada participante es responsable de su alimentación e hidratación.

RECEPCIÓN EN EL REFUGIO POQUEIRA.

Recepción de los participantes será día 03 a partir de las 17:00 h. en el Refugio, según orden de llegada. Obligatorio presentar D.N.I. y tarjeta federativa, para los no federados solo el DNI.

Los participantes llegaran al refugio utilizado sus propios medios, bien en coche o a pie.

En este tipo de establecimiento el alojamiento es en habitaciones múltiple compartida; Se recomienda llevar saco de dormir o sábanas, ya que el refugio está equipado con mantas, por lo que en caso contrario, tendréis que comprar unas sábanas desechables que se venden en el refugio por 3,50€, para quien no traiga nada y por cuestiones de higiene. También se recomienda llegar toalla y gel de baño.

ACCESO AL REFUGIO POQUEIRA

El Refugio se encuentra, en el término municipal de Capileira.

Desde Órgiva a Capileira 20.6 Km, 34 min por la carretera A-4132.

Los asistentes a las Jornadas de Puertas Abiertas del V DÍA DE LOS REFUGIOS F.A.M., podrán hacer el recorrido a pie el día 03 durante todo el día por cualquiera de las rutas existentes.

<http://refugiopoqueira.com/accesos-2/>

Aunque se recomienda la ruta que se inicia a pie en la Hoya del Portillo y que nos llevará hasta el refugio por un magnífico recorrido que nos impresionará durante 2h-2'30h., y de dificultad baja.

También existe la posibilidad de subir en el microbús del **Servicio de Interpretación de Altas Cumbres**, que sale del municipio de Capileira, llega hasta la zona conocida como Alto del Chorrillo o Mirador de Trevélez a 2.700 m. de altitud, desde donde a pie se tarda 30 minutos en bajar al refugio.

Información y reserva del microbús:

- Teléfono: 958 763 090.
- Móvil: 671 564 406.

ACTIVIDADES DEL VIERNES DÍA 03 DE AGOSTO.

Recepción.

Este día es para que los participantes realicen la subida al refugio Postero Alto por cualquiera de las rutas existentes.

ACTIVIDADES DEL SABADO DÍA 04 DE AGOSTO.

Ya que se trata de las “Jornadas de Puertas Abiertas” del V DÍA DE LOS REFUGIOS F.A.M., la propuesta que se ofrece consistirá en mostrar en primer lugar, un REFUGIO GUARDADO como es el Refugio Poqueira , www.refugiopoueira.com , gestionado y abierto permanentemente por la Federación Andaluza de Montañismo desde 1996, y ubicado a 2.500 m. de altitud, al Pie del Mulhacén en pleno corazón de Sierra Nevada.

En segundo lugar proponemos la ascensión del pico Mulhacén (3.479 m. de altitud) en más alto de la península ibérica, la ascensión al Mulhacén por su cara Oeste. A la llegada de todo el grupo a la Laguna de la Caldera, os mostraremos que es un Refugio Vivac (Vivac La Caldera. 3065 m. de altitud), desde donde las personas que no se consideren capacitadas para realizar la ascensión a la cumbre, podrán regresar al Refugio Poqueira con un guía en unas 2 horas.

Posteriormente al regreso al Refugio Poqueira, presentación de la campaña “Comportamiento responsable” del Parque Nacional de Sierra Nevada. Seguidamente se ofrecerá la comida de Clausura, finalizando estas “Jornadas de Puertas Abiertas” V EDICION DÍA ANDALUZ DE LOS REFUGIOS F.A.M.

Confiamos en que sea de vuestro agrado esta propuesta de “Jornada de Puertas Abiertas”, os rogamos deis la mayor difusión posible a este evento entre vuestros contactos.

Federación Andaluza de Montañismo. www.fedamon.com

Área de Infraestructuras / Comité de Refugios.

Guardería del Refugio Poqueira. www.refugiopoquiera.com

V DÍA ANDALUZ DE LOS REFUGIOS FAM– 2018

REFUGIO POQUEIRA (Sierra Nevada/ Capileira)

Ascensión guiada al Mulhacén

RECORRIDO:

Ruta circular, salida del refugio Poqueira (2.500 m.) La subida se hará por el camino del río Mulhacén, pasando por las inmediaciones de la "laguna del Majano" hasta llegar al "refugio Vivac y laguna de la Caldera".

(En este punto de la ascensión los participantes que lo deseen, podrán regresar al Refugio Poqueira con un guía en unas 2 horas).

Continuaremos la ascensión por la cara Oeste del Mulhacén hasta la cumbre

El regreso lo haremos por la loma del Mulhacén hasta el "Alto del Chorrillo" descendiendo por la "cañada de la Iglesia" hasta el "refugio Poqueira".

Duración: Salida del refugio a las 08:00 h regreso a las 14:00 h aprox.

CARACTERISTICAS DE LA RUTA.

- **DISTANCIA:** 13 Km.
- **DESNIVEL POSITIVO:** + 988 m.
- **DESNIVEL NEGATIVO:** - 990 m.
- **COTA MÁXIMA:** 3.479 m. (pico Mulhacén)
- **COTA MÍNIMA:** 2.500 m. (refugio Poqueira)
- **TIEMPO ESTIMADO:** 06:00 h.
- **CALIFICACIÓN M.I.D.E:** 3.3.3.3
- **DIFICULTAD:** MEDIA - ALTA.

RECOMENDACIONES PREVIAS:

No es necesario tener una gran preparación física sin embargo si estar físicamente preparado para no alterar el normal desarrollo de la actividad ni retrasar al resto del grupo puesto que estamos sujetos a unos horarios; por lo que recomendamos a las personas que participen no padecer ninguna enfermedad o lesión que le impida realizar la actividad.

Si por inclemencias meteorológicas no se pudiera realizar la ruta se decidirá su suspensión el mismo día de la misma por decisión del coordinador de la actividad previa consulta con los representantes de la FAM.

Las actividades de senderismo estarán coordinadas por Técnicos de la Escuela Andaluza de Alta Montaña de la Federación Andaluza de Montañismo.

Equipo recomendable:

Mochila 15 a 25 litros de capacidad, Calzado de montaña, ropa de abrigo, **Gorra**, gafa de sol, crema protectora de sol, camiseta y calcetines de repuesto, opcional bastones de senderismo.

Comida:

Agua 1'5 L., frutos secos, barritas energéticas o bocadillo, "evitar llevar bebidas gaseosas".