



LA ISLA-PRADERA DE COTOS-MIRADOR DE LOS

ROBLEDOS-LA ISLA

Fecha: 24 de Septiembre de 2022

Nivel: **MEDIO**

Kms.: 18,500

INDICE IBP-83

Desnivel subida: 750 mts. Desnivel bajada: 750 mts

Lugar y hora de salida: Buelo Vallejo, 8 horas de la mañana

Desayuno:  Si **Pan:**  Si **Fuentes en el camino:**  NO

Tipo de pista: pistas forestales, caminos anchos, senderos y algún tramo sin caminos definidos (campo a través).

Descripción: Iniciamos la ruta en el área recreativa de La Isla, próxima al Monasterio del Paular, en la carretera M-604 que sube al Puerto de los Cotos. Caminaremos por un sendero que se dirige al pequeño embalse de la Presa del Pradillo que dejamos a nuestra izquierda. Seguimos por el sendero hasta que, cerca de unas pozas de agua, hay que cruzar el río Lozoya para tomar la Colada del Camino de las Vueltas.

Continuamos por este camino, cruzando el río varias veces por puentes, uno de ellos es el Puente de la Angostura, hasta llegar al arroyo de Cotos, donde abandonaremos el sendero, para después de cruzar por un puente de madera, ascender próximos al arroyo y sin senderos definidos para buscar la Pradera del Puerto de los Cotos.

Por la amplia pradera cruzamos la carretera M-604 y cogemos el GR-10-4 o también llamado Camino Viejo del Paular. Pasaremos el arroyo de la Laguna de Peñalara, cerca de la Sillada de Garcisancho y se continúa descendiendo (hay algunos tramos complicados con piedras sueltas) hasta que en las proximidades del arroyo de la Laguna de los Pájaros, abandonamos el GR que nos llevaría hasta El Paular, para coger hacia la derecha la Colada del Camino de las Vueltas. Por esta pista vamos a llegar a una gran explanada tipo pradera donde está el Mirador de los Robledos con el monumento al Guarda Forestal (hay unas excelentes vistas).

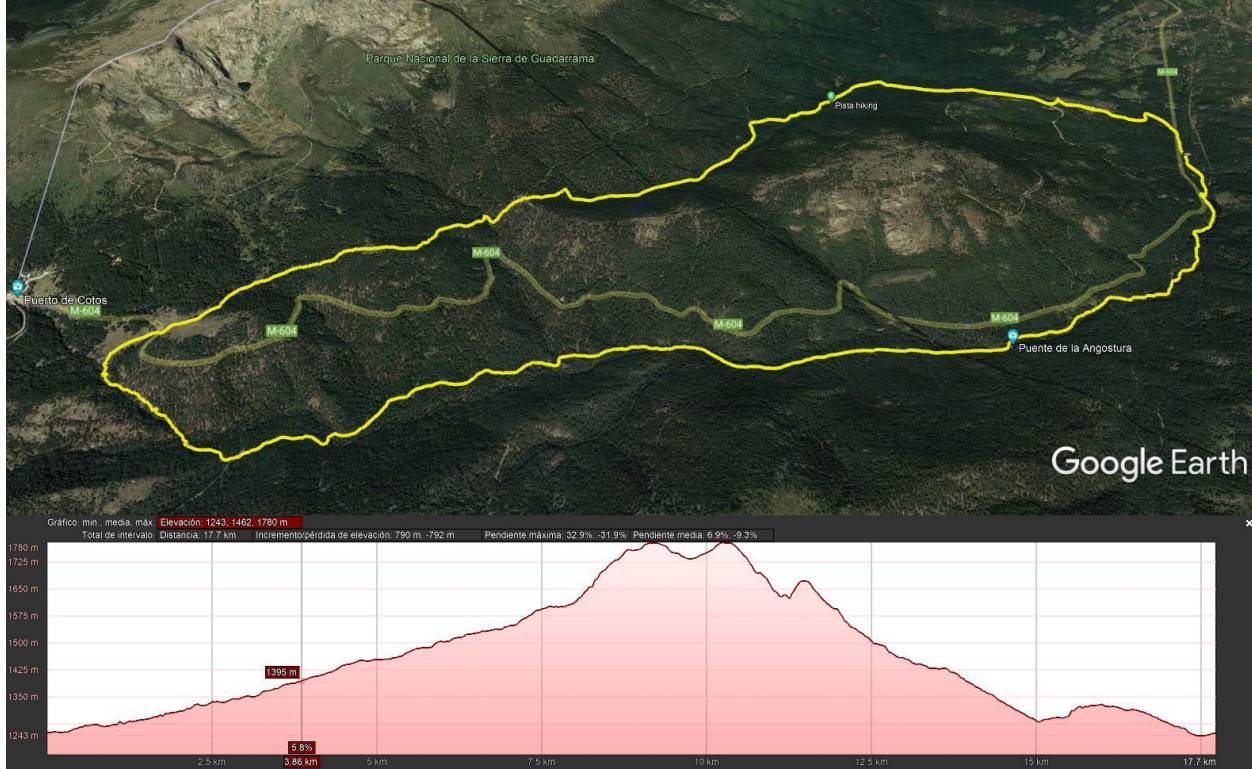
Desde aquí solo nos queda bajar un trecho por una pista asfaltada hasta la carretera, que cruzamos y en unos pocos metros presentarnos en el parking de la Isla donde acaba nuestra caminata de hoy.

Es una ruta que transcurre por parajes de robles, pinos y algún acebo. **Es de un nivel medio.**

Los desniveles más significativos son: Entre los kms. 8,2 y 9 se ascienden 150 m. (17,50%) y entre los kms. 11,6 y 11,8, se sube 48 m. (es un ascenso muy corto, solo 200 m. lineales, pero muy pronunciado, tiene una pendiente del 21%).

En cuanto al descenso, entre los kms. 11,8 y 15,5, se pierden 385 m. (10,50%). Como hemos comentado antes, en el descenso hay tramos con abundantes piedras sueltas por lo que tendremos que extremar las precauciones.

Obligatoriamente hay que llevar **calzado de montaña y abundante agua**. Además, es conveniente llevar también bastones, alguna prenda de abrigo, chubasquero, barritas energéticas, fruta, frutos secos y la comida que cada uno considere.



Inscripción de socios: martes 6 de Septiembre de 2022 a partir de las 20 horas, por Whatsapp, mensaje por socio

Precio:

- **Socios federados : 12 €**
- **Socios no federados : 15 €**



**Centro Cultural de las Artes (Teatro Buero Vallejo)
 c/ Los Robles, s/n. 28921-ALCERCÓN (Madrid)**