

COLLADO MEDIANO CAMINO ACTIVO

Red de caminos y senderos de Collado Mediano
por una vida activa y saludable.

El Ayuntamiento de Collado Mediano en colaboración con la Consejería de Deportes de la Comunidad de Madrid, han desarrollado una red de caminos y senderos para descubrir el entorno natural del municipio a través del senderismo, propiciando al mismo tiempo, conductas para conseguir un estilo de vida activo, saludable y en contacto con la naturaleza.

La red de caminos con inicio y fin en el Polideportivo de Collado Mediano ofrece tres niveles de dificultad en tres propuestas diferentes; **El Camino de Miaccum**, el más sencillo por trazado y desniveles, el **Camino del Jaralón** de nivel medio, y que recorre la falda de la Sierra del Castillo, y el de mayor dificultad, **El Camino del Castillo**, hasta la misma cumbre de esta elevación de excepcionales vistas. A través de ellos, conocerás la enorme riqueza natural del municipio, limítrofe con el Parque Nacional Sierra de Guadarrama, disfrutando de la calma de parajes poco masificados, y de las vistas de extraordinarios miradores de las cumbres y piedemonte serrano.

Sin duda una buena forma de mejorar nuestra salud, practicar deporte y mantenernos en contacto con la naturaleza que te ofrece Collado Mediano. ¡DISFRÚTALO!

Flora y fauna en Collado Mediano

La flora y la fauna en Collado Mediano es diversa y en gran medida consecuencia de la evolución que en los últimos siglos han sufrido los diferentes usos del territorio: agrícolas, distintas formas y especies de pastoreo, cinegéticos y sociales.

Los extensos bosques primigenios poblados de alcornoques, encinas, robles o grandes enebros, han quedado muy reducidos, debido a casi dos mil años de uso y explotación de la tierra mediante tala de árboles, pastoreo, cultivos o incendios.

Las replantaciones de Pino Negral y Silvestre en la década de los 40, son las que componen el grueso de nuestra masa forestal actual, junto con algunas encinas, alcornoques y enebros de menor diámetro. Junto a estos podremos encontrar escaramujos, majuelos, rosal silvestre, jaras y retamas, todas ellas especies características de la sierra de Guadarrama.

Respecto a nuestra fauna, aún contamos en la Sierra del Castillo, con la presencia de mamíferos como el corzo, el jabalí y el zorro, contando también con el vuelo de aves depredadoras como ratoneras, culebreras, cernicalos, águilas reales, o en verano milanos negros y reales.

Caminar en silencio, nos permitirá escuchar también, el sonido de aves de menor tamaño como herrerillos, carboneros, golondrinas, tórtolas, o codornices.

Normas de comportamiento y limitaciones a tener en cuenta.

Es importante que usted sepa que en las zonas por donde trascurren los caminos

NO SE PERMITE:

1. Hacer fuego.
2. Acampar o pernoctar.
3. Perturbar la tranquilidad de la naturaleza.
4. La caza.
5. Abandonar toda clase de residuos o basuras.
6. Introducir especies nuevas de la fauna salvaje y la flora silvestre.
7. Causar molestias a la fauna y dañar la flora. Observa los animales de lejos y evita generar ruidos. En época de nidificación, de marzo a julio, el respeto a las aves ha de ser máximo. Se ruega en esta época, no permanecer durante tiempo prolongado, en el tramo de cumbres del Camino del Cerro del Castillo.
8. Recolectar animales, plantas, minerales o rocas.
9. Llevar perros sueltos.
10. Entrar en fincas privadas.
11. Deteriorar la señalización, recolectar, destruir o alterar elementos de interés arqueológico, histórico o geológico.
12. Utilizar megafonía, ruidos o altavoces de sonido que puedan alterar la tranquilidad natural del lugar.
13. Circular por zonas no habilitadas.
14. Verter basuras y utilizar jabones y detergentes en fuentes, ríos y otros cursos de agua.

¡AYÚDENOS A CONSERVAR EL ENTORNO!

Consejos y recomendaciones para disfrutar los Caminos Activos

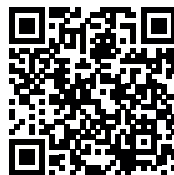
- Respete la naturaleza del lugar, sus valores culturales y naturales, las plantas, los animales y los fósiles. Prepare con detalle sus excursiones. Lleve el equipo adecuado para cada itinerario.
- Infórmese de las previsiones meteorológicas. Atención a los cambios bruscos de tiempo. Aprenda a renunciar.
- En verano, las tormentas eléctricas son frecuentes. En previsión de tormenta evite las crestas o prominencias sobresalientes expuestas a los rayos, así como las crecidas de ríos y arroyos.
- Elija recorridos que se adapten a sus posibilidades.
- Para evitar extravíos, salvo por motivos justificados, no abandone los senderos ni tome atajos.
- No sobrevalore sus propias fuerzas. Vaya acompañado. No olvide el tiempo necesario para el regreso.
- Las superficies mojadas, especialmente las rocas, son muy resbaladizas.
- Si se pierde por la niebla u otra causa, mantenga la calma y pida socorro. Nunca intente avanzar de noche y por terreno desconocido.
- Procure madrugar y aprovechar las horas frescas de la mañana.
- Es conveniente aprovisionarse de agua antes de comenzar.

Teléfonos de información y Socorro.

GRUPO RESCATE EN ALTURA BOMBEROS CAM: 112
GUARDIA CIVIL: S.E.R.E.I.M. Puerto de Navacerrada 91 852 10 12
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL COLLADO MEDIANO: 91 855 75 78



Proyecto cofinanciado con el Programa de Colaboración Institucional para el desarrollo de Proyectos de Actividad Física y Salud. Consejería de Deportes de la Comunidad de Madrid



ENTRA Y DESCÁRGATE LAS RUTAS:

Cómo acceder a los contenidos:

Abra el lector de códigos QR de su dispositivo móvil.

Enfoque con su dispositivo móvil el código, encuadrándolo dentro del marco.

Espere a que lo escanee y aparezca la página de contenidos.

Cómo descargar el lector de códigos QR:

En dispositivos iPhone o Android entrar en App Store o Play Store y descargar la aplicación "BIDI".

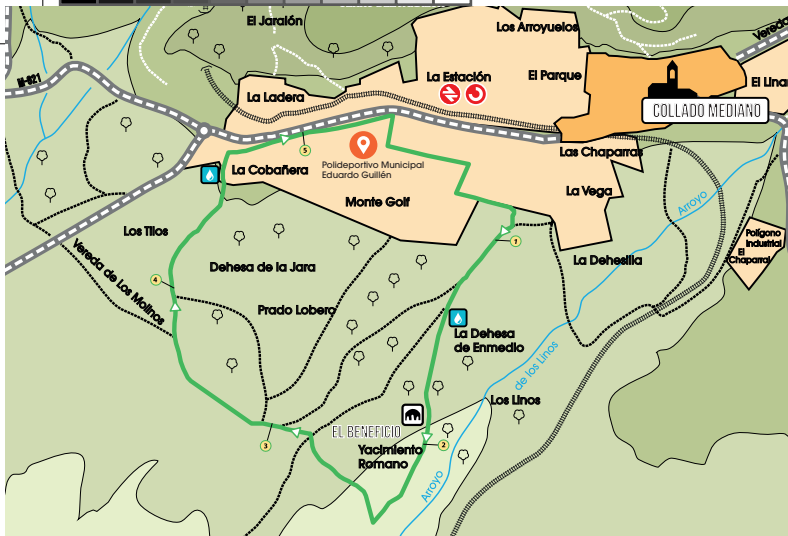


CAMINA, CONOCE,
DISFRUTA, MUÉVETE
POR UNA VIDA ACTIVA Y
SALUDABLE



AYUNTAMIENTO DE
Collado Mediano

Más información: www.aytocolladomediano.es

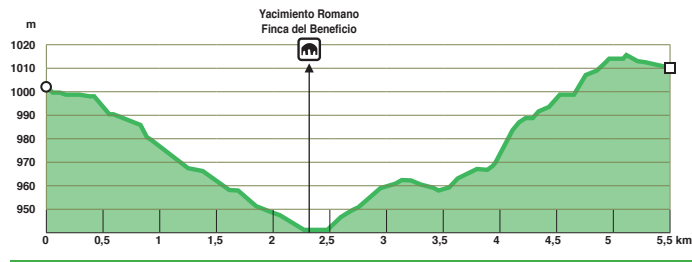


EL CAMINO DE MIACCVM



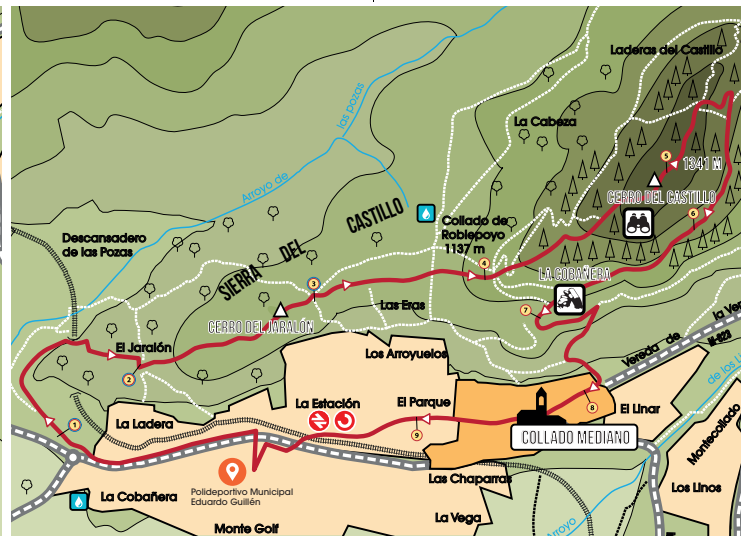
El camino de Miaccum recorre por cómodas pistas, la dehesa de encina y fresno del municipio de Collado Mediano. Este paisaje de indudable belleza, conserva parajes armoniosamente humanizados con importantes valores históricos y culturales que constituyen hoy en día, la herencia de los modos de ocupación y aprovechamiento de las tierras del pie de monte serrano desde hace siglos.

El camino pasa por el Centro de Interpretación y el Yacimiento Romano de Miaccum, situado concretamente en el paraje conocido como "El Beneficio". El complejo arqueológico, fue una antigua posada romana con varias estancias bien diferenciadas y que se puede visitar de forma guiada, previa solicitud en el Ayuntamiento. Desde el Yacimiento, el camino retorna al casco urbano, por la Dehesa Municipal y la Fuente del Ramiro.



SALIDA Y LLEGADA: POLIDEPORTIVO MUNICIPAL EDUARDO GUILLÉN

DATOS TÉCNICOS: • Distancia: 5,5 km • Desnivel: 83 m
• Horario aproximado: 1 hora y 30 minutos

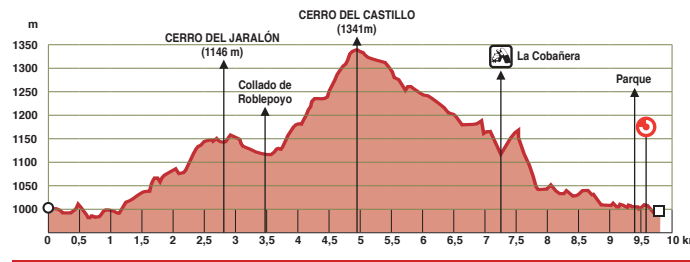


EL CAMINO DEL CASTILLO



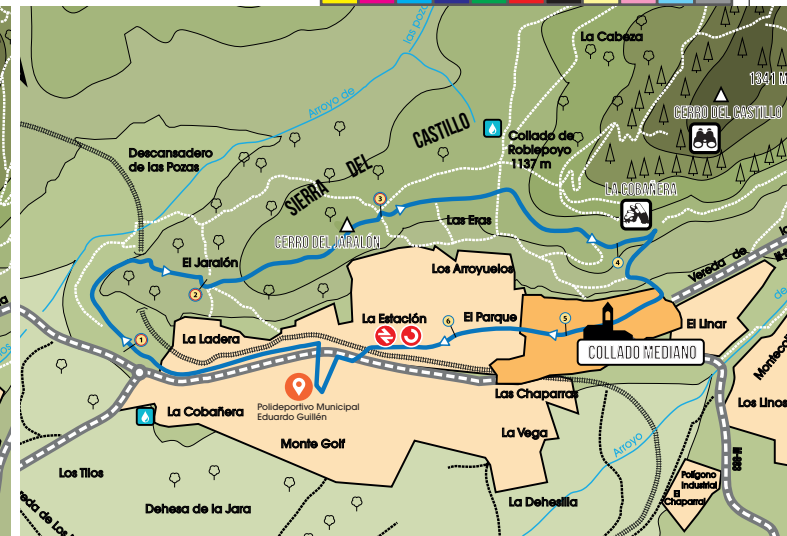
El Camino del Castillo, el mayor de los tres en cuanto a desnivel, distancia y dificultad, comparte tramo con el del Jaralón, hasta el Collado de Roblepolo. Desde aquí, asciende por sinuosos caminos en busca de la cumbre del Cerro del Castillo con 1341m de altitud, donde nos espera un impresionante mirador de extraordinarias vistas 360° de gran parte de la Sierra de Guadarrama, pie de monte serrano y varios municipios de la zona.

Desde el mirador, el sendero recorre la línea de cumbres, para descender bruscamente a la derecha hasta las pistas forestales de la vertiente Sur, pasando por la Casa del Guarda y enlazando de nuevo con el Camino del Jaralón para retornar al pueblo de nuevo.



SALIDA Y LLEGADA: POLIDEPORTIVO MUNICIPAL EDUARDO GUILLÉN

DATOS TÉCNICOS: • Distancia: 10 km • Desnivel: 357 m
• Horario aproximado: 3 horas y 30 minutos



EL CAMINO DEL JARALÓN

El camino del Jaralón transita por la ladera sur de la Sierra del Castillo por los montes del Jaralón y Cerro del Castillo a través de sendas, caminos y pistas forestales. El recorrido remonta por senderos, el Valle del Arroyo de Pozas hasta la cumbre del Jaralón, importante mirador de preciosas vistas sobre el municipio de Collado Mediano. Desde allí, y ya sin ganar altura, alcanzamos el collado de Roblepolo, donde podremos disfrutar de preciosas vistas de la Sierra de Guadarrama hacia la vertiente norte de esta pequeña sierra.

El camino transcurre ahora por cómodas pistas, para descender después hasta el casco urbano pasando por las inmediaciones del Monumento Natural de la Cabañera, monolito granítico que figura en el escudo del municipio.



SALIDA Y LLEGADA: POLIDEPORTIVO MUNICIPAL EDUARDO GUILLÉN

DATOS TÉCNICOS: • Distancia: 6,5 km • Desnivel: 185 m
• Horario aproximado: 2 horas y 20 minutos