

## NUESTROS PRIMEROS PASOS POR EL CORAZÓN DE LA SIERRA DEL RINCÓN, RESERVA DE LA BIOSFERA

Crónica de la vigesimoprimera ruta de senderismo, Grupo Seniors, el 19 de junio de 2024.

Comenzamos en el Puerto de la Puebla, con espectaculares vistas panorámicas que no nos abandonarán en ningún momento durante todo nuestro recorrido.

En esta ocasión, y a unos 90 km de Madrid, nos dirigimos, el Grupo de Senderistas Senior de ICAI, a dar nuestros primeros pasos por la Sierra del Rincón.

Veníamos por la A1, salida 76, y después M137 hacia Prádena del Rincón. Pasamos por la Estación de Comunicaciones por satélite de la CTNE “Ganduñas – Piñuecar” y en la entrada de Prádena giramos a mano derecha hacia el Puerto de la Puebla, donde ya encontramos el Parking. Con la puntualidad que nos caracteriza, a las 9,06 am comenzamos esta vigesimoprimera ruta en el Mirador de la Sierra de Guadarrama, a 1638 m. El grupo es



Mirador de la Sierra del Guadarrama

Tenemos tiempo inestable con posibilidad de precipitaciones y una temperatura más bien fresquita para la época, pero muy agradable para la caminata que nos espera. Javier, con buen criterio, cambia un poco el itinerario y nos ponemos como objetivo inmediato subir a Peña de la Cabra, antes de que pueda llegar a llover. Él conoce las subidas a los picos por terrenos de mucha piedra, tan bonitos como duros y es preferible hacerlas sin lluvia.

reducido hoy, con catorce compañeros senderistas más nuestro incondicional guía Javier Ramas. Quizás algunos de nuestros compañeros habituales estén recorriendo otros senderos en su viaje a México.

La Sierra del Rincón fue declarada Reserva de la Biosfera por la Unesco en 2005, debido a una serie de características y valores que justifican su importancia ecológica, cultural y social.

Ya en el Mirador, tuvimos una impresionante vista panorámica que nos muestra desde Peñalara, La Mujer Muerta, Siete Picos, Cabeza de Hierro, Cuerda larga y La Cabrera, hasta Somosierra.



Vistas desde el Mirador de Guadarrama



**Paisaje de pinos al inicio de la subida**

Y así, bien abrigaditos, nos encaminamos, entre pinos silvestres, vamos a por nuestro objetivo.

En una primera parada divisamos la Sierra de Ayllón y su pico del Lobo, así como todo el Valle de esta preciosa Sierra, la Sierra Pobre de Madrid o Sierra del Rincón. En ella se esconden cinco pueblos que han sobrevivido al abandono, pero que hoy son joyas de la zona, aun por descubrir por muchos de nosotros, que son Prádena del Rincón, Horcajuelo de la Sierra, Montejo, La Hiruela y Puebla de la Sierra.

Pinos que van desapareciendo a medida que vamos cogiendo altura. Ya divisamos Peña de la Cabra, una impresionante mole de granito que se eleva sobre todos los montes circundantes.

Por el Collado de la Tiesa encaminamos la subida. Se trata de una zona abierta con poca hierba, pero con un paisaje muy particular por multitud de lajas de pizarra, curiosamente inclinadas en la misma dirección, como vencidas por el viento.



**Lajas de pizarra que se encuentran en zonas altas**



**Subida a Peña de e la Cabra y nosotros divisando al frente las tres provincias**

Hacemos otra parada para deleitarnos de la vista del Pico Santuy, de altitud 1927 m, que forma parte del cordal central de la sierra de Ayllón. Las vistas son maravillosas.



**Seguimos abrigados a pesar de la subida**

Ya a pie de cumbre tomamos un sendero con buena pendiente, que asciende abriéndose paso entre rocas y brezos hasta la misma cumbre. A algunos, esta subida, de trepada corta con piedras sueltas, se nos hace dura. Es el momento en que todos nos ponemos en disposición de ayudar para juntos alcanzar la cumbre. ¡Y lo conseguimos!

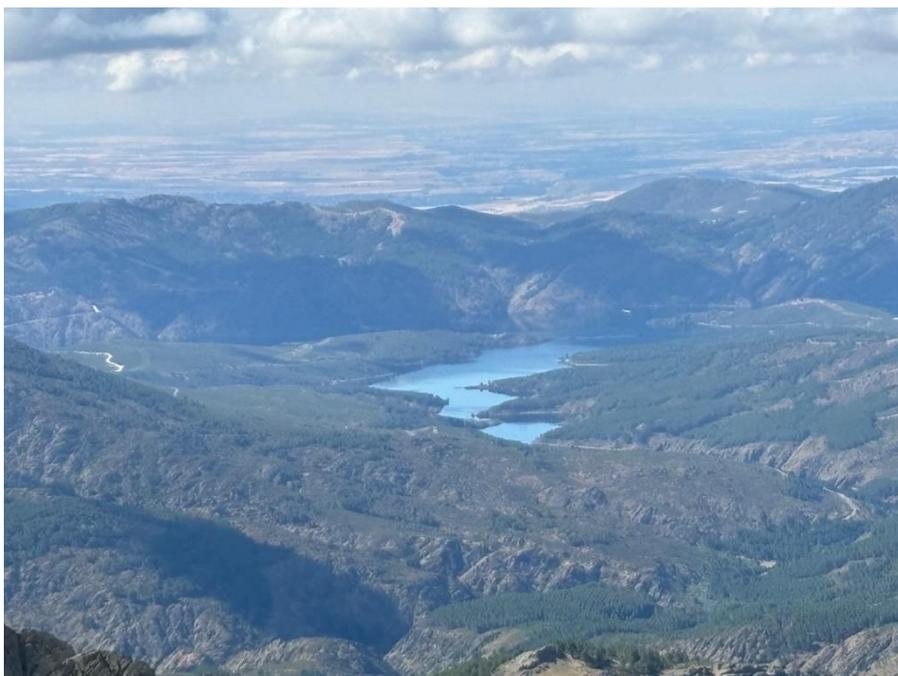


**Llegando a Peña de la Cabra**

Peña de la Cabra es sin duda una de las atalayas más espectaculares de toda la Sierra Norte, con sus 1824 m de altitud y sin cumbres vecinas que le hagan “sombra” nos regala una panorámica 360 grados sobre la Sierra Norte y Ayllón.

Las vistas son extraordinarias, todo un circo de montañas nos rodea: El Macizo de Peñalara, la Cuerda larga, el Cerro de San Pedro, la Sierra de la Cabrera, los Montes Carpetanos con el Puerto de Navafría, Somosierra, la Sierra de Ayllón con Peña Cebollera o el Pico de las Tres Provincias (2.128 m). Este último llamado así por marcar el límite entre Madrid, Segovia y Guadalajara, en cuyas estribaciones nace el río Jarama. También el Pico del Lobo (2.274 m). No podía faltar en esta grandiosa panorámica el emblemático Pico Ocejón.

Un auténtico deleite para la vista. Una panorámica de 360 grados que no nos deja indiferente a ninguno y desde la que, además, divisamos el Valle de Lozoya con los embalses de su cuenca, que abastecen de agua a Madrid, como Pinilla, el Atazar, Riosequillo y Puentes Viejas y hacia Madrid, las llanuras del Jarama.



**Embalse del Atazar**

Tiempo para fotos, un descanso y disfrutar del “momento plátano”. Mas encantador... imposible. ¡¡¡Un auténtico placer para los sentidos!!!



**La cronista en Peña de la Cabra**



**Descanso en Peña de La Cabra**

Nos acompañan algunas mariquitas. Existe en la zona colonia de ellas, tan beneficiosas por su papel en el control de plagas como por su papel en la polinización.

Iniciamos el descenso. No vamos a hacer la Peña del Águila, a la que antes hemos tenido oportunidad de ver. También imponente. En su lugar nos encaminamos a otra cumbre.

Subidas, bajadas, digno de ver el perfil, paisaje singular de montaña que ofrece preciosas sensaciones.



**Peña del Águila al fondo**



**Paraba bajando del Peña La Cabra**

Otra belleza en nuestra ruta. El cantueso, planta aromática con flores púrpuras, también conocida como lavanda. Agrupaciones de esta planta silvestre nos acompañan para deleite de nuestra vista, camino a unas antenas de telefonía (1737 m), que hacen las veces de esa, nuestra segunda cumbre, nuevamente con privilegiadas panorámicas en todas las direcciones, en las que ahora incluimos La Puebla de la Sierra, y el Hayedo de Montejo



**Cumbre de las antenas**



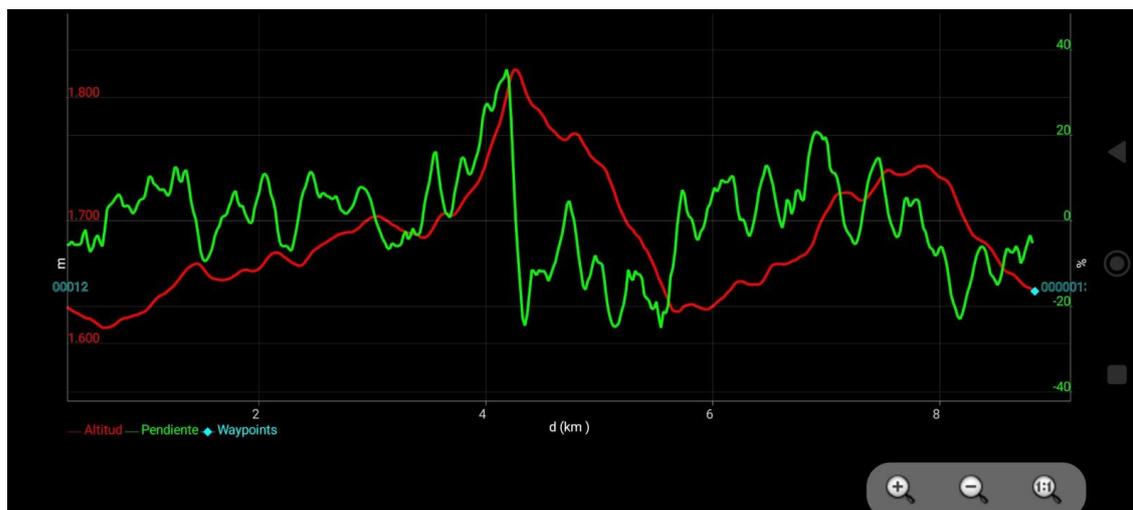
**Cuarcitas**

También nos acompañan, ya casi en la cima, una buena agrupación de cuarcitas, rocas metamórficas de gran contenido en cuarzo, de color blanco, muy llamativas.

Iniciamos el regreso hacia el parking, pasando por una zona pesada de andar, de pizarras sueltas, justo antes de adentrarnos en la zona de pinos, próxima ya al Puerto del Rincón.

Grupo obediente y disciplinado, siguiendo a nuestro excelente guía llegamos al punto de encuentro con ganas enormes de disfrutar la cervecita y comida que nos espera.

Culminar esta ruta ha sido todo un premio por esas vistas tan increíbles que nos muestra esta Reserva de la Biosfera y por haberlas disfrutado en tan selecta compañía. ¡Y sin lluvia!



**Perfil de la ruta**

Y como en todas nuestras rutas, el maestro Javier nos enseña cosas que van más allá del senderismo. En esta ocasión y al vislumbrar lo que parecía ser un milano en su vuelo, nos explica que la palabra “amilanarse” viene, precisamente, de esta ave que cuando se echa encima de algún animalillo lo acobarda e incluso lo deja paralizado.

También el origen de la palabra cantimplora, recipiente metálico de todos conocido, que viene del catalán canta/plora, canta y llora, que es el ruido que hace cuando se vacía.

Nos dirigimos ahora, sobre las 13,30 h, al Restaurante El Picachuelo, cercano al pueblo del Berrueco. Un restaurante con encanto muy apropiado para celebrar la comida de “fin de curso”. Espectaculares vistas al Embalse del Atazar desde una preciosa terraza y una mesa muy bien preparada para la ocasión. Nos despedimos hasta septiembre, nos entra la nostalgia y los sentimientos a flor de piel ponen de manifiesto lo que disfrutamos en estas rutas, la gente tan sanota que somos todos, el grupo tan encantador que hemos formado. Por supuesto, nuestro agradecimiento a Javier, nuestro guía, y a Carlos nuestro organizador, que tan desinteresadamente nos llevan por esos preciosos caminos y en los que confiamos plenamente. Siempre poniendo ese puntito de aventura y sorpresa con el que nos sentimos entusiasmados y seguros.



**¡¡Lo mejor de la ruta¡¡**

Como senderista del Grupo Senior, desde la primera ruta, y hoy cronista, quiero decir que me siento muy feliz de haber iniciado esta actividad y de formar parte de este gran equipo, que somos los Senderos Cercanos, al que invitamos a todos nuestros compañeros.

Agradezco también a los fotógrafos el material proporcionado, y me despido deseando unas Felices Vacaciones de verano a TODOS.

***Marisa Valle Viana***  
***Grupo de Cronistas Senior***