

LA CABRERA – PICO DE LA MIEL – CANCHO GORDO

RUTA DE SENDERISMO



FECHA: 28 – MARZO – 2026

PRECIO: 6€ con Carnet Usuario o Federados
8€ sin Carnet Usuario No Federados

INSCRIPCIONES: Hasta el día 26 de Marzo 2026

Se informa a los interesados que, a partir de la fecha indicada, no se admitirá ni se tramitará ninguna inscripción.

TELÉFONO: 91 – 844 39 75 Oficina de
Pabellón de Deportes

TIPO DE RUTA: Circular

DIFICULTAD DE RUTA: Consulta Tabla de Niveles

NIVEL 3 - MEDIO /Aprox. 6h/13km/DESNIVEL ACUMULADO: +670m / 1545-1068

SALIDA: A las 09.00 horas desde La Cabrera.

(Max. 30 personas)

ESTA RUTA PODRÁ SUFRIR VARIACIONES DE DURACIÓN Y/O TRAYECTO SIEMPRE QUE EL GUÍA LO ESTIME NECESARIO.



Ayuntamiento de
**MIRAFLORES
DE LA SIERRA**

Concejalía
DEPORTES

INFORMACIÓN DE LA RUTA

LA CABRERA – PICO DE LA MIEL – CANCHO GORDO

Hola senderistas

Haremos una ruta circular por el entorno de la cabrera. Comenzamos con una buena subida hacia el Pico de la Miel (1.392 m). Las vistas desde arriba son espectaculares y es un lugar muy popular entre los escaladores.

Continuamos hacia el collado Alfredo, sin dificultad técnica, luego al Cancho Gordo con algún paso más técnico disfrutando del vuelo de los buitres sobre los cortados. Allí haremos una pequeña parada para fotos y picoteo.

En la cima encontraremos unas vistas preciosas al Mondalindo, Somosierra y toda la cuerda de La Sierra de La Cabrera.

En resumen: una ruta sencilla, bonita y muy completa, con paisajes graníticos que recuerdan a nuestra querida Pedriza. Algún tramo que son de más pedrea que tendremos que utiliza la técnica, pero sin ninguna dificultad.

Serán unos 13 km y unos 600 m de desnivel.

ESTA RUTA PODRA SUFRIR VARIACIONES DE DURACIÓN Y/O TRAYECTO SIEMPRE QUE EL GUIA LO ESTIME NECESARIO.



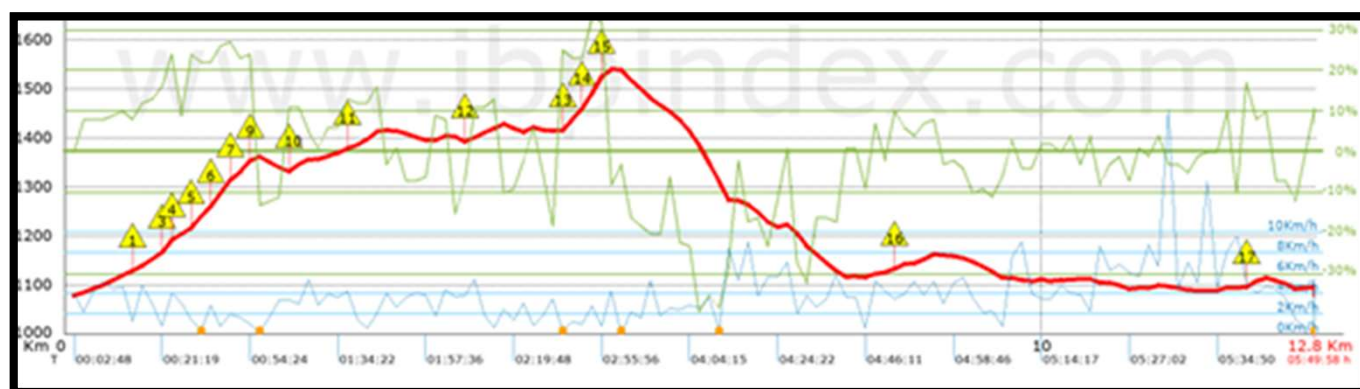
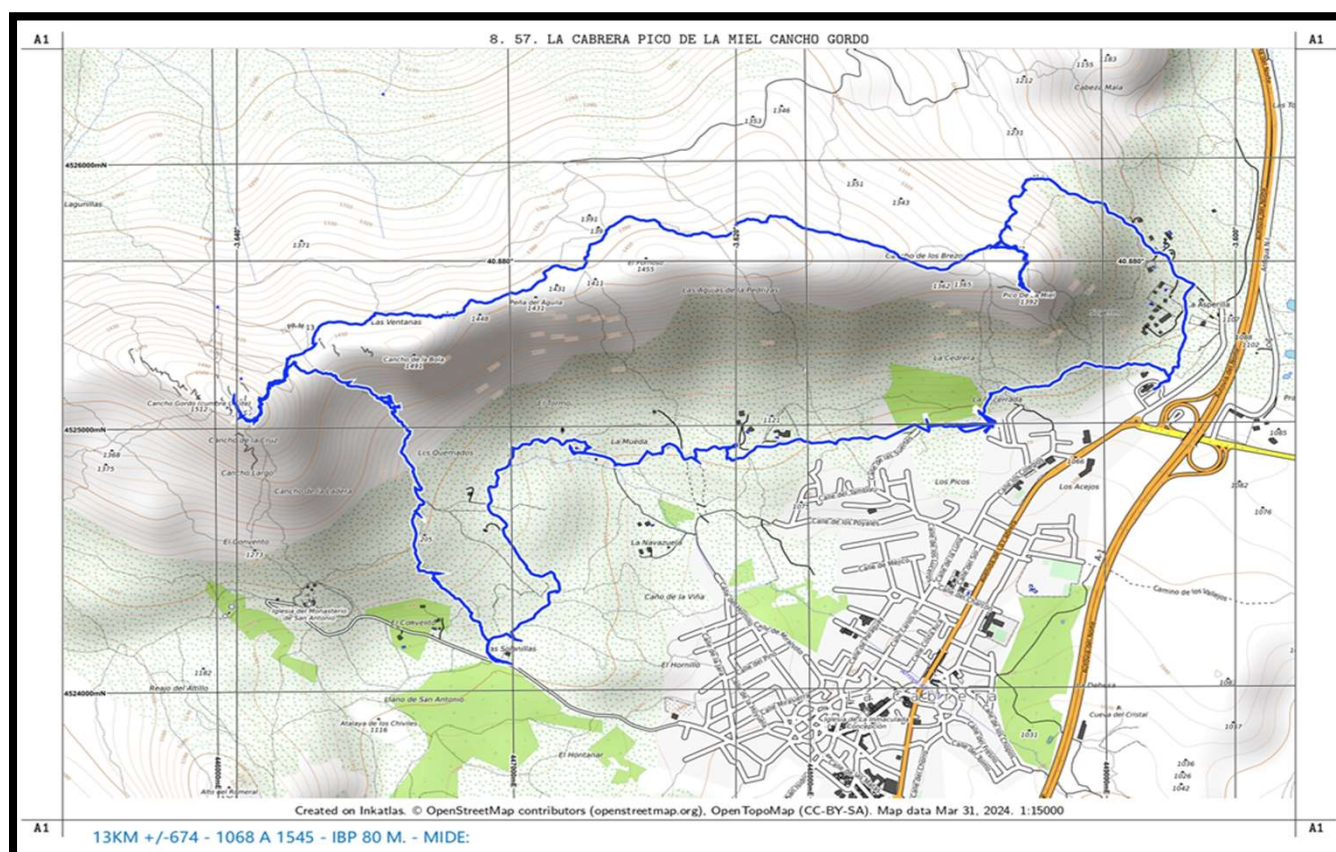
Ayuntamiento de
**Miraflores
de la Sierra**

Concejalía
DEPORTES

INFORMACIÓN DE LA RUTA

LA CABRERA – PICO DE LA MIEL – CANCHO GORDO

MAPA DE LA RUTA



ESTA RUTA PODRÁ SUFRIR VARIACIONES DE DURACIÓN Y/O TRAYECTO SIEMPRE QUE EL GUÍA LO ESTIME NECESARIO.



Ayuntamiento de
Miraflores
de la Sierra

Concejalía
DEPORTES

INFORMACIÓN DE LA RUTA

LA CABRERA – PICO DE LA MIEL – CANCHO GORDO

TABLA DE NIVELES

NIVEL DE LA RUTA: **3 MEDIO – COLOR ROJO**



Ayuntamiento de
**MIRAFLORES
DE LA SIERRA**

Concejalía
DEPORTES

RUTA DE SENDERISMO

N I V E L E S



Nivel 1: INICIACIÓN



DISTANCIA
De 8-10 Km



DURACIÓN
3-4 h



DESNIVEL
Hasta +300 m

FORMA FÍSICA:
Sedentario o actividad ocasional.

EXPERIENCIA:
Ninguna.

TERRENO:
Pistas forestales y senderos cómodos.
Sin tramos técnicos.



Nivel 2: BAJO



DISTANCIA
De 8-12 Km



DURACIÓN
4-5 h



DESNIVEL
+300-500 m

FORMA FÍSICA:
Caminatas con cierta frecuencia.

EXPERIENCIA:
Alguna ruta sencilla.

TERRENO:
Senderos de montaña.
Puede haber piedras, gradas o tramos
irregulares.



Nivel 3: MEDIO



DISTANCIA
De 10-15 Km



DURACIÓN
5-6 h



DESNIVEL
+500-800 m

FORMA FÍSICA:
Haces deporte semanalmente.

EXPERIENCIA:
Acostrumbrado a rutas de montaña.

TERRENO:
Senderos estrechos e irregulares o trochas.
Tramos técnicos: Uso ocasional de las
manos para progresar.



Nivel 4: ALTO



DISTANCIA
De 12-18 Km



DURACIÓN
6-8 h



DESNIVEL
+800-1100 m

FORMA FÍSICA:
Buena forma física.

EXPERIENCIA:
Rutas de montaña frecuentes.

TERRENO:
Terreno técnico.
Caos de bloques, pedreras o gradas.
Trepadas fáciles (grado I-II).



Nivel 5: MUY ALTO



DISTANCIA
+15 Km



DURACIÓN
8 h ó +



DESNIVEL
+1100 m

FORMA FÍSICA:
Muy buena.

EXPERIENCIA:
Experiencia habitual en montaña.

TERRENO:
Terreno técnico continuo.
Trepadas frecuentes.



Ayuntamiento de
**Miraflores
de la Sierra**

Concejalía
DEPORTES