
Próxima Ruta: Peña Cabarga

Fecha	Domingo, 15 de abril 2016
Horario aproximado	10:00 - 18:30
Lugar de encuentro	Monasterio de Suesa
Distancia	14-15 km.
Requisitos para la participación	1. Rellenar el formulario de inscripción antes del sábado 14 a las 14.00. 2. Valorar las posibilidades físicas de cada uno para realizar la ruta.

Sobre la ruta

Como ya sabréis, el próximo domingo 15 haremos la próxima ruta del Respira. Respirando a pleno pulmón.

Quedaremos en el Monasterio de Suesa a las 10.00.

La ruta que proponemos este domingo girará en torno a la Bahía de Santander. Nos desplazaremos a Cabárceno (pueblo) y desde allí nos dirigiremos caminando, por esos típicos caminos rojizos propios de las zonas ricas en hierro, hacia lo alto del macizo de Peña Cabarga. Ya arriba iremos cumbreando en dirección al repetidor, entre fantásticas vistas a la zona sur de Cantabria, a la bahía de Santander, Peña Sagra, casi toda la costa de Cantabria... hasta llegar al repetidor.

La bajada la haremos desde éste en dirección Pámanes, desviándonos un poco antes para volver hacia Cabárceno. En este trecho encontraremos restos de la antigua explotación minera, los pozos de Valcaba, caminos entre pequeños bosques,...

Si desde Peña Cabarga vimos la bahía desde lo alto, para este domingo tenemos otro plan especial. El fin de la ruta, sobre las 18.00 o 18.30, coincidirá con un paseo en barco por la Bahía de Santander que organiza también la Asociación de Amigos del Monasterio de Suesa con motivo de la próxima festividad de la Trinidad (día 22 de mayo). A este paseo, que comenzará a las 18.30, estamos invitados de forma gratuita, entre otras personalidades, todas las personas que quieran ir del Grupo Respira, y será amenizado con unas interesantes explicaciones de José Antonio sobre la flora y la fauna del lugar.

Ascendemos hasta una altura de unos 550 metros, haciendo un desnivel de unos 400, acumulando un poco más. Serán unas cuatro horas y media o cinco de camino real (sin contar descansos), si bien la distancia no pasa los 14-15 km, al ir en la ascensión más despacio, por pequeñas pistas o caminos de tierra.

Desde Suesa a Cabárceno y vuelta iremos en los coches de algunos de los participantes, como otras veces, y pagaremos entre todos la gasolina a sus conductores.

Comida

Comeremos todos juntos. Cada uno lleva su comida. Si quieres llevar algo para compartir para los ratos de descanso o el café de la sobremesa (termo de café, de té, azúcar o leche condensada,

vasos, cucharillas, bizcochos, frutos secos, dulces variados, quesos, leche frita, crepes, etc. todo aquello que te parezca necesario para mantener la línea con la que comenzamos o mayor...) anótalo por favor en la ficha de inscripción donde pone "café compartido" para que se pueda coordinar lo que llevamos entre todos.

Equipo

Como siempre recordamos, botas (en esta ocasión especialmente si llovizna algo), bastón para el que le resulte útil, agua, protección para la lluvia, frío y el sol, son elementos importantes. En la zona y lugar al que vamos cualquiera de estos elementos se puede presentar. Aquí podéis consultar la previsión del tiempo para que podáis ajustar el equipo.

<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/municipios/penagos-id39048>

AVISO: LA PRÓXIMA RUTA DE JUNIO SERÁ EL DOMINGO 19 (por los motivos electorales que nos requieren a todos el día 26).

¡No olvides inscribirte!

Recibe un fuerte abrazo y...

¡Nos vemos el domingo!