

SENDERISMO



Ayuntamiento de Vilar
Corazón del Poniente

AYUNTAMIENTO DE
VÍCAR

Programa municipal de
Senderismo

TEMPORADA
25/26

Concejalía de Deportes
Ayto. de Vilar



Con el regreso del otoño, dejamos atrás el rigor del verano y abrimos paso a una nueva etapa en la que la naturaleza vuelve a invitarnos a descubrirla paso a paso. Es el momento de recuperar nuestras salidas al aire libre, de volver a caminar juntos y de disfrutar del ejercicio físico en un entorno incomparable. El programa Deporte y Naturaleza 2025–2026 inicia así una nueva edición, con la misma ilusión de siempre y con una propuesta de rutas cuidadosamente seleccionadas para seguir explorando lo mejor de nuestro entorno natural.

Este proyecto, ya plenamente asentado y con una comunidad creciente de participantes, combina de forma ejemplar actividad física, contacto con la naturaleza y convivencia. Caminar por senderos llenos de historia y belleza no solo fortalece el cuerpo, sino que también enriquece el espíritu. Cada ruta ofrece la posibilidad de vivir una experiencia saludable, de desconexión y bienestar, mientras compartimos conversación y compañía en un ambiente cercano y enriquecedor.

El nuevo programa mantiene su espíritu de aventura y descubrimiento, con rutas quincenales que nos llevarán desde los rincones más sorprendentes de nuestra provincia hasta espacios naturales emblemáticos de otras comarcas cercanas. Caminos que atraviesan valles, montañas, riberas y sierras llenas de historia, cultura y biodiversidad. Lugares que aún conservan la esencia de lo auténtico, de lo sencillo, y que nos permiten reconectar con nuestro entorno de una forma respetuosa y activa.

Os invito, una vez más, a que hagáis un hueco en vuestra agenda personal para participar en esta nueva edición. Un programa hecho para disfrutar, para descubrir y para vivir intensamente la naturaleza en buena compañía. Porque caminar juntos no es solo avanzar: es también compartir, cuidar y crecer.

Antonio Bonilla Rodríguez,
Alcalde de Vívar.



Timing de Salidas

05 OCT

La Umbría del Maimón

19 OCT

De Bacares a Siervo

09 NOV

Las Chorreras del Chullo

23 NOV

Pino de la Señora

14 DIC

Pueblos del Poqueira

11 ENE

Las Cuatro Calas

25 ENE

Secretos de Granada y el Darro

08 FEB

Río Verde

22 FEB

Trevélez Capileira

01 MAR

El Río Alhorí

15 MAR

Vereda de la Estrella

5 ABR

Torcal de Antequera

26 ABR

Conjuros de Vúcar

OCTUBRE 2025
DOMINGO 05
MARÍA

LA UMBRÍA del Maimón

P. N. SIERRA MARÍA LOS VÉLEZ



Iniciaremos nuestro recorrido en la localidad de María, a los pies de la sierra, desde donde tomaremos una amplia pista forestal que nos adentrará en la conocida Umbría del Maimón. Este tramo de suave ascenso nos permite caminar entre pinares densos, zonas de umbría y miradores naturales con vistas a la llanura almeriense. Avanzaremos por parajes de gran serenidad, donde el silencio solo se ve interrumpido por el canto de las aves. Poco a poco, nos iremos aproximando a Vélez Blanco, coronado por el imponente Castillo de los Fajardo, joya renacentista del norte de Almería. Una ruta que combina naturaleza, historia y panorámicas únicas en un entorno poco transitado y lleno de encanto

    
15 Km. 400 m+ 5 h. 30' lineal D. Media

MARÍA

05 OCTUBRE

OCTUBRE 2025
DOMINGO 19
BACARES

DE BACARES a Sierro

sierra de los Filabres



Iniciaremos la travesía en el pintoresco pueblo de Bares, enclavado en las alturas de la Sierra de Los Filabres, donde el aire puro y las fuentes naturales marcan el inicio del camino. Desde aquí, ascenderemos suavemente por antiguas sendas de herradura que atraviesan pinares, cortijos en ruinas y barrancos escondidos. El sendero nos guía por algunos de los rincones más bellos y recónditos de la sierra, con vistas abiertas hacia el valle del Almanzora. Disfrutaremos de tramos de sombra y frescor, ideales para caminar con calma y contemplar el paisaje. Finalmente, el itinerario desciende en dirección a Sierro, pueblo blanco que aparece entre bancales y olivares. Una ruta cargada de historia, silencio y naturaleza en estado puro, ideal para quienes buscan conexión con la montaña.



14 Km. 500 m+ 5 h. 30' lineal D. Media

BACARES

19 OCTUBRE

NOVIEMBRE 2025
DOMINGO 09
LA RAGUA

LAS CHORRERAS del Chullo

P. N. Sierra Nevada



Comenzaremos esta ruta circular en el Puerto de la Ragua, punto de partida ideal para rodear el Chullo, el pico más alto de la provincia de Almería. El camino asciende suavemente por pista forestal, entre pinares de repoblación y amplias vistas a la vertiente sur de Sierra Nevada. Alcanzaremos el altiplano donde se encuentra la lagunilla seca, vestigio de antiguos glaciares, rodeada de paisaje de altura y silencio. Desde aquí iniciaremos el descenso por la umbría del Chullo, un entorno sorprendente donde nacen pequeños arroyos, borreguiles y las espectaculares chorreras que caen entre rocas y prados de montaña. Esta ruta nos sumerge en la alta montaña almeriense, combinando geografía extrema y belleza natural, en un itinerario exigente pero inolvidable que vuelve al punto de partida.



18 Km. 500 m+ 6 h. 30' circular D. Media

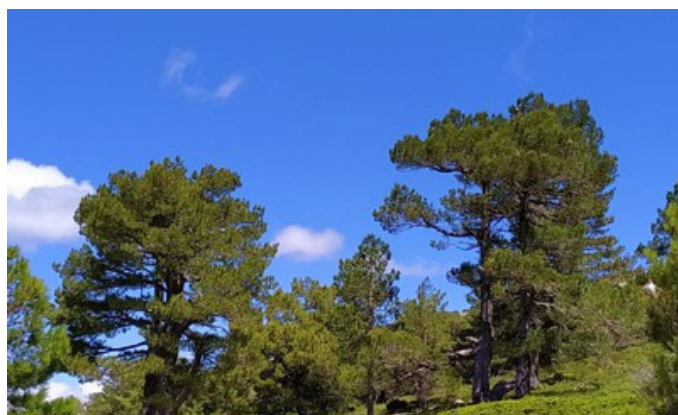
LA RAGUA

09 NOVIEMBRE

NOVIEMBRE 2025
DOMINGO 23
BAZA

EL PINO DE la Señora

P. N. Sierra de Baza



Nuestra ruta comienza en el paraje de Venta Vicario, una antigua zona de paso ganadero al pie de la Sierra de Baza. Desde aquí, el sendero asciende suavemente por la Rambla del Baúl, un cauce que serpentea entre pinares jóvenes, viejas encinas y cortijos abandonados. Poco a poco, el camino se interna en el Barranco de la Fonfría, donde el rumor del agua y la sombra de los árboles nos acompañarán hasta alcanzar nuestro destino: el monumental Pino de la Señora, un árbol centenario de porte majestuoso, auténtico emblema del parque natural. Tras disfrutar del entorno, el regreso se realiza por el mismo itinerario, permitiéndonos redescubrir con otra luz los paisajes del ascenso. Una ruta de ida y vuelta cargada de historia forestal, silencio y belleza serena.



13 Km. 500 m+ 5 h. 30' ida vuelta D. Media

BAZA

23 NOVIEMBRE

DICIEMBRE 2025
DOMINGO 14
CAPILEIRA

LOS PUEBLOS del Poqueira

Sierra Nevada



Partiremos desde Capileira, el pueblo más alto del Barranco del Poqueira, para emprender una ruta circular que nos llevará a descubrir la esencia más pura de la Alpujarra granadina. Caminaremos entre antiguos bancales, acequias y caminos empedrados que conectan los tres pueblos emblemáticos del barranco: Capileira, Bubión y Pampaneira. Cada uno conserva la arquitectura tradicional morisca, con calles estrechas, tinaos y tejados planos que parecen colgados en la ladera. Desde lo alto, las vistas del barranco y del Mulhacén al fondo nos acompañan mientras descendemos y ascendemos por este recorrido lleno de historia, color y vida. Una ruta perfecta para saborear el alma de la Alpujarra entre fuentes, flores y tejados blancos.



12 Km.



650 m+



6 h.



circular D. Media



CAPILEIRA

14 DICIEMBRE

ENERO 2026
DOMINGO 11
TERREROS

CAMINO DE LAS Cuatro Calas

Entre Águilas y Terreros



Iniciaremos el Sendero de las Cuatro Calas en Terreros, un pequeño pueblo costero conocido por sus playas de aguas cristalinas y su ambiente tranquilo. Desde aquí, avanzaremos por un paisaje costero impresionante, pasando por acantilados y calas escondidas. La primera cala que encontraremos será Cala Invencible, un rincón tranquilo rodeado de rocas. Continuaremos hacia Cala Cerrada, donde el mar se encuentra con las paredes abruptas de los acantilados. Más adelante, llegaremos a Cala Carolina, con su arena dorada y aguas turquesas. El sendero nos llevará finalmente a la Cala de los Cocedores, en Águilas, un lugar único por sus formaciones rocosas y cuevas. Este recorrido, que combina belleza natural y serenidad, es ideal para disfrutar de la costa en un entorno casi virgen.



13 Km. 300 m+ 5 h. 30'

ida D. Media
vuelta

TERREROS

11 ENERO

ENERO 2026
DOMINGO 25
GRANADA

SECRETOS DE Granada

sacromonte y Albaicín



Iniciaremos el recorrido en los miradores altos del Albaicín, como San Cristóbal y San Miguel Alto, desde donde contemplaremos Granada a vista de pájaro. Descenderemos hacia el Sacromonte, atravesando el Barranco de los Negros y Valparaíso, entre cuevas, huertas y veredas cargadas de historia y tradición. El sendero continúa por los rincones más auténticos del Albaicín, pasando por el mirador de San Nicolás y bajando hacia las teterías y la Catedral. Cruzaremos el Paseo de los Tristes junto al río Darro y subiremos a la Alhambra para disfrutar de sus vistas antes de regresar al centro. Un itinerario completo entre leyendas, paisajes urbanos y naturaleza viva.



11 Km. 400 m+ 5 h. 30' lineal D. Media

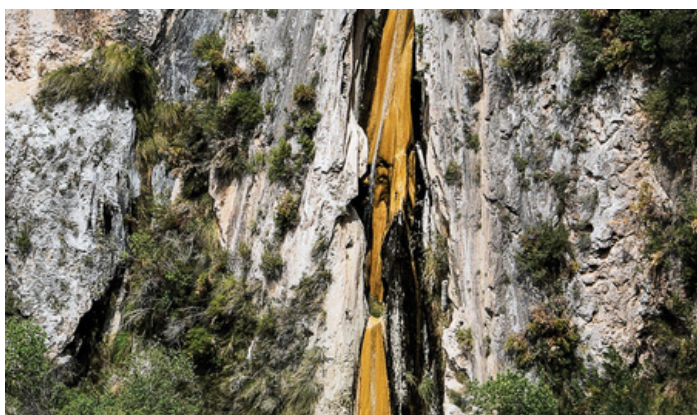
GRANADA

25 ENERO

FEBRERO 2026
DOMINGO 08
OTIVAR

SENDERO DE Río Verde

P.N. Alhama, Tejeda y Almijara



El sendero de Río Verde nos adentra en uno de los parajes fluviales más espectaculares de Granada. Iniciaremos la ruta desde las cercanías de Otívar, descendiendo hacia el cañón tallado por el río entre paredes verticales y vegetación exuberante. A lo largo del recorrido, nos encontraremos con pozas de aguas cristalinas, pequeñas cascadas y rincones ideales para descansar o, si el clima lo permite, disfrutar de un baño. El entorno combina aventura, frescor y belleza natural, con tramos de sendero que serpentean junto al cauce. Una ruta ideal para los meses más cálidos, en un enclave único que invita a desconectar y dejarse llevar por el sonido del agua y el rumor de la naturaleza.



15 Km.



750 m+



6h



circular D. Media



OTIVAR

08 FEBRERO

FEBRERO 2026
DOMINGO 22
TREVÉLEZ

DE TREVÉLEZ a Capileira

Sierra Nevada



Iniciaremos la travesía en Trevélez, el pueblo más alto de Sierra Nevada y famoso por su jamón curado. El sendero nos llevará a recorrer paisajes de alta montaña, entre barrancos y bosques de altura, ascendiendo suavemente hacia el corazón de la Alpujarra. A lo largo del camino, disfrutaremos de vistas panorámicas al valle del Poqueira y a los picos emblemáticos del Mulhacén y el Veleta. Finalmente, llegaremos a Capileira, con su arquitectura tradicional y calles empedradas, un lugar ideal para descansar y descubrir la cultura local. Esta ruta combina naturaleza, historia y cultura en un entorno espectacular que invita a la aventura y al disfrute pausado.



19 Km.



800 m+



6 h 30



lineal



D. Media
Alta

TREVÉLEZ

22 FEBRERO

MARZO 2026
DOMINGO 01
JEREZ MARQUESADO

LA SENDA

del Río Alhorí

Sierra Nevada



Comenzaremos la ruta en Jerez del Marquesado, desde donde ascendemos por la Ruta de los Molinos, un camino histórico que atraviesa antiguos molinos harineros y paisajes de gran valor cultural y natural. Continuaremos hasta el Refugio de Postero Alto, punto desde el que se disfrutan amplias vistas de la Sierra de Baza y sus bosques. Desde allí iniciaremos el descenso por el río Alhorí, acompañados por el curso de agua y la vegetación ribereña, atravesando bosques y pequeños saltos de agua. Este recorrido circular combina historia, naturaleza y panorámicas únicas, ideal para quienes buscan un contacto auténtico con la montaña y sus secretos.



16 Km.



700 m+



6 h.



circular D. Media

JEREZ

01 MARZO

MARZO 2026
DOMINGO 15
GUEJAR SIERRA

VEREDA DE La Estrella

Sierra Nevada



El sendero comienza en el Centro de Visitantes del Dornajo, desde donde descendemos por el conocido sendero Sulayr hasta llegar, a la aún más conocida Vereda de la Estrella, una antigua vereda usada por los mineros, que inicia nuestra caminata hacia el famoso castaño del abuelo, un ejemplar centenario y emblemático de la zona. Tras disfrutar del entorno, comenzamos el regreso hacia Guejarsierra, esta vez siguiendo la antigua senda del tranvía, un camino histórico que nos lleva de vuelta entre paisajes llenos de historia y naturaleza.



17 Km.



450 m+



6h. 30



lineal



D. Media

GUEJAR

15 MARZO

ABRIL 2026
DOMINGO 05
ANTEQUERA

EL TORCAL de Antequera

P. N. Torcal de Antequera



El sendero comienza en la zona alta del Torcal de Antequera, recorriendo su famoso paisaje kárstico, lleno de formaciones rocosas caprichosas y senderos estrechos entre laberintos de piedra. Caminamos entre crestas, dolinas y agujas que parecen esculpidas por la naturaleza con paciencia milenaria. A medida que avanzamos, disfrutamos de vistas panorámicas sobre la campiña y la ciudad de Antequera al fondo. El camino desciende suavemente, adentrándose en zonas más abiertas y menos abruptas, hasta conectar con las sendas que conducen directamente a la población de Antequera. Esta ruta ofrece un equilibrio perfecto entre aventura, naturaleza singular y un final cómodo en el casco urbano.



14 Km.



200 m+



5 h.



lineal



D. Media

ANTEQUERA

05 ABRIL

ABRIL 2026
DOMINGO 26
VÍCAR

LOS CONJUROS de Vícar

Sierra de Gádor



La ruta comienza en el corazón de Vícar, donde seguimos el antiguo camino romano que nos lleva a recorrer los miradores más emblemáticos del municipio, incluyendo los famosos miradores del corazón y el banco del ciclista, puntos perfectos para disfrutar de las vistas y el ambiente local. Desde allí, avanzamos por la cuerda del Conjuero, un tramo lleno de historia y naturaleza que ofrece panorámicas amplias de los paisajes circundantes. El descenso nos devuelve suavemente hacia la población, completando un recorrido circular que combina patrimonio, belleza natural y un merecido descanso en el pueblo que acoge este programa. Una clausura perfecta para celebrar la temporada de senderismo.



12 Km.



400 m+



5 h.



circular D. Media



VÍCAR

26 ABRIL

+2 Viajes

Marina Baiba



Sierra de Andújar



Como complemento especial a nuestro programa de senderismo, para este año hemos organizado dos viajes de fin de semana que incluyen salida el sábado por la mañana y regreso el domingo por la tarde. En cada uno realizaremos dos rutas seleccionadas por su interés natural y paisajístico, y contaremos con una noche de hotel en régimen de todo incluido, que incluye cena, desayuno y almuerzo, para garantizar el descanso y la convivencia del grupo.

El primero de estos viajes tendrá lugar en enero y nos llevará a descubrir la espectacular Sierra de Bernia, el Peñón de Ifach y la encantadora costa de Altea, en Alicante, combinando mar y montaña en un entorno único.

El segundo viaje está previsto para marzo y nos conducirá hasta la Sierra de Andújar, en el corazón del Parque Natural homónimo, donde disfrutaremos de paisajes serranos, rica fauna y visitaremos la ciudad monumental de Baeza.

Dos escapadas inolvidables para seguir caminando y compartiendo en buena compañía.

+ info en las salidas

Programa Municipal Senderismo

Excmo. Ayto.
de Vúcar



Inscripción

a Inscripción se realizará en la Casa de la Juventud y el Deporte (Avda. Escritor Fernando Cano Gea 56, Venta Gutiérrez, Vúcar, Almería, de lunes a viernes en horario de mañana de 8:00 a 15:00 horas. Las inscripciones se cumplimentarán en la Cta: ES02 2103 5980 9704 6000 0014 (UNICAJA), bajo el nombre de Ayto. de Vúcar , jornada de senderismo.



Importante

En el ingreso debe aparecer la identificación, nombre y apellidos del participante y no de la persona que haga efectivo el ingreso, así como el nombre del sendero y la fecha de la actividad.



Anulaciones

Las anulaciones individuales que se produzcan por causa mayor justificada, darán lugar a las siguientes devoluciones: 7 días antes de la salida, del 75% del total ingresado. 3 días antes de la salida, del 50% del total. Si por condiciones meteorológicas adversas se tiene que suspender la actividad, se podrá aplazar o devolver el 100% del importe ingresado.



+ info

El tamaño de los grupos, para cada salida será como máximo de 50 personas y como mínimo de 35. La organizador se reserva el derecho de suspender aquellas salidas que no superen el número mínimo de participantes.



Precio

El precio de la actividad es de 12,00 €. En dicho precio se incluyen: Guías, Documento informativo de cada recorrido, Seguro de responsabilidad civil y Transporte.



Edad mínima

La edad de los participantes será a partir de los 14 años. Los menores de 18 años tendrán que cumplimentar una autorización de sus padres o tutores, debiendo además de ir acompañados de un adulto.



HORARIO Y RECOGIDAS

Los lugares de recogida serán la parada de autobuses de Los Llanos de Vúcar, la puerta del Ayuntamiento de Vicar (Puebla de Vicar), parada de autobuses de Las Cabañuelas, parada de autobuses de Los Canos (junto al la Cafetería Dulce Sabor) y parada de autobuses de El Parador. Los horarios de salida estarán sujetos a los desplazamientos que haya que realizar por lo que pueden ir variando según los casos.



Condición Física

La condición física de los participantes debe ser la apropiada a las distancias y dificultades de los recorridos a realizar.

Se trata de una actividad deportiva en montaña. Lea atentamente la información técnica de cada salida



EQUIPO Y MATERIAL

Ropa de senderismo, de abrigo e impermeable según las condiciones climatológicas • Calzado apropiado de montaña • Gafas de sol • Gorra con visera • Mochila apropiada a la actividad • Agua (mínimo 1,5 litro) • Comida • Crema protectora de alto grado de protección, bastones.



+ que senderismo

Promueve



Ayuntamiento de Vicalvaro

Corazón del Poniente

Organiza

Compañía de Guías del Altiplano

AT/GR00136

María de Luna SN



635 07 73 61



www.vicar.es



deportes@vicar.es

