

Cronograma del itinerario

Día 1-Collado Villalba-Becerril de la Sierra(17,17 km. y 311 m de desnivel de subida).

Punto de encuentro: Estación RENFE Collado Villalba. Verificación de materiales y mochilas.
Ruta: Salida desde Collado Villalba a Becerril. Pistas forestales y senderos bien marcados entre pueblos. Baño en las piscinas del polideportivo. Taller de cuaderno de bitácora.
Velada: Volcado histórico, ambiental y cultural de la ruta.
Pernocta: Tiendas en polideportivo Municipal.

Día 2-Becerril de la Sierra-Puerto de Navacerrada (16,15 km. y 708 m de desnivel de subida).

Ruta: Ruta de Becerril a Navacerrada. Pistas forestales y senderos de montaña bien marcados .
Contenidos: Paso por pinares de repoblación y robledales, pastos de siega. Estación invernal del "Ventorrillo" (Chalet de la I.L.E) Huellas y señales de fauna, insectos de Guadarrama, árboles y arbustos, etnobotánica.
Velada y pernocta: Velada de interior. Refugio de La Casita de Navacerrada.

Día 3-Pto de Navacerrada---Bola del mundo-Puerto de Cotos. (9,22 km , 475,4 m desnivel de subida y bajada).

Ruta: Puerto de Navacerrada a Puerto de Cotos. Senderos y cordales de montaña bien marcados.
Contenidos: Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama. Ecosistemas de cumbres, panorámica del Parque Nacional, Glaciarismo , pisos bioclimáticos. Geomorfología y rocas de Guadarrama.
Velada y pernocta: Taller de yoga. Refugio de Cotos.

Día 4-Puerto de Cotos-Rascafría (16,74 km. 668,7 m de desnivel de bajada).

Ruta: Puerto de Cotos a Rascafría. Pistas forestales y senderos de montaña bien marcados.
Contenidos: Pararemos en la Presa del Pradillo a descansar y bañarnos. Conoceremos la Historia del Valle, Santa maría de El Paular, y las andaduras de los Trastámara en Rascafría.
Velada y pernocta: Dar y recibir. Tiendas en la campa del Centro de Educación Ambiental Puente del Perdón de la Comunidad de Madrid.

Día 5-Rascafría--Pto del Reventón- (8,95 Km y 781,9 m desnivel de subida)

Ruta: De Rascafría al Puerto del Reventón, pero en esta ocasión la ruta la haremos vespertina para llegar de noche a las zetas del puerto y descubrir el bosque de noche y la experiencia de andar a la luz de la luna.
Contenidos: Pasaremos el día en las Presillas, disfrutando del baño, descansando, y afianzando nuestros lazos como grupo. Nos prepararemos para ascender el puerto a las 19:00 horas.
Velada y pernocta: vivac de montaña

Día 6-Pto del Reventón-Fuente del Infante-San Ildefonso (7,8 Km y 848,6 m desnivel de bajada)

Ruta y contenidos: Pasaremos por la fuente del infante donde pararemos para pasar parte de la mañana y comer. Técnicas de cierre y volcado de la experiencia . Técnicas de grupo, afectividad y despedida. Después de la comida, partiremos hacia nuestro objetivo final como grupo: La Granja de San Ildefonso.
Despedida: 17,00 h. En el Palacio de La Granja de San Ildefonso. (Segovia)



Ficha técnica de la Expedición

Expedición Juvenil "Giner de Los Rios"	
Formato	Expedición juvenil itinerante 6 días
Fechas	Salida del 10-15 julio (* Sesión formativa previa a la Expedición Sábado 1 de julio. Jornada de 8 horas en La Majada de La Pedriza
Lugar	Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama
Alojamiento	Refugios de montaña, tiendas y vivac.
Participantes	Máximo 60 plazas
Contenidos Técnicos	<ul style="list-style-type: none">•Senderismo.•Técnicas de aire libre y montaña.•Técnicas de progresión.•Primeros auxilios.•Orientación en el medio natural. Métodos de fortuna.•Meteorología.•Interpretación del entorno natural, histórico y cultural del Parque Nacional.•Alimentación en montaña•Supervivencia y vivaqueo•Técnicas de grupo.
Competencias personales y de equipo	<ul style="list-style-type: none">•Superación personal.•Gestión de la adversidad y pensamiento positivo.•Capacidad de adaptación y flexibilidad.•Creatividad y gestión de recursos.•Valores para la convivencia.•Colaboración , comunicación y trabajo en equipo.•Sentimiento de pertenencia a un grupo.•Gestión emocional.•Ayuda al otro y compañerismo.•Respeto y cuidado de la naturaleza.
Incluye	<ul style="list-style-type: none">•Pensión completa.•Refugios de la Comunidad de Madrid.•Material técnico específico(íglús, brújulas, mapas, gps...) y material necesario para el desarrollo de las actividades.•Técnicos deportivos y monitores de tiempo libre especializados en interpretación del Parque Nacional y distintas áreas: seguridad y primeros auxilios en montaña, aire libre, medio ambiente y animación.•Coordinador de tiempo libre .•Reunión informativa a familias y sesión de formación en materiales obligatoria para acampados y familias previa a la expedición.•Coche de apoyo. Avituallamiento•Botiquín avanzado.•Seguros de RC y accidentes•Obsequio de la Consejería de Medio Ambiente de la Comunidad de Madrid para los participantes al final de la Expedición.