



UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Agrícola de Desarrollo Rural

SIERRA NEVADA
PARQUE NACIONAL
PARQUE NATURAL



Senderos

La Cebadilla y Acequias del Poqueira

La Cebadilla:

Longitud: **7,5 km**

Duración: **3 horas y media aprox.**

Grado de dificultad: **Media**

Trayecto: **Circular**

Método MIDE



PR-A 69

Este sendero parte de Capileira y va hasta la Cebadilla, el poblado de la Central Hidroeléctrica que hay en la junta de los ríos Toril y Naute. La confluencia de estos ríos da lugar al río Poqueira, que a su vez da nombre a uno de los barrancos más bellos de la vertiente sur de Sierra Nevada. Al llegar a la Cebadilla, cruzamos el río Poqueira por el primero de los tres puentes, para iniciar el camino de vuelta por la otra vertiente del barranco. Más adelante, volvemos a cruzar el río por el puente de Abuchite para llegar finalmente a Capileira.

(Altitud en metros)



Para saber más:



Acequias del Poqueira:

Longitud: **16,3 km**

Duración: **8 horas y media aprox.**

Grado de dificultad: **Media-Alta**

Trayecto: **Circular**

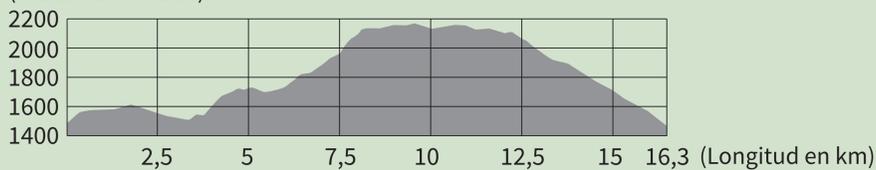
Método MIDE



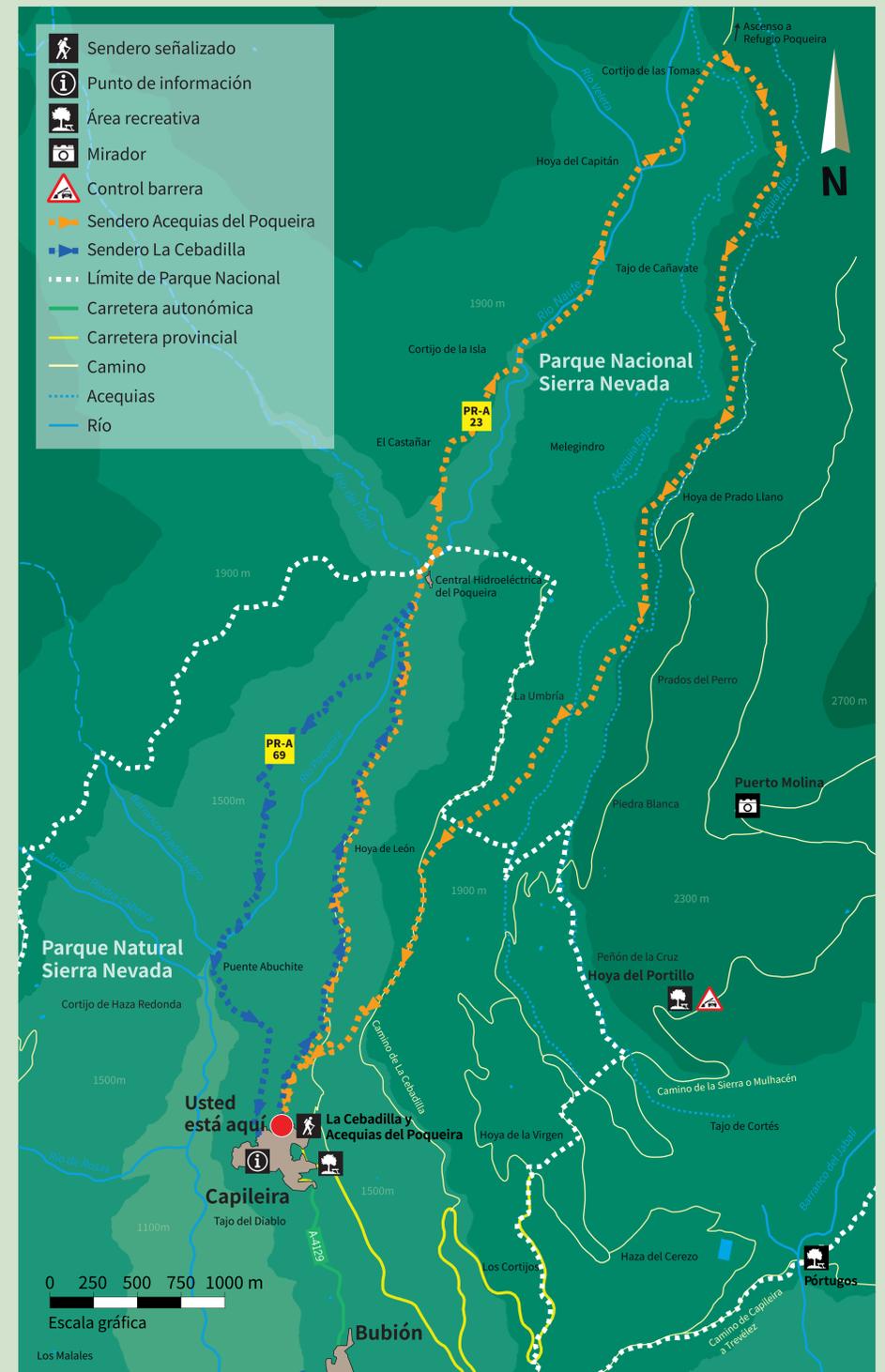
PR-A 23

Caminando por este sendero podrá descubrir la cuenca alta del Barranco de Poqueira y admirar sus sorprendentes paisajes. En su primer tramo y hasta la Cebadilla coincide con el sendero anterior. A partir de la Central Hidroeléctrica se inicia una remontada por los valles del río Naute y Mulhacén hasta el Cortijo de las Tomas. Desde aquí podremos seguir subiendo hacia el Refugio Poqueira o bien iniciar el regreso a Capileira. En el tramo de vuelta podremos contemplar magníficas panorámicas de las altas cumbres de Sierra Nevada.

(Altitud en metros)



Para saber más:



Y recuerde:



Más información:

- **Teléfono de Atención Ciudadana:** 954 54 44 38 (de 8 a 20 h de lunes a viernes).
- **Buzón del ciudadano,** disponible 24 horas al día desde nuestra web. ventanadelvisitante.



MIDE (Método de Información de Excursionistas)

Medio. Severidad del medio natural	Itinerario. Dificultad de orientarse en el itinerario	Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento	Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario
1 El medio no está exento de riesgo 2 Hay más de un factor de riesgo 3 Hay varios factores de riesgo 4 Hay bastantes factores de riesgo 5 Hay muchos factores de riesgo	1 Caminos y cruces bien definidos 2 Sendero o señalización que indica la continuidad 3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales 4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de track 5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que burlar	1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por caminos de hormadura 3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares 4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio 5 Requiere pasos de escalada para la progresión	1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva

Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado.
Más información: www.montanassegura.com