
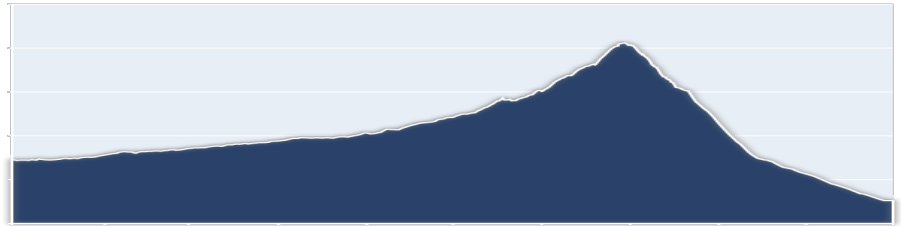


## Las montañas del Quijote | 4 de abril Sierra Calderina y Campo de Criptana (Ciudad Real)

Dificultad media   
Distancia: 17 km  
Desnivel de subida: 320 m

**PRECIO: 23€**



### PROGRAMA:

- 07.30: Salida desde el Corte Inglés de la Calle Hellín (Albacete)
- 09.20: Parada breve en ruta para desayunar e ir al servicio
- 10.30: Inicio de la ruta
- 14.00: Comida en ruta
- 15.30: Fin de ruta y traslado a Campo de Criptana  
Visita **opcional** a los Molinos de Viento y su conjunto urbano (3€)
- 18.30 Regreso a Albacete
- 20.30: Hora prevista de llegada a Albacete










### INCLUYE:

- Autobús Albacete – Fuente El Fresno – Campo de Criptana – Albacete
- Guías intérpretes de naturaleza
- Seguros de RC y Accidentes en Turismo Activo

## ADVERTENCIA:

Se trata de un **itinerario de dificultad media**, según el criterio MIDE, el oficialmente utilizado por la Federación Española de Montaña, que no es lo mismo que dificultad nula. Este criterio valora de **1 a 5** distintos aspectos de un sendero, que tienes mas abajo.

Considera que esta valoración es válida para personas con una forma física media, que es la de aquellas personas que hagan ejercicio físico **REGULARMENTE**, o bien que salgan de senderismo **HABITUALMENTE**, afrontando rutas con subidas y bajadas, no en llano.

<b>MIDE</b>				Sierra Calderina
horario	4h 20'		 2	severidad del medio natural
desnivel de subida	320 m		 2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	400 m		 2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	17,0 Km		 3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía			
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.				
Calculado sobre datos de 2020.				

## MATERIAL NECESARIO:

**Calzado de montaña OBLIGATORIO.** La organización se reserva el derecho de rechazar la participación a aquellos caminantes que no vengan adecuadamente equipados. Un tercio del recorrido discurre por **sendero de montaña**, con algunas pendientes pronunciadas y **piedra suelta**.

**Gorra o sombrero y crema solar.** Ropa ligera y cálida, por capas que nos permitan adaptarnos a la meteorología y el esfuerzo. Impermeable de emergencia. **El bastón es recomendable.**

**Bocadillo o picnic para la comida**, ya que se comerá en ruta. Tentempié ligero para la ruta. **Al menos un litro y medio de agua.**