



Nombre actividad:	<u>Serra d'Elis Plans desde L'Estepar,</u> <u>circular clásica.</u> <u>Alcoy/Torremanzanas</u>	FECHA:	DÍA 20 DE FEBRERO 2022
--------------------------	---	---------------	-----------------------------------

La sierra d'Elis Plans está situada al norte de Alicante, entre Alcoy, Torremanzanas y Benifallim, y su vértice, a 1330 metros de altitud, es el sexto en altura de la provincia de Alicante.

La de hoy será una bonita excursión circular clásica por esta sierra. Una excursión que, exceptuando la dura subida por la Costera de la Mare de Déu (es dura y esto se ha de decir), no presenta ninguna dificultad técnica digna de mencionar y que recomiendo a cualquier senderista con un mínimo hábito de caminar por montaña.

Els Plans es una zona bastante desconocida por este entorno. Habitualmente los caminantes alcoyanos y los senderistas en general nos decantamos por rutas ubicadas en los Parques Naturales de la Font Roja y de Mariola olvidándonos de Els Plans. Es una zona agreste, rocosa, con típica flora mediterránea de montaña y de excepcional belleza que merece ser conocida.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Partimos de la urbanización L'Estepar, desde una pequeña explanada entre carrascas que encontramos siguiendo el camino que nos lleva al poblado ibero de El Puig. En ella encontramos el cartel de la ruta del PR-CV 138 deteriorado y un pozo abandonado.

Seguimos las indicaciones del PR-CV 138 y tras pasar por las masías de Les Florencies y El Regadiu llegamos a un cruce de caminos en el que tomaremos el Camí d'Elis Plans, a la derecha y marcado por unas extraña marca azul y roja. A la izquierda se llega al km 2 de la carretera Alcoy-Benifallim, otro posible inicio para esta ruta.

Siguiendo el Camí d'Elis Plans deberemos estar atentos al desvío por la izquierda que hay un poco más adelante, entre campos de cultivo, que nos llevará a la Costera de la Mare de Déu, un bonito sendero en fuerte ascenso que nos conducirá hasta el cordal. El ascenso es duro y, como dice mi amigo Vicent, "la Mare de Déu no va tindre pietat".

Llegamos hasta un alto con un poste indicador. A partir de aquí seguimos las indicaciones del PR-CV 138 por el cordal de la sierra en permanente ascenso, pero mucho más relajado y con panorámicas muy dignas. En la senda del cordal pasamos por las Peñas Botzina, formadas por estructuras calcáreas en forma de láminas estratificadas y superpuestas que le dan un aspecto muy curioso. Los aficionados a la fotografía podrán obtener bonitas imágenes durante el recorrido de esta senda. Finalmente llegaremos al vértice geodésico de la cima d'Elis Plans (1330 m), sexto en altura de nuestra provincia.

Tomamos la senda de bajada, muy evidente, hasta desviarnos por el lateral de una puerta vallada que limita un coto privado de caza. Llegaremos hasta una amplia planicie, con campos de cultivo, en que encontramos las masías de Els Plans de Baix, Els plans del Mig y Els Plans de Dalt. Es en esta última masía, la d'Elis Plans de Dalt, donde nos detendremos.



CENTRO EXCURSIONISTA DE ALICANTE – SECCIÓN SENDERISMO

La masía, actualmente en desuso y en estado semiruinoso, muestra, por sus dimensiones y dependencias, la importancia que debiera haber tenido en su tiempo. Presenta, además, un interesante sistema de distribución de las aguas. A escasos metros de la masía hay un aljibe abovedado, y detrás está la entrada a una pequeña galería o alcavón de 12 metros de longitud mediante unas escaleras descendentes. Y detrás, a un nivel superior, hay un gran aljibe también abovedado y con unos orificios en el techo, que presenta dos entradas, una al norte y otra al sur. El agua entraría desde el depósito grande situado a un nivel superior en el alcavón mediante la llave de paso que existe al final de la galería. El agua seguiría por la acequia dentro del alcavón, y por el orificio que hay al pie de las escaleras se depositaría en el aljibe situado a un nivel inferior.



Material necesario:

Ropa acorde a la meteorología del lugar y día. 1.5 ó 2 litros de agua, comida para el día (frutos secos, barritas energéticas, gel, fruta, bocadillo), botas de montaña que protejan el tobillo, Gorra, protector solar. Mochila de 20/25 litros. Evitar en lo posible traer excesivas bolsas de plástico. Documentación, dinero, tarjeta federativa. Móvil cargado.

Material recomendable: Pequeño botiquín personal con manta térmica

Responsable organización

Fabián (687 79 17 39)



CENTRO EXCURSIONISTA DE ALICANTE – SECCIÓN SENDERISMO

Inscripciones		Las inscripciones se pueden realizar desde el formulario de la actividad en nuestra página www.cealicante.org o bien puedes hacerlo mediante nuestro Whatsapp en el Tlf. 648826529 o de forma presencial en nuestro Centro Excursionista de Alicante, Calle Olózaga nº 3 Bajo. Jueves de 20,30h a 22,30h. NO SE ADMITIRÁN INSCRIPCIONES EL DÍA DE LA ACTIVIDAD.				
Punto de encuentro		Alcampo, parking del tram		HORA DE SALIDA		20/02/22 a las 08:00 H
Mascotas	NO	Socios	SI	No Socios	NO	Tarjeta Federativa
Desplazamiento		En nuestros coches particulares, viajaremos respetando las normas de circulación y sin rebasar la capacidad máxima de los vehículos, cubriendo entre los participantes el gasto del combustible. Los conductores no pagan.				
RECOMENDACIONES A LOS PARTICIPANTES:						
Descanso, buena alimentación e hidratación el día previo. Por motivos del estado de alarma por el COVID-19, se debe actuar siempre siguiendo todos los protocolos y recomendaciones de distanciamiento y uso de mascarillas obligatoriamente						
NORMAS BÁSICAS						
1- Puntualidad. 2- Respetar las normas de la organización. 3 -Avisar al guía si el compañero que te precede se retrasa. 4 - Ayudar a los compañeros que lo necesiten. 5 -Respetar los ritmos. 6- Número de emergencia: 112. 7.- Disfrutar y respetar la naturaleza MEDIDAS ANTI – COVID: La actividad se adaptará para anteponer el control de riesgo de contagio. No realizaremos la actividad si tenemos síntomas de tos, fiebre, dificultad respiratoria, compatibles con los signos del virus SARS-Covid-2 Los desplazamientos en vehículo se realizarán con mascarilla. Recomendable gel hidro alcohólico individual. En la medida de lo posible, evitaremos el contacto con otros grupos de senderistas.						



CENTRO EXCURSIONISTA DE ALICANTE – SECCIÓN SENDERISMO

Se recomienda mantener en la medida de lo posible una distancia de 1,5 metros durante las marchas, y si no se puede garantizar, usaremos la mascarilla.
Los descansos se realizarán en lugares amplios.
Se recomienda respetar la distancia de seguridad en las fotos de grupo.
Llevaremos en la mochila una mascarilla.

RIESGOS DERIVADOS DE LOS PELIGROS INTRÍNSECOS A LA ACTIVIDAD Y MEDIDAS PREVENTIVAS:

- **Agotamiento y deshidratación:** Ruta de duración moderada-16km +687/-687 (4'30 horas aproximadamente). No hay agua por el camino. Aunque sea invierno nos podemos encontrar con un día de calor. **Mediremos nuestras fuerzas, paso acompasado y tranquilo, haciendo los descansos necesarios. Llevaremos suficiente comida y mínimo 2 litros de agua. Glucosa (agua endulzada, gominolas).**
- **Tropezones y caídas al mismo nivel:** Progresaremos por zonas de sendero homologado, en las que puede haber resaltes rocosos y tramos resbaladizos por piedra suelta. Las caídas pueden provocar contusiones, traumatismos, fracturas y cortes. **Máximo atención a la progresión, sin prisas, uso de calzado adecuado.**
- **Hipotermia:** Dada la época del año, existe la posibilidad de temperaturas bajas. Frío y humedad. **Ropa térmica y de abrigo conforme a la época del año y actividad a desarrollar.**
- **Quemaduras de sol:** El sol provoca quemaduras en la piel. **Gorra, crema solar.**
- **Meteorología:** Cambio brusco de tiempo. **Observación de la predicción meteorológica días anteriores.**

- La participación en las actividades del Centro Excursionista de Alicante es voluntaria e implica asumir personalmente el riesgo potencial que conllevan los deportes de montaña, riesgos que intentamos informar en lo máximo posible y minimizar, manteniendo una actitud preventiva y poniendo todos los medios disponibles para no exponernos ni exponer a los demás a situaciones que puedan derivar en un peligro innecesario.
- Al inscribirse en la actividad, los participantes afirman estar en la adecuada forma física para poder realizarla, informar del padecimiento de alguna enfermedad, haber leído la descripción y su
- ficha explicativa, así como ser conocedores del significado de todos los términos y detalles indicados, especialmente de su dificultad física y técnica, del equipo necesario y de cualquier otro requerimiento específico, si lo hubiere, para realizarla.
- Enfermedades no compatibles con la actividad (Cardíacas, hipertensión, asma, alergias, lesiones de articulaciones, hernias, epilepsia) y situaciones personales (embarazo, depresión).