





<b>MIDE RUTA</b>		LA NAVA – LAGUNA DE LA NAVA – LAGUNA DE LOS CABALLEROS – NAVALGUIJO – LA NAVA							CIRCULAR	
									<b>SI</b>	
DISTANCIA	32	DESNIVEL SUBIDA	1351	DESNIVEL BAJADA	1351	TIEMPO	10	ALTITUD MAXIMA	2361	
<b>VALORACIÓN MIDE</b>										
	SEVERIDAD DEL MEDIO NATURAL		4	HAY BASTANTES FACTORES DE RIESGO						
	ORIENTACIÓN EN EL ITINERARIO		3	EXIGE LA IDENTIFICACIÓN PRECISA DE ACCIDENTES GEOGRÁFICOS Y DE PUNTOS CARDINALES						
	DIFICULTAD EN EL DESPLAZAMIENTO		5	REQUIERE PASOS DE ESCALADA PARA LA PROGRESION						
	CANTIDAD DE ESFUERZO		5	MAS DE 10 HORAS DE MARCHA EFECTIVA						
DIFICULTADES TÉCNICAS ESPECIFICAS O ESTACIONALES			En condiciones invernales, es IMPRESCINDIBLE un buen manejo de crampones y piolet, aconsejable material de seguridad							

Una propuesta aconsejable para los amantes de las largas distancias y de zonas poco frecuentadas, la actividad tiene entidad suficiente para ser realizada en un par de jornadas, haciendo noche en cualquiera de las dos lagunas.

Como en otras zonas de Gredos, no debemos subestimar la dureza del recorrido, principalmente en invierno, momento de máxima espectacularidad, pero también en el que pasaremos por zonas complejas, en las que es necesario estar familiarizado con este entorno.

Es posible acortar bastante el recorrido si tenemos la posibilidad de realizarlo con dos coches.

INICIO: Dejamos el coche en el pueblo de la nava, saliendo de este por la carretera en dirección Umbrias, hasta llegar a una pista de tierra que queda a nuestra izquierda.

TRAMO 1: SUBIDA HASTA LA LAGUNA DE LA NAVA: La pista de tierra llega al Puente de las Juntas, un pequeño aparcamiento donde podríamos dejar uno de los dos coches (si optamos por dos vehículos), estamos ya siguiendo el PR-AV-39, más adelante, la pista se acaba y da lugar a un sendero, inicialmente pasa por una serie de prados, hasta llegar a un punto donde bañaremos el río (complicado con caudal alto), para pasar junto a una gran roca con una hornacina con una virgen, aquí la garganta se encajona y el camino toma un ambiente mucho más interesante hasta llegar a la Laguna.

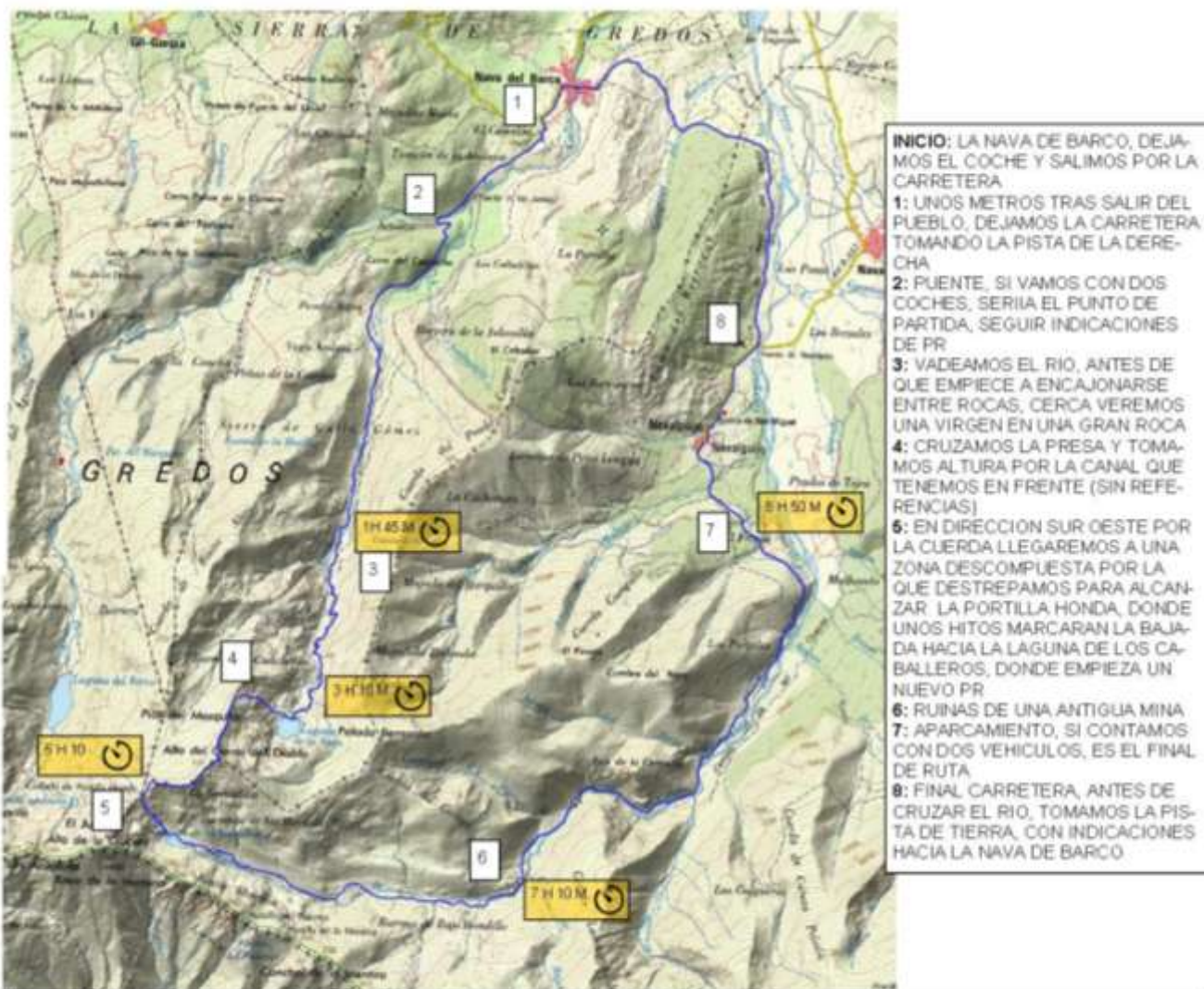
TRAMO 2: DE LA LAGUNA DE LA NAVA, A LA LAGUNA DE LOS CABALLEROS: Si bien es posible unir las lagunas de una manera más sencilla, optamos por subir al Corral del Diablo, para llegar desde este a la Portilla Honda, desde donde bajaremos a la segunda laguna. Este tramo no tiene apenas referencias, es evidente, pero necesitamos orientarnos debidamente. Una vez alcanzada la primera cima, tomaremos rumbo Sur-Oeste, por la cuerda que nos llevaría hacia la covacha, esta cuerda se corta bruscamente en la Portilla Honda, a la que llegaremos destreando por el lado Norte (a nuestra derecha) en un tramo descompuesto en verano, y algo complejo en invierno.

TRAMO 3: LAGUNA DE LOS CABALLEROS A NAVALGUIJO: Bordeamos la laguna, dejándola a nuestra derecha y buscando su aliviadero, donde veremos las indicaciones del PR-AV-40, sendero que nos llevará Garganta abajo hasta esta localidad, se trata de un tramo más o menos evidente, el trazado se puede perder en ocasiones entre piornos, pero teniendo un poco de atención no debe presentar dificultad, destaca el la parte inferior El Lanchón.



TIENDA ONLINE [WWW.CERVUNALTM.COM](http://WWW.CERVUNALTM.COM)  
 TIENDA FISICA C/ NOGALERA 4, BEJAR, SALAMANCA  
 TELEFONO 625614333  
 EMAIL [VENTAS@CERVUNAL.COM](mailto:VENTAS@CERVUNAL.COM)

TRAMO 4: NAVALGUIJO – LA NAVA: Si contamos con dos vehículos, uno de ellos lo habremos dejado en un pequeño aparcamiento que permite llegar al coche un poco antes del pueblo, en caso de optar por un solo vehículo, cruzamos navalguijo y seguimos por carretera hasta un puente, donde arranca una pista de tierra señalizada que nos lleva a La Nava.



**INDICACIONES DE TIEMPO:** REFERENCIAS TOMADAS POR UNA PAREJA QUE CONOCE EL TERRENO, CON PARADAS PUNTUALES PARA FOTOGRAFÍAS Y ANOTACIONES, DANDO UN TIEMPO TOTAL DE 10 HORAS, MOCHILA DE DÍA SIN APENAS PESO  
 1H 45 MIN / 7 KMS. HORNACINA CON VIRGEN, TRAS VADEO DEL RÍO 3H 10MIN LAGUNA DE LA NAVA (PARADA 20 MIN PARA COMER) 4 H 20 MIN / 12 KMS CORRAL DEL DIABLO (CIMA) 5 H / 13 KM PORTILLA HONDA 7H / 19KM MINA 8H 45MIN / 26KM PARKING