

# CASTILLA-LA MANCHA

Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA  
DEPORTES



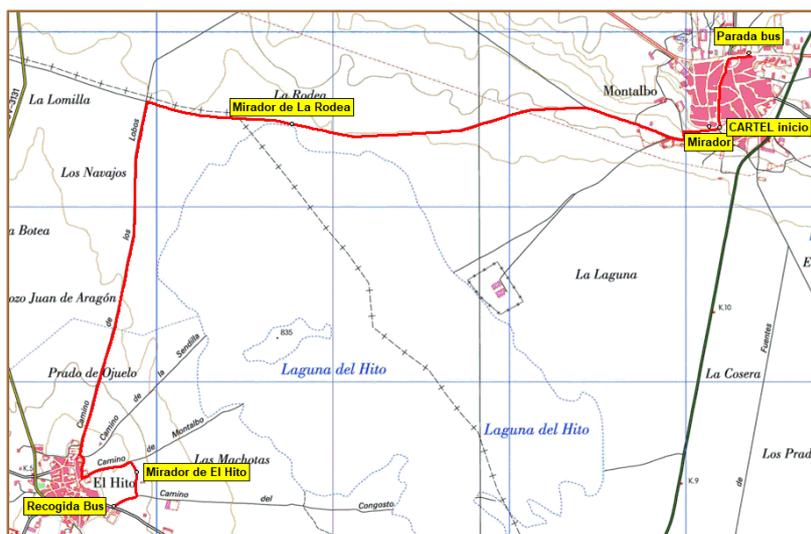
Federación de Deportes de Montaña  
de Castilla-La Mancha  
Comité de Senderos



CUENCA: DEPORTE Y NATURALEZA

## SL-CU 01 Sendero de la laguna de El Hito

MONTALBO-EL HITO: El majestuoso vuelo de las grullas



### FICHA TÉCNICA

Recorrido: Parada de autobuses de Montalbo, Mirador de la Laguna, Mirador de La Rodea, Mirador de El Hito.

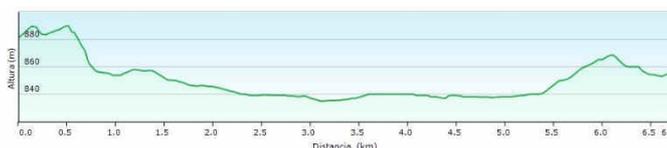
Hora de salida: 10:00 Hora de llegada: 13:00

Distancia: 6,7 km. - Dificultad: Baja - Tipo: Lineal

Altitud máx. 890m - Altitud mín. 835m.

Tipo de firme: 0,7km-calle, 5,4km-camino y 0,5km-pista

**NOTA: Los autobuses dejarán a los participantes en la pasada de autobuses de Montalbo y los recogerán a la entrada de la localidad de El Hito, junto a la gasolinera de la cooperativa.**



**Descripción de la actividad:** Reunión del grupo en la parada de autobús de la localidad de Montalbo. Salida en dirección al cartel del sendero situado junto a la iglesia parroquial y el Mirador de la Laguna. Explicación al inicio del recorrido sobre el trazado y la señalización. Comienzo de la actividad en dirección al Mirador de La Rodea, donde se realizará la parada más larga, para el almuerzo y la posibilidad de avistamiento de grullas y flamencos en la Laguna. La ruta continuará hasta llegar a la localidad de El Hito, que bordearemos para acceder hasta el Mirador, donde realizaremos la última parada y explicación, aprovechando la coincidencia de nuestro sendero con el PR-CU 63 que une la Reserva Natural con el Parque Arqueológico de Segóbriga. El recorrido termina junto a la carretera de entrada a la población donde nos esperaran los autobuses para la vuelta.

**Temática:** Senderismo y Senderos Homologados, Reserva Natural, Fauna, Flora, Geología, Hidrología.

# CASTILLA-LA MANCHA

## Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA  
DEPORTES



Federación de Deportes de Montaña  
de Castilla-La Mancha  
Comité de Senderos



### RESERVA NATURAL DE LA LAGUNA DE EL HITO

Entre las localidades manchegas de Montalbo y El Hito se localiza la Reserva Natural de la Laguna de El Hito. Las especiales características botánicas, faunísticas e hidrológicas de este humedal hacen del enclave un lugar de gran interés natural y científico. La principal característica de esta laguna endorreica esteparia es la alta salinidad de sus aguas, lo cual condiciona y hace muy especial tanto la flora como la fauna que reside y visita el lugar, siendo internacionalmente conocida por la invernada y paso migratorio de la grulla común (*Grus grus*). Son varias las figuras de protección que preservan la laguna y su entorno: Reserva de la Biosfera, Zona de Especial Protección de Aves (ZEPA), Lugar de Interés Geológico (LIG) y Reserva Natural por la JCCM, además de estar incluida en la lista de Humedales de Importancia Internacional del Convenio Ramsar.



### RECOMENDACIONES PARA EL ALUMNADO

El tiempo en el campo es cambiante; puede amanecer un día magnífico y empeorar con las horas... Por ello es necesario preparar cuidadosamente la mochila.

- Importante: mochila pequeña con **agua suficiente y almuerzo**: bocadillo, frutos secos, barritas energéticas, fruta, chocolate...
- El sol engaña; no olvides tu **gorra** y una protección solar adecuada.
- Botas de montaña o **calzado deportivo** que se fije bien al terreno y proteja los tobillos; recomendables los calcetines de algodón sin costuras para evitar ampollas.
- Ropa cómoda, ligera y transpirable, además de algo de abrigo y **chubasquero**.
- Si necesitas parar durante la Marcha avisa al guía, el profesor o al compañero más cercano.
- Si te pierdes no deambules por el monte, aguarda en el camino; será más fácil localizarte!

### Y... AYÚDANOS A PROTEGER EL ENTORNO; ES TUYO, ES DE TODOS

- No arrojes basura, utiliza las papeleras o guarda los restos en tu mochila hasta el regreso a casa.
- No arranques sin más flores o plantas; con las fotografías podrás tener su recuerdo siempre fresco.
- No utilices los atajos, camina siempre por los caminos principales.