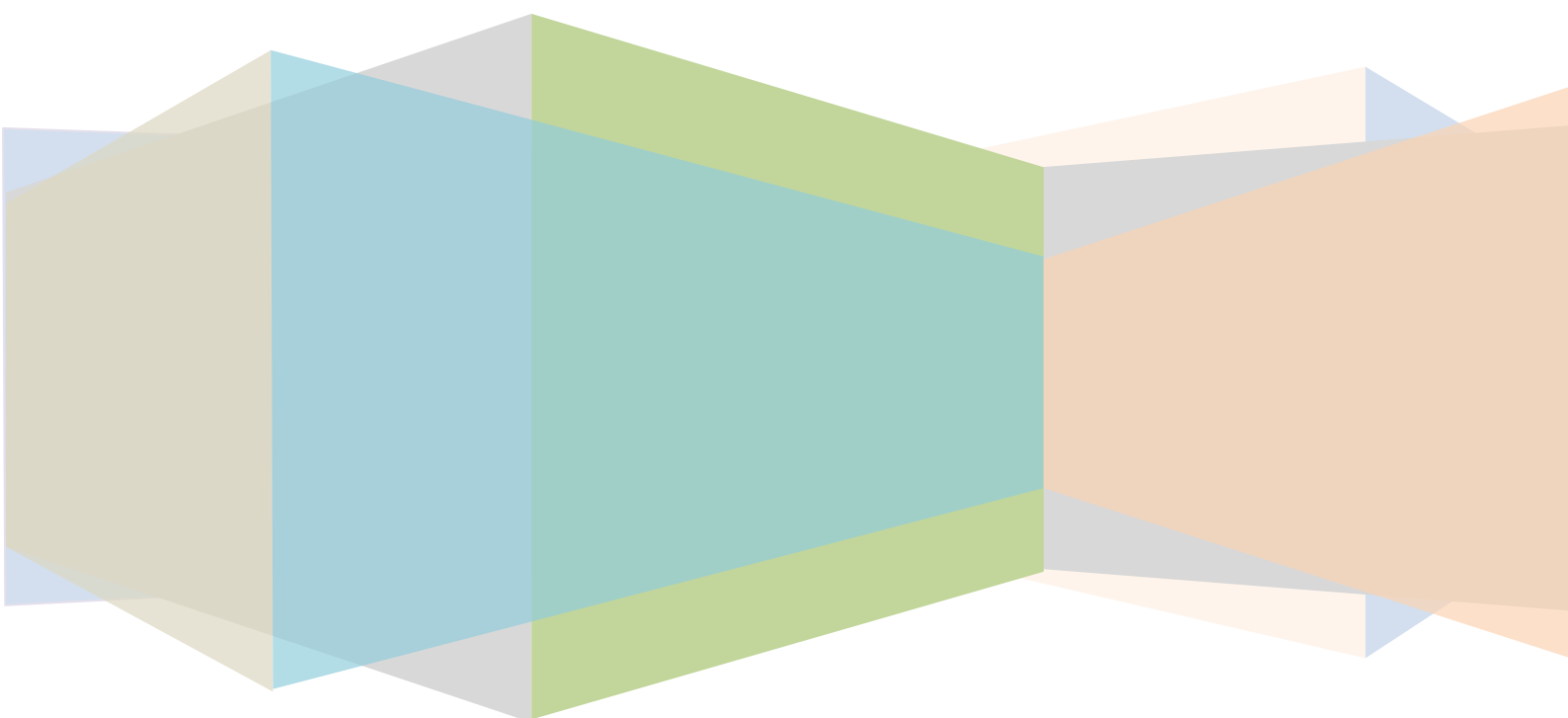




GRUPO **AMADABLANDE** MONTAÑISMO

PROGRAMA 2026

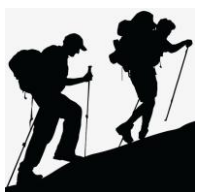
PROPUESTA DE ACTIVIDADES



E N E R O

	ALPINISMO MONTAÑISMO	Sábado 17 de enero P. NACIONAL SIERRA DE GUADARRAMA Ascensión de corredores – Ruta de Montaña Zona de Peñalara-El Nevero-Cabezas-Maliciosa
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 30 de enero ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope
	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 31 de enero SIERRA DE LA CABRERA Puerto Medio Celemín - Peña del Tejo - Collado Alfrecho Valdemanco (Madrid)
 10,1 km +/- 452 m 3 03:40		

F E B R E R O

	ALPINISMO MONTAÑISMO	Sábado 14 de febrero P. NACIONAL SIERRA DE GUADARRAMA Ascensión de corredores – Ruta de Montaña Zona de Peñalara-El Nevero-Cabezas-Maliciosa
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 27 de febrero ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope
	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 28 de febrero SIERRA DE GUADARRAMA Chorreras de Miraflores - Robledal de Los Diecisiete Hermanos Miraflores de la Sierra (Madrid)  13,1 km +/- 381 m 3 05:25

PROGRAMA ACTIVIDADES 2026

M A R Z O

	SENDERISMO PARACUELLOS DE JARAMA	Domingo 1 de marzo									
		RED DE SENDEROS DE PARACUELLOS DE JARAMA Leganitos – Cerro de La Mesilla (PR-M 43)									
					6,1 km		+/- 161 m		2		02:30
	PROMOCIÓN ALPINISMO	Sábado 7 de marzo									
		P. NACIONAL SIERRA DE GUADARRAMA Iniciación al Alpinismo Prácticas de ascensión de corredores									
	ESCALADA DEPORTIVA	Miércoles 11 de marzo									
		JORNADA DE LA MUJER ESCALADORA Rocódromo de Paracuellos de Jarama Ascensión de vías en Top Rope									
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 27 de marzo									
		ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope									
	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 28 de marzo									
		MARCHA DE LA MUJER MONTAÑERA Garganta del Río – Moros – Embalse del Tejo – Refugios El Espinar (Segovia)									
					15,1 km		+/- 421 m		3		05:30

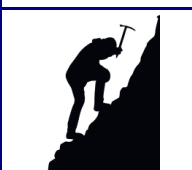
A B R I L

	ALPINISMO MONTAÑISMO	Viernes 10 a domingo 12 de abril									
		SALIDA DE ALPINISMO Circo de Gredos. Ascensión de corredores y picos por la zona									
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 24 de abril									
		ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope									
	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 25 de abril									
		SIERRA DE GUADARRAMA Circular de la Pedriz Anterior Canto Cochino – Pradera del Yelmo – Manzanares el Real (Madrid)									
					9,3 km		+/- 521 m		3		05:35
	SENDERISMO MONTAÑISMO ESCALADA	Jueves 30 de abril a domingo 3 de mayo									
		SALIDA ESPECIAL DE PRIMAVERA Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre Albergue de Sabero. Montaña de Riaño y Mampodre									

M A Y O

	SENDERISMO MONTAÑISMO ESCALADA	Jueves 30 de abril a domingo 3 de mayo									
		SALIDA ESPECIAL DE PRIMAVERA Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre Albergue de Sabero. Montaña de Riaño y Mampodre									
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 15 de mayo									
		ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Jornada Solidaria Contra el Cáncer Infantil Ascensión de Vías en Top Rope									
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 22 de mayo									
		SEMANA DEPORTIVA DE PARACUELLOS Prácticas de Escalada – Rocódromo Municipal Ascensión de Vías en Top Rope									
	PROMOCIÓN E.I.J.E.M.	Sábado 23 de mayo									
		ESCALADA EN ROCA E.I.J.E.M. Prácticas de Escalada La Pedriza – Patones – S. Martín Valdeiglesias									
	SENDERISMO PARACUELLOS DE JARAMA	Domingo 31 de mayo									
		RED DE SENDEROS DE PARACUELLOS DE JARAMA El Pinar de Los Berrocales (PR-M 45)									
					3,5 km		+/-111 m		1		02:00

J U N I O

	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 6 de junio									
		DIA AUTONÓMICO DEL SENDERISTA P. NACIONAL SIERRA DE GUADARRAMA Ascensión Pico Peñalara									
	ALPINISMO MONTAÑISMO	Viernes 19 a domingo 21 de junio									
		ACTIVIDAD DE ALTA MONTAÑA - "PIRINEOS-3000" Valle de Ordesa. Refugio de Góriz									
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 26 de junio									
		ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope									
	ESCALADA SENDERISMO	Sábado 27 de junio									
		SALIDA ESCALADA EN ROCA Cuenca									

J U L I O

	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 4 de julio
		PARQUE NATURAL DEL ALTO TAJO Barranco de la Hoz, "El Rodenal", Santuario y río Gallo. Corduente (Guadalajara)
		  10,5 km  +/- 245 m  2  03:30
	ESCALADA	Sábado 18 de julio
		SALIDA DE ESCALADA EN ROCA Pontón de la Oliva-Patones

A G O S T O

	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 1 a domingo 2 de agosto
		NOCTURNA "LUNA LLENA DE VERANO" Los Cuchillares – Cabeza Mediana Monumento al Guarda Forestal - Rascafría (Madrid)
		  11,4 km  +/- 476 m  3  3:50

S E P T I E M B R E

	ESCALADA SENDERISMO	Viernes 11 a domingo 13 de septiembre
		SALIDA DE ESCALADA EN ROCA Sepúlveda
	SENDERISMO PARACUELLOS DE JARAMA	Domingo 20 de septiembre
		RED DE SENDEROS DE PARACUELLOS DE JARAMA Leganitos – Barranco de las Viñas (PR-M 42)
		   6,4 km  157 m  2  02:30
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 25 de septiembre
		ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope
	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 26 a domingo 27 de septiembre
		SALIDA DE LARGO RECORRIDO TRAVESIA CUERDA LARGA Puerto de Navacerrada – Miraflores de la Sierra
		  30,9 km  +1.241 m -1.567 m  3  10:30

OCTUBRE

	SENDERISMO MONTAÑISMO ESCALADA	Viernes 9 a lunes 12 de octubre
		SALIDA ESPECIAL DE OTOÑO Parque Regional de Sierra Espuña – El Berro (MURCIA) Albergue de montaña Casas Nuevas o Camping Sierra Espuña.
	PROMOCIÓN ESCALADA	Sábado 24 de octubre
		INICIACIÓN ESCALADA EN ROCA Sierra de Guadarrama - La Pedriza (MADRID) Práctica de Escalada en Vías de IVº y Vº
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 30 de octubre
		ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope

NOVIEMBRE

	SENDERISMO MONTAÑISMO	Sábado 14 de noviembre
		SIERRA DE GUADARRAMA Cerro de Peña de la Cruz, Árboles Singulares, Sabinar de Lozoya Lozoya (Madrid)
	ESCALADA DEPORTIVA	Viernes 20 de noviembre
		ROCODROMO DE PARACUELLOS DE JARAMA Prácticas de Escalada Ascensión de Vías en Top Rope
	ESCALADA	Sábado 21 de noviembre
		SALIDA DE ESCALADA EN ROCA (BOULDER) Tamajón (Ciudad Encantada)
	SENDERISMO PARACUELLOS DE JARAMA	Domingo 22 de noviembre
		RED DE SENDEROS DE PARACUELLOS DE JARAMA El Lavadero y Las Guindaleras (PR-M 44)
	SENDERISMO MONTAÑISMO ANIVERSARIO	Sábado 28 a domingo 29 de noviembre
		SALIDA DE SENDERISMO Y XXX ANIVERSARIO G.A.M. Las Cabreras - Peña la Horca - El Berrueco (Madrid). Cena Anual y Celebración XXX Aniversario Albergue de Cervera de Buitrago

D I C I E M B R E

	ESCALADA	Sábado 12 de diciembre									
		SALIDA DE ESCALADA EN ROCA Peña Bermeja - Carabaña (MADRID)									
	MONTAÑISMO	Sábado 19 de diciembre									
		SIERRA DE AYLLON Pico Ocejón Valverde de los Arroyos (Guadalajara)									
					12,8 km		+/- 830 m		3		05:30

CAMBIOS DE FECHAS, LUGARES Y OTROS ASPECTOS SOBRE LAS ACTIVIDADES

- Meteorología adversa para la actividad a desarrollar, pudiendo en principio aplazarse a otra fecha, en principio próxima a la programada y siempre no coincidente con otra programada. También podría haber cambio de la zona de actividad.
- Las salidas de formación (Iniciación al Alpinismo y a la Escalada en Roca), podrán cambiar de fecha y lugar debido a conveniencias meteorológicas, horas de luz, condiciones de terreno, etc., que motiven mayor participación y siempre comunicando el cambio con suficiente antelación a los socios.
- Las convocatorias para inscripción a las actividades se harán mediante los Formularios de Inscripción correspondientes.

ESCUELA INFANTIL Y JUVENIL DE ESCALADA (E.I.J.E.M. AMADABLAN)

HORARIO 2026:

Todos los jueves de 17:30 h a 18:45 h (Ver Programa E.I.J.E.M.)

PRACTICAS Y ENTRENAMIENTOS:

Del 8 de enero al 18 de junio (Curso Deportivo 2025-2026, según programa) (días lectivos jueves no festivos).

PRUEBAS DEPORTIVAS:

Liga Infantil y Juvenil de Escalada 20265.

SALIDAS DE CAMPO:

Escalada – 16/05

ACTIVIDADES SOCIALES Y PROMOCIONALES FUERA DE PROGRAMA

MAYO/JUNIO: Comida de las Fiestas Patronales. Semana Deportiva de Paracuellos. Feria de Asociaciones.

SIN FECHA: Charlas Concertadas sobre Orientación y Escalada Teórico-Prácticas en Centros Educativos de Paracuellos de Jarama

SIN FECHA: Jornadas de Medioambiente / Senderismo "Senderos de Paracuellos de Jarama"

SIN FECHA: Jornada de formación en Primeros Auxilios (SAMUR)

DICIEMBRE: Entrega de Premios de Montaña para Jóvenes 2026.

GRUPO AMADABLAN DE MONTAÑISMO – Avda. Mesa del Monte nº 31. 28860 – Paracuellos de Jarama (Madrid)

Tfno: 619 185 656 / Mail: grupoamadablan@gmail.com / Web: www.grupoamadablan.org

NIF: G-81591703 / Nº Reg. Asoc. C.A.M. 16.240 / Nº Reg. Asoc. Juv. 99/00 / Nº Reg. Asoc. Munic. 15A / Nº Reg. FEDME 07.28.343

FUERA DE CALENDARIO

Todos los jueves de 19:00 a 21:00 horas durante las reuniones, se pueden planificar otras actividades (escalada, alpinismo, senderismo y bici), para ese fin de semana (sábado o domingo), cuando no haya programación para él.

Paralelamente a las jornadas de alpinismo o escalada, se podrán programar salidas de senderismo o montañismo preferentemente en la misma zona.

INFORMACIÓN SOBRE LA ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES DE ESCALADA Y ALPINISMO

LAS ACTIVIDADES DE ESCALADA Y ALPINISMO, ESTÁN RESERVADAS ÚNICAMENTE A LOS SOCIOS MAYORES DE 18 AÑOS (*) DEL GRUPO AMADABLAN DE MONTAÑISMO FEDERADOS CON LA LICENCIA FEDERATIVA EXIGIBLE SEGÚN ÁMBITO TERRITORIAL. PODRÁN PARTICIPAR MENORES DE 16 AÑOS SI ASÍ SE ESPECIFICA.

(*) Pueden realizarlas los menores que cumplan en el año natural en curso los 16 años con autorización de sus tutores legales.

Estas actividades son organizadas por el Grupo Amadablan de Montañismo exclusivamente para la gestión del refugio o alojamientos, necesidades de equipos y materiales y/o la coordinación en el transporte. Cada participante decidirá la actividad a realizar en la zona propuesta de forma particular y bajo su responsabilidad.

Independientemente, todos deberán inscribirse a través del formulario que se remitirá a todos los socios del G.A.M. con motivo de cada actividad.

ACTIVIDADES DE SENDERISMO Y MONTAÑISMO

LAS ACTIVIDADES DE SENDERISMO Y MONTAÑISMO, EN LAS QUE NO SEA NECESARIO EL USO DE MATERIAL TÉCNICO (PIOLET, CRAMPONES, CUERDA, ETC.), SON DE LIBRE PARTICIPACIÓN DE SOCIOS MAYORES DE 18 AÑOS (*).

(*) Pueden realizarlas los menores que cumplan en el año natural en curso los 16 años con autorización de sus tutores legales. El resto de menores deberán ir acompañados de tutor legal.

Los participantes que acompañen al personal de organización del Grupo Amadablan de Montañismo, deberán en todo momento seguir las instrucciones del mismo, con la salvedad de quienes, de forma explícita, manifiesten al personal de organización, al iniciar la actividad o ya iniciada la misma, no formar parte de la ruta organizada.

El participante recibirá información suficiente sobre las actividades y es su responsabilidad estudiar en profundidad los datos técnicos facilitados para poder asumir su realización incluso de forma autónoma.

Independientemente, todos deberán inscribirse a través del formulario que se remitirá a todos los socios del G.A.M. con motivo de cada actividad.

INFORMACIÓN SOBRE EL USO EN PRESTAMO DE MATERIAL DEL GRUPO

PARA CONOCER LAS CONDICIONES EN LAS QUE PUEDES HACER USO DE CUALQUIER MATERIAL DE ESCALADA, MONTAÑA O BIBLIOTECA DEL GRUPO, TE RECOMIENDO QUE ACCEDAS A ESTE ENLACE, AL QUE PODRAS ACCEDER EN EL ESPACIO DEL SOCIO CON TU USUARIO Y CONTRASEÑA

chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://www.grupoamadablan.org/socios/Reglamento_Prestamo_Material.pdf

LA JUNTA DIRECTIVA

