

NORTE DEL SUR



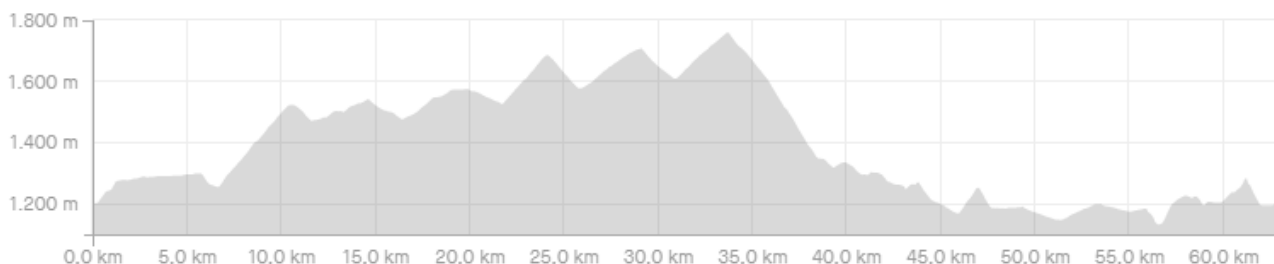
NDS 02 | La Ragua y El Marquesado

- ❖ Distancia: 68,20 Km
- ❖ Dificultad: Moderado
- ❖ Desnivel +: 1.268 m
- ❖ Tiempo: 3 Horas
- ❖ Tipo ruta: Circular
- ❖ Track GPS: DESCARGA
- ❖ Balizada: No
- ❖ Composición ruta
 - Pista: 0 %
 - Carretera: 100 %
 - Sendero: 0 %
- ❖ Inicio: Alquife (opcional)
- ❖ Fin: Alquife (opcional)
- ❖ Variantes:
- ❖ Avisos y recomendaciones:
 - Terreno irregular en los tramos: Km 28 - 33





NORTE DEL SUR



DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LA RUTA

La Ragua y El Marquesado es una ruta ROAD que recorre buena parte de la comarca a través de las carreteras secundarias GR-5104, A-4102 y la A-337 para subir al puerto de La Ragua. Es una ruta circular y por tanto el punto de inicio puede variar, recomendamos Alquife (o Lanteira) como punto para iniciar la ruta con vistas a la sierra con tramos entretenidos sube/baja y algunas curvas que obligan a concentrarse rápido hasta pasar el puente que deja Jérez del Marquesado atrás, y se inicia un tramo con larguísimas rectas (casi 10 kilómetros) con terreno favorable para rodar a velocidad cruce hasta el inicio de la bajada, que entre cuevas y un paisaje desértico de cine, permite un descanso hasta el cruce de la carretera de Guadix. Con poco más de 20 kilómetros realizados cogemos dirección Alcudia de Guadix pudiendo observar unas bonitas vistas del Valle del Zalabí a nuestra derecha mientras comenzamos a acumular metros de desnivel positivo en una zona subida (entre el 1 y 5 % de desnivel, según las zonas) progresiva. Hay que tener precaución por asfalto irregular en el tramo paralelo a la autovía, poco antes a La Calahorra desde donde nos desviaremos (km 35,7) a la carretera A-337 dirección Ferreira y puerto de La Ragua. En este punto y antes de iniciar la larga subida al puerto es recomendable llenar botella de agua (y/o barra o similar) y si se precisa hacer una parada. A partir de aquí se inicia una larga subida, dejando el pueblo de Ferreira a nuestra izquierda, de más de 13 kilómetros donde se libran más de 800 metros de desnivel positivo en una combinación de esfuerzo, bonitas vistas, sufrimiento... hasta coronar el **Puerto de La Ragua** (Km 49) en cota 2.000 metros de altitud sobre el nivel del mar. Tenemos una fuente de agua fresca de Sierra Nevada, y bonita zona de la que disfrutar en el area de La Ragua antes de iniciar el descenso de regreso que nos permite repetir paisajes a mucha más velocidad y en ángulo de bajada pudiendo realizar una recuperación activa tras el esfuerzo anterior realizado, que nos devuelve a La Calahorra y enlazando hasta el punto de inicio.



NORTE DEL SUR



QR RUTAS (TODAS)



QR RUTA NDS 02



DIRECTORIO DE ESTABLECIMIENTOS



NORMAS Y RECOMENDACIONES

- No tires basura, el monte debe quedar como te lo encontraste (o mejor).
- No te salgas del camino o sendero, monta por caminos permitidos evitando propiedades privadas.
- Esta ruta está trazada para uso no competitivo siguiendo las normativas vigentes de uso público.
- Evita derrapes o trazadas innecesarias que provoquen erosión innecesaria del terreno. Evitemos dejar huella de nuestro paso.
- Respeta a los animales en su hábitat natural, evita espantarlos ni darles de comer. Cierra las puertas o cancelas que encuentres en tu paso.
- Respeta las normas de circulación en zonas urbanas, interurbanas y pistas donde pueda haber tráfico rodado de otros vehículos.
- Utiliza siempre el casco, y todos los elementos de seguridad que consideres necesarios para tu protección (gafas, guantes, protecciones, etc.).
- Controla tu bicicleta: Adapta tu velocidad a las condiciones del camino y a la visibilidad.
- Planifica tu ruta acorde a tu nivel de preparación física y técnica, y haz una previsión para que tu ruta no se convierta en una pesadilla... Recomendaciones importantes:
 - Uso de navegador GPS + Track GPS de la ruta.
 - Agua o líquidos para hidratarse, e información de puntos de hidratación (fuentes, etc.)
 - Comida para evitar lipotimia, hipoglucemia... así como barritas o geles que permitan ir equilibrando los esfuerzos.
 - Pack multiherramientas para reparación o ajustes en ruta, así como recambios más esenciales (cámara de aire, parches, kit tubeless, cierre rápido de cadena, etc.)
 - Teléfono móvil (con batería cargada) para poder llamar o ser ubicados en caso de problema o accidente. Usar servicios de ubicación en zonas de montaña o de difícil acceso.
 - Escucha lo que te rodea (tráfico, animales, otros usuarios, etc.), y evita hacer un uso de auriculares que te impida escuchar los elementos que te rodean por tu propia seguridad.
 - Chubasquero o ropa de repuesto cuando se puedan dar las circunstancias de tiempo cambiante.
 - No circules por encima de tus posibilidades con independencia de los acompañantes que lleves.
 - Es recomendable circular asegurado, ya sea a través de una licencia federativa o de un seguro particular que puedan ofrecer coberturas como daños propios, daños a terceros o asistencia.
- Coincidencia con otros usuarios en el medio natural:
 - Cede el paso si te los encuentras en tu recorrido.
 - Avisa al resto de usuarios cuando en un paso estrecho cuando vengan otros compañeros detrás tuyo, esa información aporta seguridad y ayuda a ubicarse correctamente a terceros.
 - Respeta la señalización en períodos de caza o batidas organizadas, puedes ser confundido con consecuencias graves.
 - Reduce la velocidad mientras adelantas a otros usuarios.
- Limpia, desbroza o adecenta esos tramos por los que sea difícil rodar/pasar y tengan una adecuación posible. Podemos utilizar la misma lógica que un WC: déjalo tal como te gustaría encontrarlo.

¡MUCHAS GRACIAS!