

de noviembre a mayo  
**integral 3000's**  
**sierra nevada**  
(3 ó 4 días)



Integral de Sierra Nevada 2017

### Información

Distancia	52 km
Desnivel	+3.450 m
Duración	3 ó 4 días

Dificultad Técnica	★ ★ ☆ ☆ ☆
Condición Física	★ ★ ★ ☆ ☆

Recorre con nosotros la que es la actividad estrella de Sierra Nevada acompañado por nuestros apasionados guías. Se trata de una actividad exigente pues vamos a ascender más de 10 cimas de más de 3.000 metros, desde el Picón de Jéres hasta el Pico del Caballo, pasando por el Mulhacén (Montaña más alta de la Península ibérica con 3.482m), Alcazaba y Veleta.

### Precios 3 días

En caso de 1 persona:	480€
De 2 a 4 personas:	285€ p/p

### Precios 4 días

En caso de 1 persona:	550€
De 2 a 4 personas:	375€ p/p



### **Programa 3 días**

Día 1: Granada - Postero - Laguna de las Calderetas  
Día 2: Laguna de las Calderetas - Refugio Carihuela.  
Día 3: Refugio Carihuela - Cortijo Echeverría - Granada

### **Programa 4 días**

Día 1: Granada - Postero - Laguna de las Calderetas  
Día 2: Laguna de las Calderetas - Refugio Poqueira  
Día 3: Refugio Poqueira - Elorrieta  
Día 4: Elorrieta - Cortijo Echeverría - Granada

#### **Incluye:**

- Traslados Granada - Postero, y Nigüelas - Granada
- Picnic día 1
- Coordinador y Guías Titulados (Técnicos deportivos)
- Taller previo información Ruta (Información Parque Natural y Nacional)
- Reportaje Fotográfico
- Recogida vehículo 4X4 en Cortijo Echeverría
- Seguro de responsabilidad civil y accidentes

#### **No Incluye:**

- Cualquier cosa no especificada en el apartado anterior

#### **Material Necesario (mínimo):**

Calzado de trekking (bota impermeable), saco de dormir y esterilla, mochila de 45L (aproximadamente), bastones (recomendable), ropa técnica de montaña (nada de vaqueros y evitar camisetas de algodón), guantes, gorro, impermeable tipo gore-tex, plumas o similar (chaquetón para el frío), gafas de sol, botella, comida de ruta, frontal con pilas de repuesto y protección solar y labial.

#### **Agua:**

Llevar agua, y pastillas potabilizadoras para cuando cojamos agua de los ríos y lagunas.

### **Más información y reserva**

[www.guiassierrianevada.com](http://www.guiassierrianevada.com)  
[www.facebook.com/guiasdesierrianevada](https://www.facebook.com/guiasdesierrianevada)  
[guiassierrianevada@gmail.com](mailto:guiassierrianevada@gmail.com)  
tl: 0034 699 557 864

