

Selecciona la ruta en función de tu capacidad física y técnica.

La duración de las rutas son aproximadas y pueden variar en función de tu condición física o técnica y de las condiciones atmosféricas.

	Longitud en Km	Duración media	Dificultad Física	Dificultad Técnica
<b>RUTA 1</b>	13	1 h+ visitas	Baja	Baja
<b>RUTA 2</b>	21,4	1 h 45 min	Media	Media
<b>RUTA 3</b>	16,7	1 h 30 min	Alta	Alta



Descargar track para GPS en [www.rutasbttmurcia.es](http://www.rutasbttmurcia.es)

Teléfono de emergencias: 112  
 Concejalía de turismo, deportes y juventud del Ayuntamiento de Murcia:  
 C/ Los Molinos. Edificio Museo Hidráulico. Murcia. 968 358 749 y 968 358 600 ext. 1610 y ext. 1622. [www.turismodemurcia.es](http://www.turismodemurcia.es)

Albergue juvenil El Valle:  
[www.albergueelvalle.com](http://www.albergueelvalle.com)  
 info@albergueelvalle.com  
 Dentro del PR. El Valle. Camino del Sequén. La Alberca. 968 840 620

Centro de visitantes de El Valle:  
 Ctra. de El Valle. La Alberca. 968 847 510 y 968 228 475 (Lunes cerrado) [www.murcianatural.cam.es](http://www.murcianatural.cam.es)  
 WP: N37 55,705 W1 08.376

Murcia Turística  
[www.murciaturistica.es](http://www.murciaturistica.es)

Centro de visitantes de la Luz:  
 Ctra. de El Valle. Santo Ángel. 968 379 772  
[centroluz@ayto-murcia.es](mailto:centroluz@ayto-murcia.es)  
[promocionturistica@ayto-murcia.es](mailto:promocionturistica@ayto-murcia.es)

Centro visitantes de San Antonio El Pobre:  
 C/ Los Pinos. Santo Ángel. 968 379 653

Centro de recuperación de fauna El Valle:  
 Información en Centro de Visitantes de El Valle. [www.cam.es/medioambiente](http://www.cam.es/medioambiente)

Santuario Virgen de la Fuensanta:  
 Algezares. 968 842 201

Editorial Piolet (Mapa del Parque)  
[www.editorialpiolet.com](http://www.editorialpiolet.com)  
 656 910 196

Estación ferroviaria (Barrio del Carmen. Murcia)  
[www.renfe.es](http://www.renfe.es)  
 968 252 154 y 902 240 202

Editorial Natursport  
[www.natursport.com](http://www.natursport.com)

Estación de autobuses (Barrio de San Andrés. Murcia)  
[www.estaciondeautobusesdemurcia.com](http://www.estaciondeautobusesdemurcia.com)  
 968 292 211

## INFORMACIÓN Y SERVICIOS



RadioTaxi  
 968 248 800

Sociedad Geográfica de la Región de Murcia  
[www.sgm.es](http://www.sgm.es)

Más información, tiendas y talleres de bicis  
[www.oficinadelabicicleta.com](http://www.oficinadelabicicleta.com)

Puntos de inicio de las rutas desde Murcia:

Área Recreativa La Balsa. El Valle (La Alberca).  
 A 10 km. (wp: N37 55.558 W1 08.345)  
 Autovía A30 Murcia-Cartagena. Salida 148 La Alberca.  
 Desde La Alberca seguir señalización vertical PR. El Valle.

Área Recreativa La Cresta (Algezares).  
 A 18 km. (wp: N37 56.585 W1 05.449)  
 Autovía A30 Murcia-Cartagena. Salida 148 La Alberca.  
 Ctra. circunvalación Costera Sur. Salida Algezares.  
 Subida Ntra. Sra. de la Fuensanta. Urbanización los Teatinos.  
 Subida a la Cresta del Gallo. A.R. La Cresta.

Santuario de la Fuensanta (Algezares).  
 A 13 km. (wp: N37 56.251 W1 07.064)  
 Autovía A30 Murcia-Cartagena. Salida 148 La Alberca.  
 Ctra. circunvalación Costera Sur. Salida Algezares.  
 Subida Ntra. Sra. de la Fuensanta.

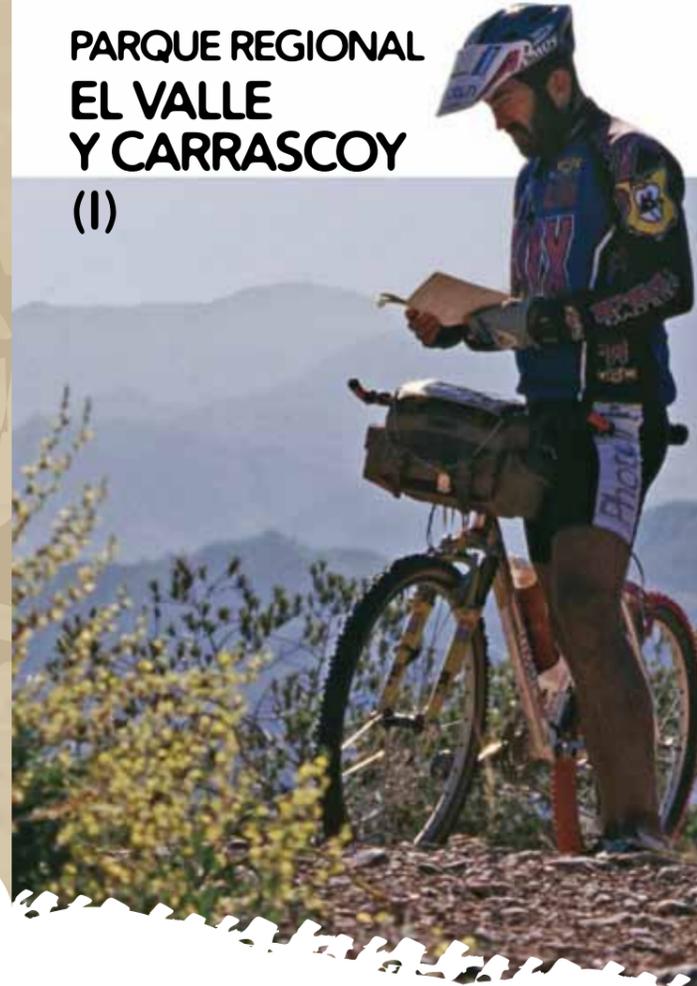
San José de la Montaña.  
 A 6 km. (wp: N37 57.593 W1 04.656)  
 Carretera de Beniján y Los Dolores. Avda. Miguel Indurain.  
 F6 (C/ Mayor de Los Dolores). Ctra. de Tiñosa y San José de la Montaña (Ctra. del Garruchal).

El Majal Blanco. A 18 km. (wp: N37 53.178 W1 13.336)  
 Autovía A30 Murcia-Cartagena. Salida 146 Alcantarilla.  
 Salida 6 Sangonera la Verde. Ctra. MU-603 a Mazarrón.  
 Subida a urbanización Torre Guil. Entrada al Majal Blanco.  
 Ctra. del CEMACAM. Plaza de las Moreras.



Turismo Murcia

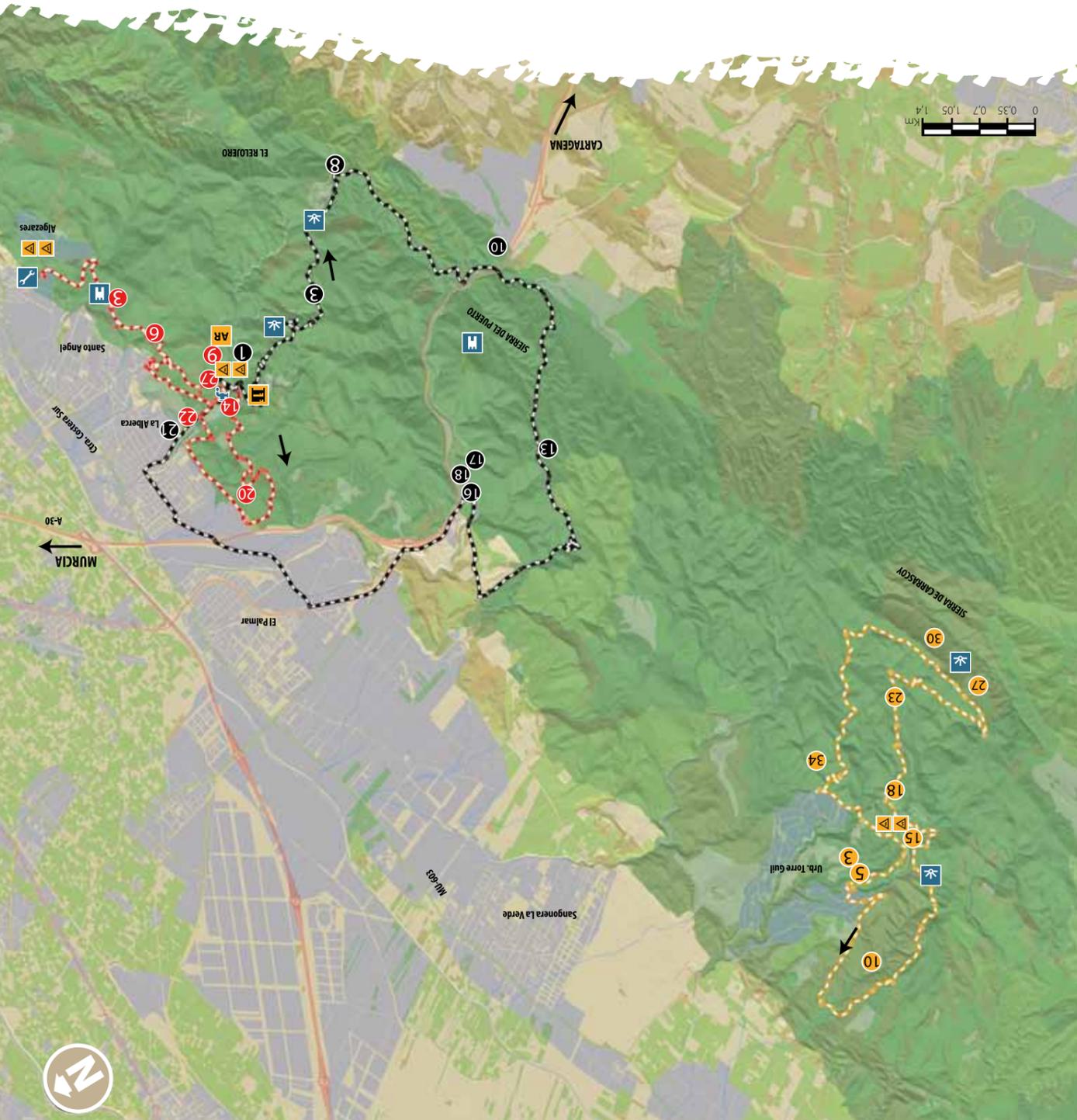
## PARQUE REGIONAL EL VALLE Y CARRASCOY (I)



Murcia

Turismo Murcia

Texto y fotos: Juan Francisco Cerezo



- Evita salirte de los caminos, pistas y senderos indicados en la guía. De esta forma no causarás daño al terreno, la vegetación y diferentes formas de vida. No tomes atajos ni vayas campo a través.
- Respetar el medio ambiente, la población del entorno y los animales.
- No tires basura inorgánica como las envolturas de las barras energéticas o los bombines de aire comprimido.
- Respetar y cuidar las escasas fuentes de agua.
- Ten precaución en los descensos, piensa que puedes encontrar con camiones, vehículos o cadenas.
- Lleva abundante agua en época estival.
- No enciendas fuego ni fumos.
- En los descensos extrema las precauciones, por seguridad propia y de los camiones que puedes encontrar en el camino.
- Lleva un teléfono móvil para usar en caso de emergencia (112).
- Utiliza siempre el casco.
- Respetar las normas de circulación vial.
- En caso de salir en solitario, informa de la ruta que vas a seguir en el Centro de Visitantes.
- Antes de salir, revisa el estado de tu bicicleta e informa de la previsión meteorológica y de la ruta.
- Es importante circular asegurado. Se aconseja disponer de la licencia federativa en cualquiera de las federaciones que contemplan el ciclismo de montaña como una de sus actividades.
- Cartografía de apoyo: Servicio Geográfico del Ejército a escala 1:50.000, (MURCIA, 934 Y ALCANTARILLA 933) o bien los del Instituto Geográfico Nacional a escala 1:25.000 934-I, II y III y el 933-IV. También existe un solo mapa del PARQUE REGIONAL EL VALLE Y CARRASCOY a escala 1:25.000 editado por Natursport.

## RECOMENDACIONES

- ← Dirección de la marcha
- ? Punto de información
- Estación bus/tren S.L.
- Seguir Pista Principal
- Parque Natural P.R.
- Bajada inclinada Taller de bicicletas G.R.
- Subida inclinada Castillo
- Inicio/Fin Ruta
- Atención, precaución Agua
- Area Recreativa AR
- Caminar Vista panorámica
- Iglesia, ermita, convento
- Punto de localización (wp)

## LEYENDAS

# RUTA 1

## RUTA CULTURAL POR EL VALLE.

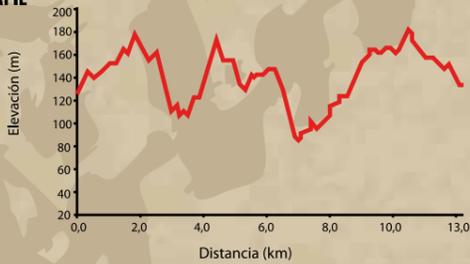
Este cultural y entretenido itinerario, nos permite disfrutar del entorno natural de El Valle buscando lugares de interés paisajístico, histórico y religioso. Muchos son los centros de culto existentes en esta sierra. El Santuario Virgen de la Fuensanta, patrona de Murcia, es punto de partida y llegada de nuestras pedaladas. Junto al Ermitorio de la Luz se hallan las cuevas que utilizaron los iberos para la práctica de su religión animista. Próximo se eleva vigilante el Castillo musulmán de la Luz, que fue utilizado para la vigilancia de la Huerta y la ciudad de Murcia. Nuestro siguiente destino es la Ermita de San Antonio El Pobre, escondida en un tranquilo rincón de la sierra. El Convento franciscano de Santa Catalina del Monte del siglo XV es el último centro religioso que podemos visitar. Siguiendo nuestra ruta encontramos el Arboretum, especie de museo y taller de Naturaleza donde se muestran diferentes especies de árboles. A continuación nos adentraremos en el cauce de la rambla del Valle hasta el Vivero Forestal y El Valle Perdido, para dejarnos caer por el pie de sierra por una senda abrigada de pinos hasta la Cañada Real de Torreagüera a su paso por la población de La Alberca. Termina esta ruta pasando por el Área Recreativa La Balsa para retornar al Santuario de la Fuensanta.



### FICHA TÉCNICA:

- Longitud: 13 km.
- Duración: 1 hora (+ 2 horas aprox. visitas).
- Dificultad Física/Técnica: Baja/Baja.
- Ciclabilidad: 100%
- Inicio: Santuario de la Fuensanta (Algezares).
- Fin: Santuario de la Fuensanta (Algezares).

### PERFIL



### DESCRIPCIÓN WP (Itinerario):

- 1 km 0.0 Parking del Santuario de la Fuensanta. Salimos por la carretera subiendo en dirección al Ermitorio de La Luz.
- 2 Ermitorio de La Luz.
- 3 Centro de Visitantes de La Luz.
- 4 Castillo árabe de La Luz.
- 5 km 2.8 Dejamos el asfalto. Descenso en zigzag a la derecha.
- 6 km 3.5 Centro de Visitantes de San Antonio El Pobre. (Acceso a pie).
- 7 Salimos bajando por asfalto y giramos a la izquierda en el cruce hacia el camino de tierra (A la derecha iríamos al Convento de Santa Catalina del Monte, a 150 metros).
- 8 km 4.3 Pasamos junto a los antiguos hornos de yeso.
- 9 km 4.5 Centro de Visitantes El Valle (dcha) y Arboretum (izqda).
- 10 Fuente de agua. Circulamos por una senda marcada o por el asfalto.
- 11 Centro de Recuperación de Fauna Silvestre. Continuamos circulando por el asfalto.
- 12 km 5.0 Albergue El Valle. Bajamos por una senda que baja por la derecha a la rambla del Valle, y pasa al lado contrario para convertirse en un camino.
- 13 km 5.5 SPP Depósito de agua e higuera.
- 14 km 5.8 Vivero Forestal. En el asfalto giramos a la izquierda.
- 15 Parking y campo de fútbol del Valle Perdido. Pedaleamos por una senda pavimentada hasta las pistas de tenis.
- 16 km 6.5 Junto a las pistas de tenis accedemos a una senda de tierra a nuestra derecha y que circunvala una colina cubierta de pinos.
- 17 km 7.0 Pasamos por una senda entre pinos a la derecha de la pista de frontón.
- 18 A 50 metros, en una zona más abierta, giramos a la derecha.
- 19 km 7.1 Bajamos a nuestra derecha por una senda divertida entre pinos. Precaución.
- 20 km 8.0 Cañada Real de Torreagüera. En el camino giramos a la derecha. Nos adentramos en un pinar siguiendo una senda cerca de una línea eléctrica.
- 21 km 8.8 Cementerio de La Alberca.
- 22 km 9.0 Antes de llegar al asfalto, subimos por una senda estrecha a la derecha entre pinos y que sube por una vaguada.
- 23 km 9.5 Alcanzamos la parte trasera del Vivero Forestal. Giramos a la izquierda buscando el asfalto.
- 24 Cruce de carreteras. Continuamos recto pasando por un puente sobre la rambla del Valle hacia el A.R. La Balsa.
- 25 km 9.7 En el cruce en forma de "T", subimos por la senda de tierra batida.
- 26 Centro de Visitantes El Valle. Continuamos por la senda de tierra batida junto a la fuente de agua que bordea el Arboretum.
- 27 km 10.5 Área Recreativa La Balsa. En este punto accedemos a la carretera que, a la izquierda, nos lleva de regreso al Santuario de la Fuensanta, pasando por La Luz.
- 28 km 13.0 Santuario de la Fuensanta.

# RUTA 2

## LA SIERRA DEL PUERTO.

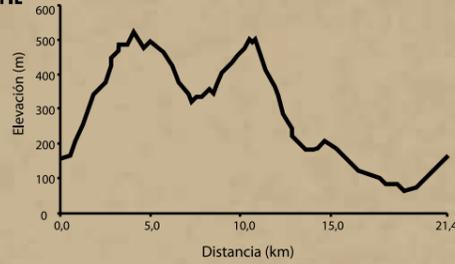
Sugere un itinerario que arranca desde la Rambla del Valle para ascender rápidamente por el empinado, sinuoso y accidentado Sendero del Cerro de las Columnas, y perder altura por una pista ágil que nos deja en el túnel bajo la autovía Murcia-Cartagena en el Puerto de la Cadena. Desde aquí volvemos a ganar altura acercándonos a las ruinas del castillo musulmán de la Asomada, en lo alto del Cabezal del Puerto, que vigilaba el paso de carretas entre la huerta y la costa. Tras una retorcida bajada entre pinos, llegamos al Cordel de los Valencianos, que nos sirve de guía para alcanzar la refrescante Rambla del Puerto, cuya vegetación y emanaciones de agua la hacen única en la zona, siendo una de las cuencas de drenaje más importantes del municipio y del Parque Regional El Valle, y donde podemos observar unos círculos en el cauce rocoso producto de la extracción de piedras para molino en el periodo islámico.



### FICHA TÉCNICA:

- Longitud: 21.4 km.
- Duración: 1 h. 45 min.
- Dificultad Física/Técnica: Media/Media.
- Ciclabilidad: 100%
- Inicio: Área Recreativa La Balsa (La Alberca).
- Fin: Área Recreativa La Balsa (La Alberca).

### PERFIL



### DESCRIPCIÓN WP (Itinerario):

- 1 km 0.0 A.R. La Balsa. Subida camino frente a la balsa hacia el Albergue.
- 2 km 0.3 Albergue y rambla del Valle. A la izquierda pasamos la cadena subiendo la rambla.
- 3 km 0.4 A la derecha pasamos la rambla. Sendero del Cerro de las Columnas. Subida inclinada de 3 km. Tiempo de subida: < 30 min.
- 4 km 1.1 Seguimos subiendo por la izquierda. Pasamos por zona de escalada.
- 5 km 2.0 SPP Indicador de Mirador Valle de Murcia.
- 6 km 3.2 SPP Fin del Sendero de las Columnas. Continuamos por la pista más ancha.
- 7 km 4.7 Junto a un depósito. Seguimos bajando por la pista de la derecha.
- 8 km 5.0 SPP Vistas a la derecha del Castillo de la Asomada, Sierra del Puerto, Carrascoy y Sierra Española de fondo. Descenso. Precaución.
- 9 km 7.8 Puerto de la Cadena. Pasamos puerta del Parque.
- 10 km 8.3 SPP Pasamos por el túnel bajo la autovía Murcia-Cartagena. Poco más adelante seguimos marcas PR. a la izquierda alejándonos del puerto. Pasamos puerta de acceso al Parque.
- 11 km 8.8 A la derecha bajo las torres de línea eléctrica. Pronto podremos divisar el litoral murciano.
- 12 km 10.2 SPP SPP de frente. El camino de la derecha se dirige al castillo.
- 13 km 11.0 Dejamos la pista principal para subir una pequeña rampa y comenzar un zigzagante descenso. Precaución.
- 14 km 13.5 Pasamos la puerta del Parque. Nos internamos por un sendero a la izquierda justo donde comienza el asfalto. Zona de saltos.
- 15 km 14.0 Asfalto. Cordel de los Valencianos. Continuamos a la derecha hacia la rambla del Puerto.
- 16 km 15.0 Dejamos asfalto y nos introducimos a la derecha por el cauce de la rambla del Puerto. Pronto se convierte en sendero entre la vegetación. Se recomienda caminar.
- 17 km 15.1 Fuente del Caño. Círculos en el cauce de la rambla de extracciones de piedras para las almazaras. Seguimos el PR. dirección autovía.
- 18 km 15.2 Parking junto a la autovía Murcia-Cartagena. Tiempo hasta este punto: 1:20 horas. Bajamos a la izquierda por la carretera dirección El Palmar.
- 19 km 18.0 Rotonda junto a Hospital (La Arrixaca). Giramos a derecha hacia la A-30 y La Alberca.
- 20 km 19.0 Pasamos sobre la autovía Murcia-Cartagena hacia La Alberca.
- 21 km 21.0 La Alberca. Subida del Valle. A nuestra derecha hay un carril paralelo a la carretera que sube hasta el A.R. La Balsa.
- 22 km 21.4 A.R. La Balsa.

# RUTA 3

## EL MAJAL BLANCO.

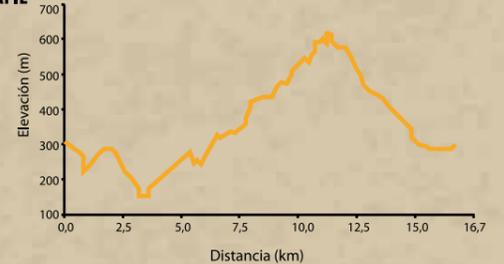
El paraje del Majal Blanco está situado al suroeste del Municipio de Murcia. La ruta propuesta recorre las frondosas lomas de El Majal Blanco para disfrutar de magníficas vistas de la costa, huerta y sierras circundantes. Completando el itinerario con la visita al Aula de la Naturaleza. La orografía general de estas sierras es de fuertes pendientes con predominio de ramblas, dándose un alto porcentaje de umbrías. Este espacio natural alberga carrascales y alcornoques ejemplos de la vegetación por excelencia de los ambientes mediterráneos. El Majal Blanco se comporta como un mosaico de hábitat (pinares, carrascales, roquedos, matorrales, ramblas,...), íntimamente mezclados donde predominan las formaciones arbóreas que permite acoger una fauna rica y variada.



### FICHA TÉCNICA:

- Longitud: 16.7 km.
- Duración: 1 h. 30 min. (+ paradas y visitas).
- Dificultad Física/Técnica: Alta/Alta.
- Ciclabilidad: 95%
- Inicio: Plaza de las Moreras (Torre Guil. Sangonera la Verde).
- Fin: Plaza de las Moreras (Torre Guil. Sangonera la Verde).

### PERFIL



### DESCRIPCIÓN WP (Itinerario):

- 1 km 0.0 Plaza de las Moreras. Salida por el camino ancho empedrado siguiendo la flecha indicador de PR. MU 52.
- 2 km 0.1 Seguimos de frente para descender por una ladera inclinada entre pinos.
- 3 km 0.9 Rambla. Giro a la izquierda. PR. MU 52.
- 4 km 1.0 El PR se introduce en una cerrada rambla saliendo de ésta en una empinada subida que nos obliga a empujar difícilmente la bici. Una opción mejor, es seguir por el camino que gira a la derecha y sale a unas calles sin urbanizar. Accedemos trepando un pequeño desnivel.
- 5 km 1.4 Dejamos el asfalto para continuar siguiendo las señalizaciones PR. MU 52 por el camino central que asciende.
- 6 km 1.8 Curva a derecha junto a casa en ruinas. A nuestra izquierda aparece Barranco Blanco.
- 7 km 2.5 Seguimos PR. Por la izquierda.
- 8 km 3.3 A la izquierda entre olivos por el PR.
- 9 km 3.5 A la derecha. PR. Comienza la ascensión.
- 10 km 4.2 El camino se convierte en una senda entre pinos. Precaución. PR.
- 11 km 4.5 Continúa la estrecha senda. PR.
- 12 km 5.4 Vista de Barranco Blanco. Senda estrecha y técnica. Precaución. PR.
- 13 km 5.7 Vista de Barranco Blanco. Senda muy técnica. Aconsejable caminar. PR.
- 14 km 6.0 Senda a la izquierda que sube.
- 15 km 6.3 Salimos a un camino ancho. Seguimos PR. MU 35 y SL. MU 15. Tiempo hasta este punto: 40 minutos.
- 16 km 6.6 Continuamos a la izquierda por SL. MU 15 y Enlace con PR. MU 55.
- 17 km 7.3 SPP Dejamos el SL. MU 15 para seguir el enlace PR. MU 55.
- 18 km 7.4 A derecha subiendo por el asfalto. PR. MU 55.
- 19 km 7.6 Dejamos el asfalto por el camino que sube a la izquierda.
- 20 km 7.7 A la derecha. PR. MU 55 hacia el Pico del Águila. Subida inclinada.
- 21 km 8.5 A la derecha por el PR.
- 22 km 8.6 A la izquierda por el asfalto. PR. MU 55.
- 23 km 8.8 SPP Aula de Naturaleza del Majal Blanco. SPP.
- 24 km 9.1 Por el camino de la izquierda. PR.
- 25 km 9.4 A la derecha. PR. MU 55 al Pico del Águila. Zona de pendientes de subida.
- 26 km 11.0 Tras la cadena giramos por el sendero de la izquierda. PR. MU 55.
- 27 km 11.2 Llegamos a un alto donde giramos a izquierda.
- 28 km 11.4 Subimos por la pista rota y empinada de la izquierda.
- 29 km 11.6 SPP Pedaleando entre dos vertientes, a la derecha vemos el litoral y campo de Cartagena, y a nuestra izquierda el valle del río Guadalentín. Tiempo hasta este punto: 1 h. 20 min. Descenso.
- 30 km 11.9 SPP Un sendero a la derecha sube a 200 metros al Pico del Águila. Nuestro camino baja después de la cadena. Precaución en el descenso.
- 31 km 13.2 Hacia cruce de Los Arejos.
- 32 km 13.5 SPP En el cruce en cruz seguimos de frente por el PR. MU 34.
- 33 km 15.1 (Izquierda) Vemos Torre Guil.
- 34 km 15.8 SPP Torre Guil. Pasamos la cadena y accedemos al asfalto girando a la izquierda hacia CEMACAM y Plaza de las Moreras.
- 35 km 15.5 CEMACAM (Centro Formación Medioambiental).
- 36 km 16.7 Plaza de las Moreras.