Las fuentes del Lozoya (nivel medio)

El **arroyo de la angostura** en Rascafría es el tramo alto del rio Lozoya, un reino forestal salvaje de gran calidad ambiental y refugio de las especies vegetales de **mayor valor botánico en la Sierra de Guadarrama**. Los abedules, acebos, tejos, pinos silvestres y laricios, robles, majuelos y las galerías ribereñas de los arroyos componen un extraordinario mundo natural.

La ruta parte del "**Aparcamiento Los Robledos" (junto al mirador) y se desciende al cauce del río Lozoya.** Por excelente sendero, se camina por un tupido bosque junto al angosto barranco hasta la bucólica "**Presa del Pradillo**". Dejaremos más adelante el río principal para remontar el arroyo Valhondillo que nos permitirá disfrutar de árboles monumentales, entre el ellos el más antiguo de la Comunidad de Madrid: el **tejo de Barondillo** o Valhondillo, de unos 1.500-1.800 años de antigüedad. Haremos la parada para avituallarnos en un mirador con vistas al Macizo de Peñalara. Reanudaremos la marcha pasando por el puente medieval de la Angostura. Finalmente alcanzaremos el espectacular "**Mirador de los Robledos"** que domina el Valle de Lozoya.

Fecha: **domingo 12 de diciembre de 2021**

Actividad: **Ruta senderista circular (ciclo "Caminos del Agua")**

Inicio: **09:00h en el aparcamiento "Los Robledos" (se adjunta enlace):**
https://goo.gl/maps/x2RMYxXCZ9uvHJTD8

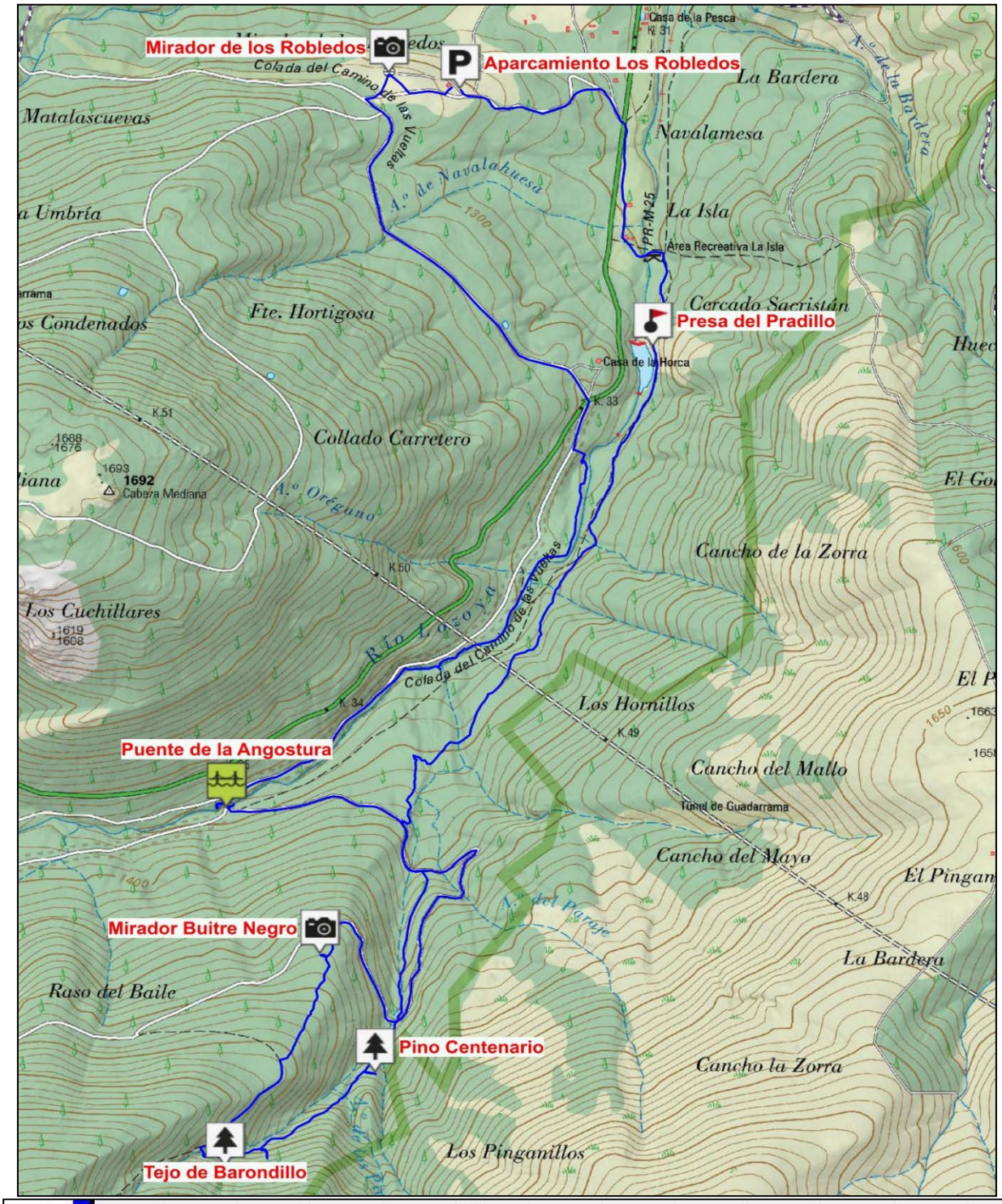
Final: **14:00h en el lugar de la salida**

Distancia: **12,4km**

Desnivel positivo: **460m**

Desnivel negativo: **460m**

Material necesario:

- Ropa de montaña cómoda para caminar (y de abrigo)
- Chubasquero impermeable (recomendable aún con previsión de buen tiempo)
- Bastones de trekking
- **Calzado de senderismo o zapatillas de trail (evitar zapatillas de deporte)**
- Mochila de 30 litros de capacidad
- Cantimplora o botella para el agua de al menos 1,5 litros
- **Gorro y guantes para el frío**
- Algo de comida para la parada intermedia
- Teléfono móvil con la batería cargada

Mapa y perfil del recorrido: