Las fuentes del Lozoya (nivel bajo - familias)

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**". Remontando el cauce del río llegaremos al puente medieval de la Angostura, donde haremos una parada para disfrutar "del bocadillo". 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

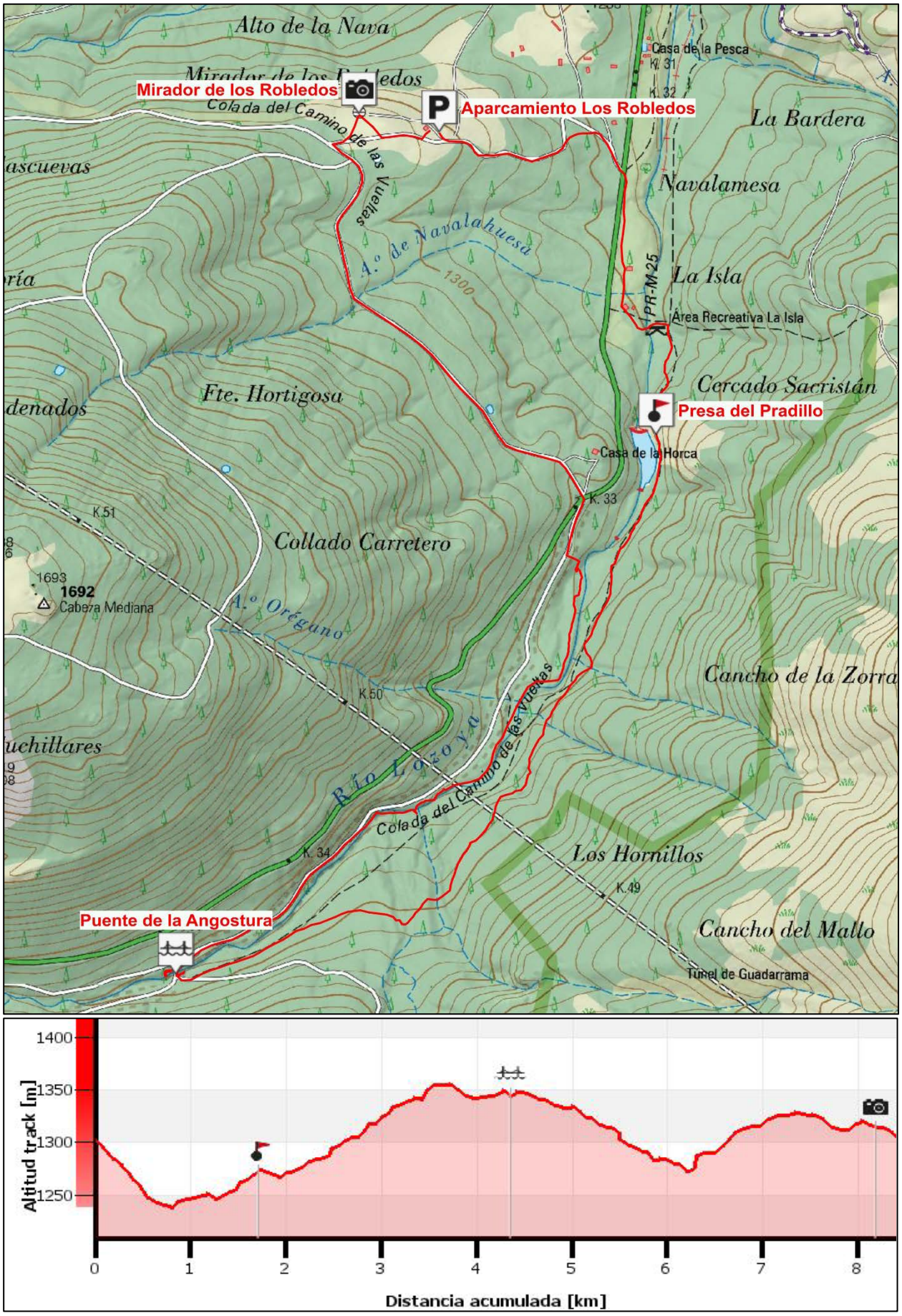
Final: **14:00h en el lugar de la salida**

Distancia: **8,5km**

Desnivel positivo: **170m**

Desnivel negativo: **170m**

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: