



AUTOVÍA

A - 368

INICIO Y FIN DE RUTA CIRCULAR

INTERSECCIÓN DE RUTAS

RUTA 6

DIRECCIÓN

RUTA 3

RUTA 3 + 4

En los Hoteles de la cadena Medplaya somos conscientes de que la industria turística genera multitud de impactos positivos y negativos en la zona de destino; es por ello que hemos desarrollado y puesto en práctica una política de sostenibilidad en la que huéspedes y empleados contribuyan activamente con nosotros con el fin de minimizar los impactos negativos. Una de las medidas tomadas es la iniciativa, confección y creación de ésta interesante ruta senderista por la Sierra de Mijas, elaborada por los propios empleados de la cadena en la Costa del Sol, fomentando buenas prácticas medio - ambientales entre nuestros huéspedes y cediéndose su distribución al Ayuntamiento de Benalmádena para el resto del municipio.

In the hotels of the Medplaya network we are aware that the tourist industry generates a lot of positive and negative impacts on the zone where they are; this is why we have made and put to work a sustainability policy in which the guest and employees contribute actively with us to minimize the negative impacts. One of the measures we have took is the initiative, making this interesting trekking route through the Sierra de Mijas, elaborated by the employees of the Costa del Sol network, encouraging good environmental activities for our guests, giving its distribution to the town of Benalmádena for the rest of the municipality.

Teléfonos de Interés

Ayto. Benalmádena	952 579 800
Emergencias	092
Policía Municipal	952 562 142
Taxi	952 441 545

Rutas Oficiales del Ayto. Benalmádena
<http://www.benalmadena.es>
 Otras rutas por la provincia de Málaga
<http://desenderos.blogspot.com.es>

medPlaya.com

APOYA AL MOVIMIENTO CIUDADANO
 PRO-PARQUE NATURAL SIERRA DE MIJAS-ALPUJATA

MOVIMIENTO CIUDADANO PRO - PARQUE NATURAL
 SIERRA DE MIJAS - ALPUJATA

La Sierra de Mijas es un cordón montañoso calizo que discurre paralelo a la costa, conformando un balcón natural sobre el Mediterráneo de gran biodiversidad.

A través de las distintas sendas y veredas que recorren este enclave natural, se perciben olores y fragancias de matorral abierto y de poco porte que se desarrollan bajo la cubierta arbórea: tomillo andaluz, romero, ruda, hinojo, palmito, esparto, etc. Son especies que siempre han estado en las despensas de los abuelos, pues han sido innumerables los remedios caseros para diversas dolencias en virtud de sus propiedades curativas. Formando parte del pastizal, en los claros del bosque, se puede observar una de las familias más evolucionadas del reino vegetal: las orquídeas, que junto a los endemismos vegetales que se desarrollan debido a las particularidades geológicas y climatológicas de esta sierra, constituyen la principal riqueza botánica de ésta.

Por otro lado, la encina se acompaña de un matorral denso y arbustivo compuesto de coscoja, lentisco, enebro, cornicabra, torvisco y jaras.

Ya en las proximidades del pico de Mijas, 1.150 m. sobre el nivel del mar, podemos encontrar especies como: cernícalo primilla, águila imperial ibérica, aguililla calzada, gineta, lirón careto, búho real, lagarto ocelado y la víbora hocicuda y si mostramos atención podremos ver alguna cabra montés en su habitual desplazamiento nocturno en busca de agua.

La Sierra de Mijas es un cordón montañoso calizo que discurre paralelo a la costa, conformando un balcón natural sobre el Mediterráneo de gran biodiversidad. A través de las distintas sendas y veredas que recorren este enclave natural, se perciben olores y fragancias de matorral abierto y de poco porte que se desarrollan bajo la cubierta arbórea: tomillo andaluz, romero, ruda, hinojo, palmito, esparto, etc. Son especies que siempre han estado en las despensas de los abuelos, pues han sido innumerables los remedios caseros para diversas dolencias en virtud de sus propiedades curativas. Formando parte del pastizal, en los claros del bosque, se puede observar una de las familias más evolucionadas del reino vegetal: las orquídeas, que junto a los endemismos vegetales que se desarrollan debido a las particularidades geológicas y climatológicas de esta sierra, constituyen la principal riqueza botánica de ésta. Por otro lado, la encina se acompaña de un matorral denso y arbustivo compuesto de coscoja, lentisco, enebro, cornicabra, torvisco y jaras. Ya en las proximidades del pico de Mijas, 1.150 m. sobre el nivel del mar, podemos encontrar especies como: cernícalo primilla, águila imperial ibérica, aguililla calzada, gineta, lirón careto, búho real, lagarto ocelado y la víbora hocicuda y si mostramos atención podremos ver alguna cabra montés en su habitual desplazamiento nocturno en busca de agua.

La Sierra de Mijas es un cordón montañoso calizo que discurre paralelo a la costa, conformando un balcón natural sobre el Mediterráneo de gran biodiversidad. A través de las distintas sendas y veredas que recorren este enclave natural, se perciben olores y fragancias de matorral abierto y de poco porte que se desarrollan bajo la cubierta arbórea: tomillo andaluz, romero, ruda, hinojo, palmito, esparto, etc. Son especies que siempre han estado en las despensas de los abuelos, pues han sido innumerables los remedios caseros para diversas dolencias en virtud de sus propiedades curativas. Formando parte del pastizal, en los claros del bosque, se puede observar una de las familias más evolucionadas del reino vegetal: las orquídeas, que junto a los endemismos vegetales que se desarrollan debido a las particularidades geológicas y climatológicas de esta sierra, constituyen la principal riqueza botánica de ésta. Por otro lado, la encina se acompaña de un matorral denso y arbustivo compuesto de coscoja, lentisco, enebro, cornicabra, torvisco y jaras. Ya en las proximidades del pico de Mijas, 1.150 m. sobre el nivel del mar, podemos encontrar especies como: cernícalo primilla, águila imperial ibérica, aguililla calzada, gineta, lirón careto, búho real, lagarto ocelado y la víbora hocicuda y si mostramos atención podremos ver alguna cabra montés en su habitual desplazamiento nocturno en busca de agua.

La Sierra de Mijas es un cordón montañoso calizo que discurre paralelo a la costa, conformando un balcón natural sobre el Mediterráneo de gran biodiversidad. A través de las distintas sendas y veredas que recorren este enclave natural, se perciben olores y fragancias de matorral abierto y de poco porte que se desarrollan bajo la cubierta arbórea: tomillo andaluz, romero, ruda, hinojo, palmito, esparto, etc. Son especies que siempre han estado en las despensas de los abuelos, pues han sido innumerables los remedios caseros para diversas dolencias en virtud de sus propiedades curativas. Formando parte del pastizal, en los claros del bosque, se puede observar una de las familias más evolucionadas del reino vegetal: las orquídeas, que junto a los endemismos vegetales que se desarrollan debido a las particularidades geológicas y climatológicas de esta sierra, constituyen la principal riqueza botánica de ésta. Por otro lado, la encina se acompaña de un matorral denso y arbustivo compuesto de coscoja, lentisco, enebro, cornicabra, torvisco y jaras. Ya en las proximidades del pico de Mijas, 1.150 m. sobre el nivel del mar, podemos encontrar especies como: cernícalo primilla, águila imperial ibérica, aguililla calzada, gineta, lirón careto, búho real, lagarto ocelado y la víbora hocicuda y si mostramos atención podremos ver alguna cabra montés en su habitual desplazamiento nocturno en busca de agua.

La Sierra de Mijas es un cordón montañoso calizo que discurre paralelo a la costa, conformando un balcón natural sobre el Mediterráneo de gran biodiversidad. A través de las distintas sendas y veredas que recorren este enclave natural, se perciben olores y fragancias de matorral abierto y de poco porte que se desarrollan bajo la cubierta arbórea: tomillo andaluz, romero, ruda, hinojo, palmito, esparto, etc. Son especies que siempre han estado en las despensas de los abuelos, pues han sido innumerables los remedios caseros para diversas dolencias en virtud de sus propiedades curativas. Formando parte del pastizal, en los claros del bosque, se puede observar una de las familias más evolucionadas del reino vegetal: las orquídeas, que junto a los endemismos vegetales que se desarrollan debido a las particularidades geológicas y climatológicas de esta sierra, constituyen la principal riqueza botánica de ésta. Por otro lado, la encina se acompaña de un matorral denso y arbustivo compuesto de coscoja, lentisco, enebro, cornicabra, torvisco y jaras. Ya en las proximidades del pico de Mijas, 1.150 m. sobre el nivel del mar, podemos encontrar especies como: cernícalo primilla, águila imperial ibérica, aguililla calzada, gineta, lirón careto, búho real, lagarto ocelado y la víbora hocicuda y si mostramos atención podremos ver alguna cabra montés en su habitual desplazamiento nocturno en busca de agua.

RUTA 3

7 Km., Ida y Vuelta, 2:30 Hrs.

INICIO / START: Carretera / Road de Arroyo de la Miel a Benalmádena Pueblo

FINAL / END: Cruce con la Ruta 6 / Crossing with Route 6

DIFICULTAD / DIFFICULTY: Fácil / Easy

RECORRIDO / ROUTE: Lineal

En la misma curva de la carretera un panel informativo marca el inicio de la ruta. Cruzamos por debajo del viaducto de la A-7 hasta una pequeña explanada donde podemos dejar nuestro coche. Tomamos el camino que parte del mismo cauce y asciende por la ladera situada al sur, atravesando una densa masa de pino Carrasco. Al llegar a la cota 330 m. encontramos el cruce con la **ruta 4**. A partir de aquí, el camino se hace menos pendiente hasta cruzarse con el **Regajo del Quejigal**. A lo largo del tramo nos encontramos varias casetas pequeñas que se utilizaban como depósitos para la antigua conducción del agua que descendía desde la sierra. A medida que avanzamos se va abriendo ante nuestros ojos una amplia panorámica de la sierra, destacando, al oeste, el **Tajo del Quejigal**, y los **Tajos de la Sabia**. En torno a los 425 m. de altitud, el camino que viene descendiendo a lo largo de los últimos metros cruza el cauce del Arroyo del Quejigal, allí encontraremos una pequeña zona de descanso junto a una fuente. A partir de este punto, el camino asciende bruscamente en dirección Norte, en busca de la cañada continua. Después de superar esta última ascensión, nos encontramos con el cruce de la **Ruta 6**, si vamos hacia el Oeste, el camino nos conduce hacia el **Pico Castillejo**, (repetidor de TV) enlazando con la **Ruta 4** , de lo contrario regresaremos por el mismo camino hacia el punto inicial del recorrido.

*At the curve of the road there is a informative panel which shows the start of the route. We cross under the viaduct of the A-7 until a small concourse where you can leave your car. You take the way that parts from the channel which ascends on the south hillside, going through a dense mass of carrasco pine. When you pass the 330 m mark, there is a crossing with **route 4**. From this point, the path becomes less steep until you reach the **Regajo del Quejigal**. Along the section you will find various sheds which were used as deposits for the water that descends the mountain. As we move forward, we start to see a nice panoramic view of the mountains, highlighting, to the west, the **Tajo de Quejigal** and **Tajos de la Sabia**. Around 425 m high, the path will cross the Arroyo del Quejigal channel, there you will find a resting area where there is a fountain. From this point the path ascends sharply to the North, heading towards the next glen. After passing the steep hills we will find the **route 6** crossing, if you head west, the path leads to the **Castillejo peak**, linking with **route 4**, on the contrary we would head back to the starting point of the route.*

601 m.

236 m.

0 0,7 1,3 2,0 2,68 Km.

RUTA 3 + R4

7,48 Km., Circular, 3:30 Hrs.

INICIO / START: Carretera / Road de Arroyo de la Miel a Benalmádena Pueblo

FINAL / END: Mismo sitio / Same place

DIFICULTAD / DIFFICULTY: Moderada / Moderate

RECORRIDO / ROUTE: Circular

Para hacer este recorrido circular, realizaremos la **ruta 3** (la ruta verde en nuestro mapa) y una vez llegados a el cartel indicativo que nos indica el cruce de senderos, tomamos el de nuestra izquierda que en constante subida nos llevará al siguiente cruce . Tomaremos el que nos indica **ruta 4** (ya que si seguimos rectos nos conducirá hasta el repetidor de TV y el pico Mijas, donde podremos observar unas magnificas panorámicas de toda la costa así como del Valle del Guadalhorce). Una vez que cojamos la vereda de la **ruta 4**, la subida se hace mas suave y llevadera. Entramos en un pequeño bosque de pinos en una zona llamada **La Umbría**, donde podemos encontrar en la época de lluvias una gran cantidad de setas, entre ellas la exquisita boletus. Seguimos nuestra ruta en un terreno prácticamente llano y abandonamos el bosque para adentrarnos en una bajada constante en la que domina el matorral mediterráneo (tomillo, romero, palmito, etc) al final de esta bajada nos encontraremos otro cruce de caminos, tomaremos el de la izquierda que nos llevará hacia la **ruta 3** y de ahí hasta el viaducto donde iniciamos nuestro sendero y daremos por finalizado nuestro recorrido por la Sierra de Benalmádena.

*To do this circular route, you will do **route 3** (the green path on the map) and once we reach the informative panel which shows the trekkers cross , we take the left way which will take us up a constant hill that will take us to the next crossing. You will take **route 4** (because if we continue straight it will take us to the Mijas peak, where we can observe magnificent views of all of the coast ad the Valle del Guadalhorce). Once we take **route 4**, the hill becomes less steep. You will enter some small pine woods called **La Umbría**, where in rainy times we can find a lot of mushrooms, between them the delicious boletus. You continue the route on a plain surface and we come out of the woods and go down a constant hill where there is a lot of bushes (thyme, rosemary, saw palmetto, etc) at the end of this hill there is another crossing, you take the left one which will take you to **route 3**, from there to the viaduct where you started the trek, and that is the end of the route trough Sierra de Benalmádena*

765 m.

236 m.

0 0,7 1,3 2,0 2,68 Km. 3,6 5,4 7,24 Km.

SENDERISMO

EN

BENALMÁDENA

