















Ruta: Pozo de Airón (Salamanca) Arribes de Duero

Lugar	Pereña de la Ribera (Salamanca) Arribes de Duero
Tipo de marcha	Ida y vuelta
Distancia total	7,0 kms
Duración estimada	2,5 horas
Desnivel	254 mts
Dificultad	 Baja
Tipo de camino	Sendero señalizado
Agua potable	Se recomienda llevar entre 1,0 y 1,5 l. de agua.
Recomendaciones	Cámara de fotos Comida suficiente, frutos secos, barritas, gel, etc; para reponer fuerzas
Descripción	Esta breve ruta se inicia en la localidad Pereña de la Ribera y nos lleva hasta el Pozo Airón, que es una bella cascada que cuenta con el atractivo de poder acceder sin dificultades a la parte de atrás de la misma. La ruta es accesible para todos los públicos por distancia y tipo de camino. Además podemos acceder con el vehículo hasta un aparcamiento que se encuentra a mitad de camino.
Equipo recomendado	Invierno/ Otoño: Camiseta térmica transpirable manga larga. Forro polar o similar Chaqueta/cortavientos e impermeable. Botas de montaña y bastones. Gorro, guantes y gafas. Crema solar y protección labial. Ropa de repuesto. Primavera/ Verano: Zapatillas o botas de trekking, gorra o sombrero, bastones, protección labial y crema solar, gafas de sol, chubasquero. Ropa de repuesto.
Época del año	Otoño, invierno y primavera. Atención especial en verano, posible insolación.

MIDE		Pozo de los Humos desde Pereña (Salamanca)	
 horario	2,5 h	 1	severidad del medio natural
 desnivel de subida	254 m	 1	orientación en el itinerario
 desnivel de bajada		 2	dificultad en el desplazamiento
 distancia horizontal	7,0 km	 2	cantidad de esfuerzo necesario
 tipo de recorrido	Ida y vuelta		
Condiciones 3 estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas			

MIDE (Método de Información De Excursiones)

MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

 <p>Medio. Severidad del medio natural</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 El medio no está exento de riesgos 2 Hay más de un factor de riesgo 3 Hay varios factores de riesgo 4 Hay bastantes factores de riesgo 5 Hay muchos factores de riesgo 	
 <p>Itinerario. Dificultad de orientarse en el itinerario</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 Caminos y cruces bien definidos 2 Sendas o señalización que indica la continuidad 3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales 4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza 5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear 	
 <p>Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por caminos de herradura 3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares 4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio 5 Requiere pasos de escalada para la progresión 	
 <p>Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva 	<p>Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado</p>

El MIDE está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

Más información: www.euromide.info