

Ruta: Al Pozo de los Humos desde Pereña (Salamanca) Arribes de Duero

Lugar	Pereña de la Ribera (Salamanca) Arribes de Duero
Tipo de marcha	Ida y vuelta
Distancia total	4,0 kms
Duración estimada	1,5 horas
Desnivel	118 mts
Dificultad	 Baja
Tipo de camino	Sendero y terreno mixto
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 ruta se inicia en Pereña de la Ribera hasta un mirador con espectaculares vistas sobre el Pozo de los Humos, que es un espectacular salto de agua de unos cincuenta metros de altura formado por el río Huces poco antes de desembocar al Duero. La primera parte, para evitar el cruce continuo de vehículos la continuaremos en vehículo hasta el aparcamiento situado a 2 kms. Del pueblo, donde iniciamos la ruta al lado del merendero. A partir de aquí seguimos por la misma pista, descendiendo progresivamente hasta que ésta termina en otro aparcamiento. Desde aquí sólo nos quedan unos trescientos metros de camino un poco más escabroso (pero sin ninguna dificultad) hasta llegar al mirador.
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	1,5 h	 1	severidad del medio natural
 desnivel de subida	118 m	 1	orientación en el itinerario
 desnivel de bajada		 2	dificultad en el desplazamiento
 distancia horizontal	4,0 km	 1	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.

 Medio. Severidad del medio natural	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	 1 1
 Itinerario. Dificultad de orientarse en el itinerario	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	 2 1
 Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento	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	
 Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario	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	Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado

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