

21-05-2023

Desde el barrio cántabro de Helgueras de Noja, en el límite de la playa de Trengadín comienza la excursión a el **Macizo de Mijedo**, que se encuentra entre **Noja** y la playa de Berria (**Santoña**). A la entrada de este pequeña población viniendo desde Noja podemos cruzar por el **punto de Helgueras**, del siglo XVI, o quizás de la época romana como también se afirma. A unos 700 metros a la derecha descubrimos el **molino Victoria** (s. XVII), que utilizaba las mareas para su funcionamiento. Este es un punto de observación privilegiado de aves de la *Marisma Victoria*. Continuamos por la carretera hasta el cruce ( 0h.40' ) . Tomamos un camino a la derecha que se interna por el tupido bosque y asciende de forma notable en dirección este. A unos 3km ya próximos a la cima tomaremos una desviación a la izda.( norte) llegando a la cima del **Migedo 231m.**, en medio de un encinar cantábrico. Desde su cima se puede contemplar este tramo espectacular de la costa cántabra y la bahía de Noja hasta el *Cabo de Quejo*. Descendemos dirección este pasando por un collado hacia el **Miravalles 214m**, a unos 4 km. de nuestro inicio. La visión desde su modesta cumbre se amplía hacia el monte *Ganzo* encima de *Santoña*, con el parque natural de sus marismas. Continuamos la dirección hasta un cruce a la izda a unos 500 metros de la cima e iniciaremos el descenso hacia el norte al encuentro de la costa. Tras cruzar la carretera acabaremos nuestra ruta circular por la playa hasta Helgueras.

Compártelo:

Haz clic para compartir en Twitter (Se abre en una ventana nueva)

Haz clic para compartir en Facebook (Se abre en una ventana nueva)

Haz clic para compartir en WhatsApp (Se abre en una ventana nueva)

Haz clic para compartir en Telegram (Se abre en una ventana nueva)

## DATOS TÉCNICOS

Tipo de actividad	Salida circular de día a pie.
Situación	
Desnivel acumulado	+284/-286
Longitud	5,54km.
Previsión de la duración de la actividad	

## Hora y lugar del encuentro

10.00 Uribarri. Gailurra local. 11.00 .Helgueras Bar las Doradas. Trauko 27 11:00 Helguerako Las Doradas tabernan

## Lugar de comienzo y final del itinerario

Helgueras. Noja. Cantabria

## Fecha límite para apuntarse a la salida

## Conocimientos técnicos necesarios

## Preparación física necesaria

## Material técnico necesario

Calzado y ropa adecuada para esta época del año. Bastones. Agua

## Otras observaciones

- Ropa y calzado de monte adecuados a la actividad y la época del año, con ellas se deberá de poder hacer frente a cualquier tiempo atmosférico posible. Estamos en mayo y el clima puede ser cambiante. -Bebida y comida. 10.00 Salida de Uribarri Como llegar: Cómo llegar: Desde Bilbao, A-8 hasta la salida de Noja (salida 185) y seguir la carretera CA-147, por Beranga, San Mamés de Meruelo y Castillo, hasta Noja y carretera a Helgueras . Como ir: Coches particulares. (Si alguien no tiene coche comunicarlo para organizarnos).

## TEN EN CUENTA

### Antes de salir:

- 1. Infórmate: lee con atención la ficha informativa y el mapa para decidir si es un itinerario adecuado a tu familia.
- 2. Motívalos: Comenta con tus hijas-os el itinerario, enséñales fotos, dales el mapa infantil para que dibujen y pinten encima.
- 3. Prepara la mochila: ten en cuenta la época del año y la actividad a realizar para meter lo necesario. Es muy recomendable que los txikis también preparen su propia mochila pequeña.

### En el monte:

- 4. Los padres-madres sois los responsables de vuestros hijas e hijos: debéis estar vigilantes en la misma medida que vuestros hijos-as necesitan jugar, correr, saltar

- 5. Los organizadores-as de Gailurra conocen el itinerario y los pormenores de la actividad, atiende sus indicaciones.
- 6. Comunícate: Preguntar tus dudas. Si tienes algún problema o necesidad especial coméntalo con quienes te acompañan y con los organizadores.
- 7. En grupo: No te adelantes ni te retrases por tu cuenta. En ocasiones pararemos para reunir el grupo, en otras para comer o jugar.
- 8. Juega limpio: Respeta flora y fauna. No tires piedras ni hagas mucho ruido. Recoge y llévate tus basuras.
- 9. Observa y aprende: Contágate de la curiosidad de los más pequeños y ven dispuesto a aprender cosas nuevas. Igualmente, comparte lo que sabes.
- 10. Fomenta el compañerismo: Llegar a la cima es guai, pero no es lo más importante.

## Para apuntarse:

En esta misma página web. Se inscribe la persona adulta añadiendo en la misma línea el nombre de tus hijas/hijos o menores a tu cargo (indica su edad) Ejemplo: Pirritx Irrizabalaga + Pupu (5) + Lore (5)

## Para más información:

Lourdes 665 70 99 78

