

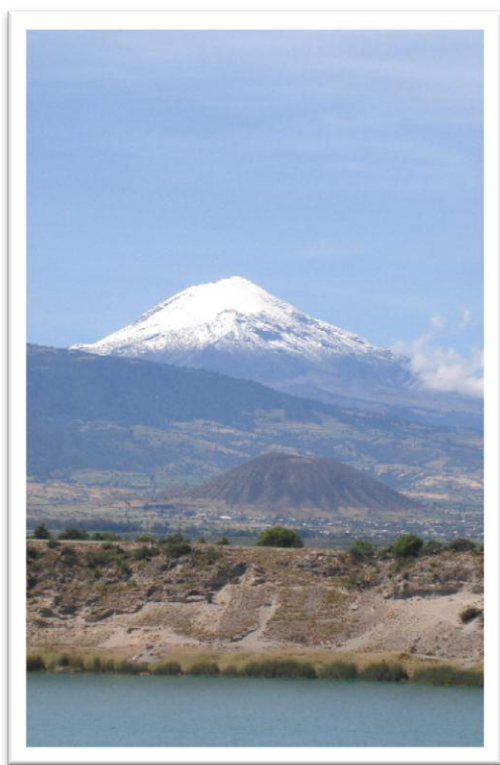
CLUB CITLALTÉPETL DE MÉXICO, A.C.

Fundado en 1924



EL EXCURSIONISTA

Boletín Trimestral de Actividades



**Citlaltépetl o Pico de Orizaba
Puebla.**

**En la ribera de la laguna
sale la luna, de primavera.**

L. Lugones

A manera de Editorial

Favor de tomar nota de los evidentes cambios: el boletín se reduce a su original expresión, pero con un nuevo formato y cumpliendo con su función primordial, informar fecha y características básicas de las excursiones. Además, se incluye un vínculo con el correo electrónico de los Guías (hacer clic en el nombre) con el fin de que los interesados en las actividades puedan establecer contacto con el Guía que corresponda.

Para este trimestre se han programado numerosas actividades: 19 excursiones y un curso de Alta Montaña, esperamos que cumplan con sus expectativas.

El 21 de octubre parte el grupo de Treking al Himalaya y regresará el 14 de noviembre. Para esta actividad se han incluido varias excursiones de acondicionamiento físico. El Club Citlaltépetl les desea mucho éxito.

Tlalnepantla Mor. a Amatlán de Quetzalcóatl

Agosto 1, domingo

Grupo Intermedio

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5450	210	280	2.1	2.1



Por la carretera Xochimilco-Oaxtepec y antes de Tlayacapan está la población, de donde parte la vereda a través de una cañada preciosa con formaciones de arenisca muy característica de la zona que comprenden el macizo Tepoztlán-Oaxtepec. Calor húmedo, lleve agua, repelente y buenas botas, porque la cañada puede llevar agua, en buena parte es un descenso hasta Amatlán. No se quede en casa, reviva esta magnífica excursión.

Guía: [Gastón Almada](#)

Ayudante: Marcelino Espinosa

La Joya-Ayoloco

Agosto 7, sábado

Grupo Avanzado

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5451	250	330	2	2



Esta excursión está prevista para el Grupo de Treking al Himalaya y forma parte del programa de acondicionamiento físico previo. Los demás socios e invitados que deseen asistir son bienvenidos.

Guía: [Fernando Cortés](#)

Ayudante: Rafael Müller

Balcón de Tecalco

Agosto 8, domingo

Grupo Intermedio

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5452	200	260	2	2



Excursión que se inicia en el Llano de Zoquiapan, cerca de Río Frío. Por veredas subiremos al Puerto del Aire, para desde ahí continuar a nivel hasta el imponente peñasal de Tecalco, donde comeremos. El descenso será por ruta diferente, rodeando el cerro Los Potreros hasta el autobús.

Guía: [Carlos Arredondo](#)

Ayudante: Gaby Bravo

Travesía Chimilli al Pueblo del Ajusco (1/4)

Agosto 15, domingo

Grupo Básico

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
7:25 a.m.	5453	Socios	Invitados	Salida	Llegada
		190	250	3.2	3.2



Excursión para principiantes y para personas que no quieren caminar mucho, a través de un sendero bien marcado por la antigua vía del FFCC a Cuernavaca. Se inicia en el Km. 11 aproximadamente de la carretera al Ajusco, pasa por un costado del Xitle y llega al poblado. Lleve manga y linterna. Recorrido escénico.

Guías: [Mari Paz García](#) y [Daniel Rojas](#)

Ayudantes: C. Pantoja/G. Almada

Cerro Tulmiac

Agosto 22, domingo

Grupo Intermedio

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
7:25 a.m.	5454	Socios	Invitados	Salida	Llegada
		190	250	3	3



Continuaremos haciendo cumbres "nuevas" en esta zona. Salida directo a Parres, con 30 minutos para desayunar, antes de partir a este volcán semi-explorado en medio de restos de lava y áreas de cultivo. Manga, lámpara, botas y silbato. No juegue con su seguridad e integridad.

Guía: [Olivia Avilés](#)

Ayudante: Gaby Bravo

Llano Grande El Alto-Téyotl

Agosto 28, sábado

Grupo Avanzado

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
7:25 a.m.	5455	Socios	Invitados	Salida	Llegada
		270	350	2	2



Esta excursión está prevista para el Grupo de Trekking al Himalaya y forma parte del programa de acondicionamiento físico previo. Los demás socios e invitados que deseen asistir son bienvenidos.

Guía: [Fernando Cortés](#)

Ayudante: Rafael Müller

Cerro Coyotes en Travesía

Agosto 29, domingo

Grupo Intermedio

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
7:25 a.m.	5456	Socios	Invitados	Salida	Llegada
		190	250	3.2	3.2



Excursión de travesía, que inicia en "Los Baúles", en la carretera Ajusco-Xalatlaco. Por veredas conocidas subiremos el cerro Media Luna, para desde ahí, continuar hasta el Cerro Coyotes, donde comeremos. Por la tarde, el descenso será hacia el Valle de Montealegre, donde nos esperará el autobús.

Guía: [Carlos Arredondo](#)

Ayudante: Elizabeth Ortega

Cerro Mirador

Agosto 29, domingo

Grupo
3ª. Edad

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5457	190	250	3.2	3.2



Descenderemos del autobús, en el mismo lugar que el grupo intermedio, (Cañada de Montealegre) iremos hacia este espléndido "Mirador" en la base del Coyotes regresando al mismo punto para recoger al otro grupo. Manga, linterna y silbato.

Guía: [Rafael Uribe](#)Ayudante: [Claudia Freyermuth](#)

¡Atención Socios! Curso de Alta Montaña 2010 (1/4)

Septiembre 1, miércoles

Cita	Recuperación	
	Socios	Invitados
20:00	200	800

El programa será entregado por el Guía Instructor al momento de la inscripción así como las excursiones obligatorias. Duración aproximada de 2 horas. Instructores: Olivia Avilés, Nicanor Gorráez, Luis Bernardo Reyes y Marco Ríos. Temas: Climatología, geología, equipo, acondicionamiento físico, etc.

Expone: [Marco Ríos](#)Otumba-Tepeapulco-Arcos del Padre Tembleque-Epazoyucan-
Mineral Real del Monte

Septiembre 4 y 5, sábado y domingo

Grupo
Turismo

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5458	360	470	1	1



El rumbo es Hidalgo, todas las poblaciones mencionadas, están cargadas de Historia y Arte, las recorreremos de la mano profesional de Ruth. La pernocta es en Real del Monte con el costo adicional del Hotel, que en su momento se establecerá. La visita en Real del Monte incluye el panteón inglés, alguna mina, etc. Inscribáse 15 días antes y espere otro comunicado.

Guía: [Ruth Mennele](#)Ayudantes: [Juan C. Chávez](#) / [M. Ríos](#)

¡Atención Socios! Curso de Alta Montaña 2010 (2/4)

Septiembre 8, miércoles

Cita	Recuperación	
	Socios	Invitados
20:00	200	800

Fisiología de la Alta Montaña. Respuesta del organismo a la altura. Beneficios y trastornos.

Expositor: [Nicanor Gorráez](#)

Milpa Alta-Tlalmolo-Parres

Septiembre 12, domingo

Grupo
Experimentado

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5459	210	280	2.1	3



Recorrido que lleva de 10 a 12 horas, saliendo del Panteón de San Lorenzo Tezonco, entre siembra de nopal y después bosque de coníferas. Ascenderemos al volcán Tlalmolo, el más alto de la zona, vistas espectaculares. Excursión para elementos bien entrenados. Manga, linterna, silbato y botas. El descenso es hacia Parres. Es imperativo, lleve lámpara, no ponga en riesgo su integridad y la de los demás ¡cumpla con los requisitos de seguridad elemental!

Guía: [Marco Ríos](#)

Ayudante: Juan Charnichart

Cascadas de la Mirapuebla-Cofre de Milpulco

Septiembre 19, domingo

Grupo
Avanzado

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5460	250	330	2	2



En el autobús hasta "La Joya", donde inicia nuestra excursión por veredas, descenderemos la cañada de Alcalcan hasta "La Boca del Tiburón", para desde ahí ascender hasta el puerto donde están las cascadas. Caminaremos al cofre de Milpuco, donde comeremos. El descenso será por la misma ruta. La cota llega a 4200 msnm.

Guía: [Carlos Arredondo](#)

Ayudante: Joaquín Negrete

¡Atención Socios! Curso de Alta Montaña 2010 (3/4)

Septiembre 22, miércoles

Cita	Recuperación	
	Socios	Invitados
20:00	200	800

Equipo de seguridad.

Expone: [Marco Ríos](#)

Travesía del Ajusco al Oyameyo (2/4)

Septiembre 25, sábado

Grupo
Básico

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5461	190	250	3.2	3.2



El grupo básico hará otro medio recorrido escénico, tranquilo a través de la ciclo pista desde el pueblo del Ajusco a la base del Cerro Oyameyo. Quien quiera ascender un poco lo puede hacer.

Guías: [Mari Paz García](#) y [Daniel Rojas](#)

Ayudantes: C. Pantoja/G. Almada

La Pila-Cresta del San Miguel-Cruz de Colica-Pantano

Septiembre 26, domingo

**Grupo
Avanzado**

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5462	190	250	4	4



Recorrido largo con subidas y bajadas por senderos bien marcados y muy escénicos si el tiempo lo permite. Comienza en la carretera a Toluca y termina en el Pantano cerca del Convento del Desierto de los Leones. Manga, linterna y botas.

Guía: [Nicanor Gorrález](#)

Ayudante: Marcelino Espinosa

¡Atención Socios! Curso de Alta Montaña 2010 (4/4)

Septiembre 29, miércoles

Cita	Recuperación	
	Socios	Invitados
20:00	200	800

Temas variados.

Expone: [Olivia Avilés](#)

Xinantécatl-Nevado de Toluca (Curso de Alta Montaña)

Octubre 2 y 3, sábado y domingo

**Grupo
Avanzado**

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5463	360	470	4	4



Llegaremos sin escalas al Parque de los Venados, donde haremos la reserva para el refugio (costo adicional). Continuaremos a la Pluma y subiremos hacia el Pico del Fraile a nuestro lugar de prácticas. Por la tarde/noche bajaremos al refugio donde cenaremos y dormiremos. El domingo por la mañana regresaremos al Pico del Fraile y si el tiempo y el grupo lo permiten continuaremos al Pico del Águila. Equipo completo de alta montaña y campamento (por si no alcanzamos refugio)

Guía: [Marco Ríos](#)

Ayudante: Luis Bernardo Reyes

Oyameyo-Parres (3/4)

Octubre 10, domingo

**Grupo
Básico**

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5464	190	250	3	3



Esta excursión está programada en domingo y cierra el ciclo para el grupo básico. A mayor altura (3000 m.) se desarrolla este paseo, recorre la parte final de la serranía del Ajusco con insuperables paisajes. Lleve manga, linterna, ropa de abrigo y botas.

Guías: [Mari Paz García](#) y [Daniel Rojas](#)

Ayudantes: C. Pantoja/G. Almada

Cerro Minas en Travesía

Octubre 17, domingo

Grupo Intermedio

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5465	190	250	3.2	3.2



Excursión de travesía que inicia en la base del Cerro Picacho. Subiremos el Cerro Minas por veredas conocidas, hasta su mirador que es el más espectacular de todos en esa zona. Ahí comeremos. Por la tarde el descenso será por “Cañada Honda” siguiendo la vereda hasta el Valle Agua de Pájaros, donde nos esperará el autobús.

Guía: [Carlos Arredondo](#)

Ayudante: Jesús Herrera

Cañada del Jumento

Octubre 17, domingo

Grupo 3ª. Edad

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5466	190	250	3.2	3.2



Excursión adjunta a la anterior descrita que recorre parajes alrededor del Cerro Jumento donde está ubicada la cañada. Lleve ropa de abrigo, manga y botas. Excursión escénica.

Guía: [Rafael Uribe](#)

Ayudante: Claudia Freyermuth

Mesa de Doña Ana a Puente de Dios, Hgo. (a contracorriente)

Octubre 24, domingo

Grupo Intermedio

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5467	230	300	1	1



Delante de Atotonilco en el Estado de Hidalgo se llega a esta población donde pasa el Río Amajac, el cual recorreremos en una buena parte a contracorriente hasta llegar al Puente de Dios, donde estará el autobús. Recorrido que implica “mojarse” los pies, pero vale la pena, por el imponente cañón. Lleve agua abundante y ropa de repuesto y abrigo.

Guía: [Gastón Almada](#)

Ayudante: Marcelino Espinosa

Cañada Agua Grande

Octubre 31, domingo

Grupo Intermedio

Salida	Exc. No.	Recuperación		Rutas	
		Socios	Invitados	Salida	Llegada
7:25 a.m.	5468	190	250	3.2	3



Excursión de travesía que inicia en el Valle de la Cantimplora, en Ajusco. Caminaremos siempre en descenso moderado, siguiendo el arroyo. Visitaremos la gran cascada de Quepil. La comida será en el Llano “El Boletero” que está en la base del Cerro Tresquepil. Por la tarde, continuaremos al poblado “El Capulín” donde nos esperará el autobús.

Guía: [Carlos Arredondo](#)

Ayudante: Pablo Bedolla

El blando cuerpo del silencio
dulcemente en la inmensidad se acuesta.

L. Lugones



Xalapasco, Quechulac
Puebla

Domicilio de la Casa Club del CCM, salida y llegada del autobús:

Córdoba No. 235, entre Coahuila y Antonio M; Anza

Col. Roma Sur, 06700 México, D. F.

Depósitos Bancarios

(enviar fax al Club, anotando su nombre):

BBVA Bancomer: Cta.: 0443075540 Clabe: 012180004430755402

Reservaciones y Cancelaciones:

Lunes a jueves de 15:00 a 19:00

Viernes de 16:00 a 20:00 horas.

(55) 5264-3258

(55) 5584-1497

Página Web:

www.clubcitlaltepctl.com.mx

e-mail:

clubcitlaltepctl@prodigy.net.mx

Comentarios o Sugerencias a la Presidencia del Club:

rmullerl@hotmail.com

EL EXCURSIONISTA

Boletín Trimestral de Actividades