



SOMA
ADVENTURES

ALTA MONTAÑA 2022

CAÑADA DE MILPULCO

Punto de Reunión Metro Gómez Farías



Itinerario

Domingo 16 de enero

08:00 am.- Reunión en el metro Gómez Farías.

10:00 am.- Llegada al Parque nacional (Paso de Cortés) Registro.

11:00 am.- Inicio de la caminata.

02:00 pm.- Llegada a la cañada. Descanso, Fotos.

04:00 pm.- Regreso a los autos. Comida (es opcional y se definirá al final entre el grupo).

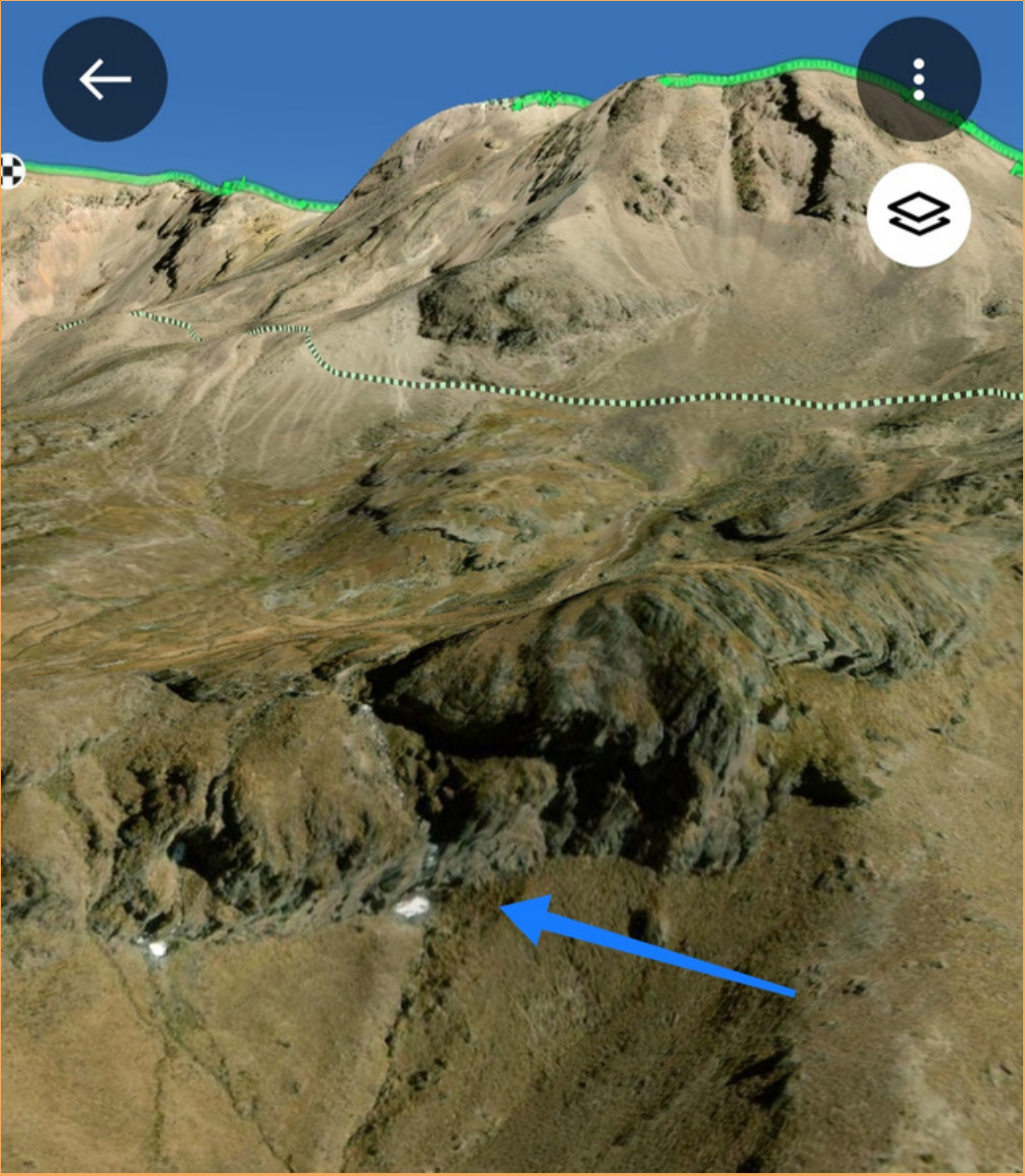
07:00 pm.- Llegada a la CDMX. Metro Gómez Farías.

*Los horarios son de referencia y pueden variar por distintos factores.

Información técnica:

CAÑADA DE MILPULCO

Distancia 5.94 km	Desnivel positivo 584 m
Dificultad Fácil	Desnivel Negativo 584 m
Velocidad media 2.7 km/h	Tiempo en Movimiento 2 h 12 min
Altitud máxima 4,270 m	Tiempo Total 4 h 26 min
Altitud mínima 3,943 m	TrailRank 8
Tipo de ruta Circular	



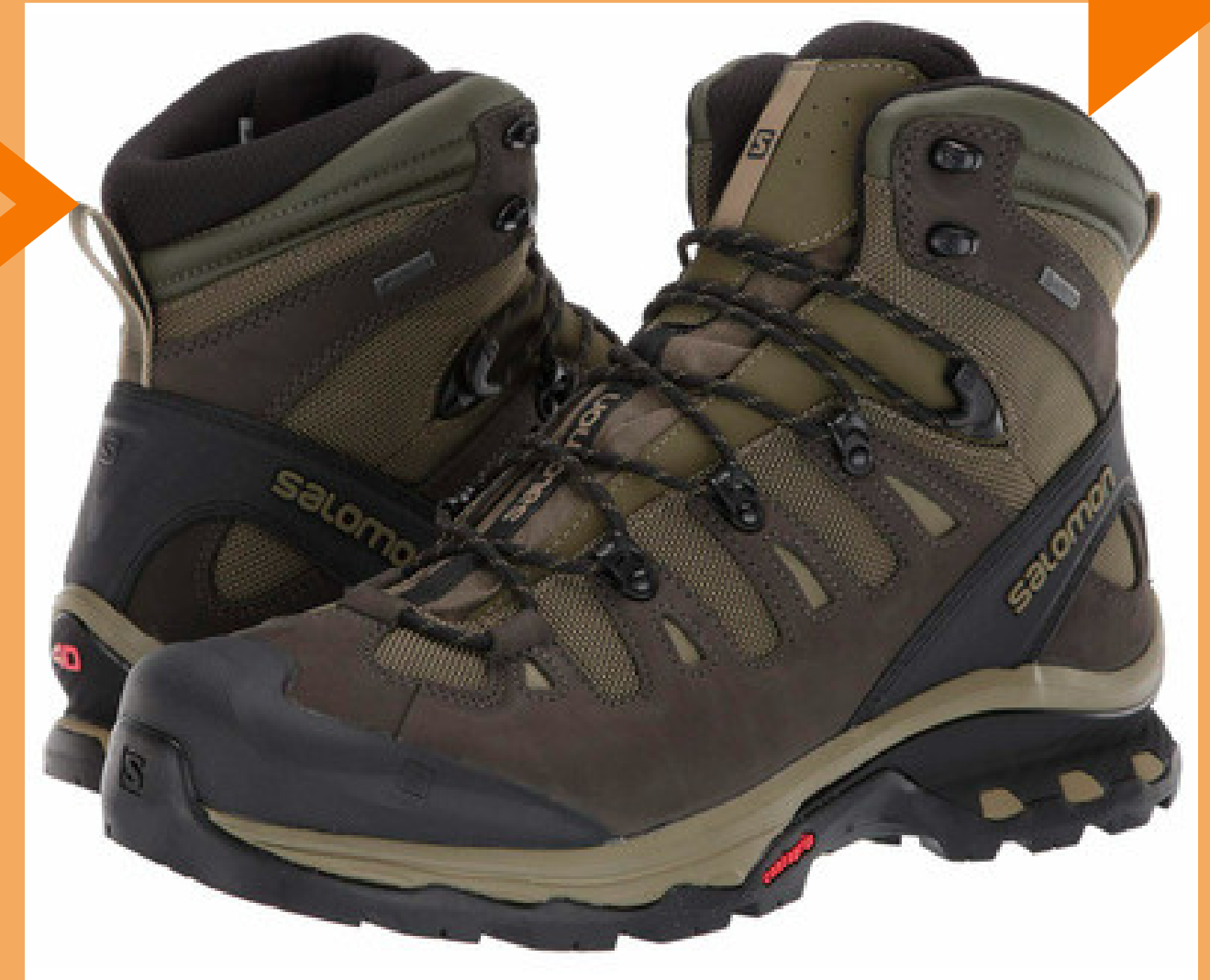
¿Qué deberás llevar:

Si necesitas algo en particular o tienes dudas sobre el equipo que necesitas, no dudes en comunicarte con nosotros.

- Botas de trekking o montañismo (puedes llevar tenis, solo para esta actividad).
- Pantalones de tela sintética (no lleves de algodón ni de mezclilla).
- Camiseta de tela sintética.
- Chamarra.
- Gorra para sol.
- Gorro para el frío.
- Guantes.
- Lentes de sol (con protección UV).
- Bloqueador solar (FPS mínimo de 50).
- Mochila.
- 2 litros de agua mínimo, y/o bebidas rehidratantes (electrolitos).
- Ración de marcha (alimento para comer durante la caminata, como barras energéticas, semillas, frutas secas, etc.).

Botas de senderismo

Algunos ejemplos de botas que puedes usar para esta actividad.



El servicio incluye

Transporte ida y vuelta de la Ciudad de México al
Iztaccihuatl.

Acceso al parque y cuotas solicitadas por los ejidatarios.

Préstamo de equipo: Casco, Bastones.

Guías de montaña experimentados.

No incluye alimentos.



Debes saber...

La Cañada de Milpulco

- Tiene una altura de 4270 msnm.
- El agua de la cascada proviene de los glaciares del Iztaccihuatl.
- Es el primer acercamiento a la Alta Montaña. La altura a la que llegamos prepara tu cuerpo para adaptarse a la altura y evitar el mal de montaña en futuras ocasiones.
- Caminaremos un total de 6 kms. Y el desnivel es de 600 metros.



**Dudas,
inscripciones
y/o más
informes:**

whatsApp: 5544584296.

<https://www.adventuressoma.com/alta-montana-2022>

