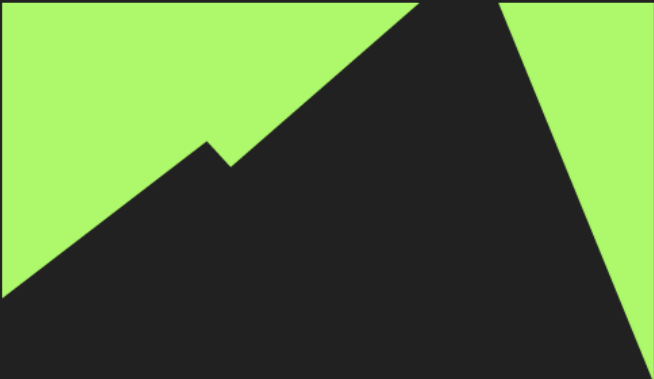




FEDERACIÓN DE DEPORTES
DE MONTAÑA DE CLM

Dossier

A stylized mountain range graphic composed of several dark grey triangular peaks of varying heights, set against a light grey background.

CLM
—○—
SIN TECHOS



Castilla-La Mancha Sin Techos

Castilla la Mancha sin Techos es un proyecto de Montaña Inclusiva y Adaptada dirigido a personas con discapacidad que sean amantes de la montaña. El objetivo es ascender a las cumbres más altas de la región con personas con movilidad reducida, o que presenten algún tipo de discapacidad física y/o psíquica.

Este proyecto de carácter inclusivo pretende desarrollar diversas actividades de Montañismo para visibilizar que este deporte, con las adaptaciones oportunas, puede acercar a personas con discapacidad al mundo de la montaña. Existen otros deportes en los que la discapacidad está plenamente integrada, pero en el montañismo existe un gran desconocimiento sobre las diversas adaptaciones para realizarlo, ya sea la silla Joelette, la Barra direccional así como diversas órtesis que pueden facilitar la práctica de este deporte.





Razones del proyecto

Castilla la Mancha sin Techos es un proyecto de MONTAÑA INCLUSIVA Y ADAPTADA

Dirigido a **personas con discapacidad** que sean amantes de la montaña. En CLM hay personas con discapacidad que no se plantean DISFRUTAR DE LA MONTAÑA POR MIEDO O DESCONOCIMIENTO o porque no tienen un entorno social que les brinde la oportunidad de iniciarse en algún deporte de Montaña.

La FDMCM apuesta por realizar una serie de **ASCENSIONES EMBLEMÁTICAS** EN CLM, que nunca se han planteado desde el **PUNTO DE VISTA INCLUSIVO**, siendo uno de los primeros proyectos inclusivos de montaña en la región con cierta envergadura.



Objetivos del proyecto

- Realizar **5 ITINERARIOS DE MONTAÑA**, alrededor de los cuales se organizan campañas de SENSIBILIZACIÓN, de motivación hacia la SALUD, de VOLUNTARIADO y de plena INCLUSIÓN
- La **superación** de distintas **barreras**:
 - BARRERAS DEL ENTORNO Infraestructuras, señalización, accesos....
 - BARRERAS SOCIALES Falta de información, desmotivación...
 - BARRERAS PERSONALES Físicas, psíquicas, estigmatización, falta de referentes...



Personas con discapacidad y/o movilidad reducida

Personas con discapacidad física

Personas con movilidad reducida

Personas con discapacidad visual

Personas con discapacidad cognitiva

Participantes



Participantes

Otros participantes:

VOLUNTARI@S

Bomber@s

Protección civil

Monitor@s de la FDMCM

Profesionales de la montaña

Monitor@s de apoyo

Familiares de las personas con discapacidad





Actividades

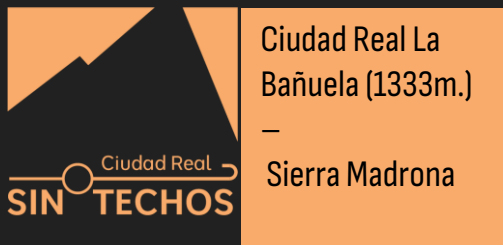
- **Preparación del proyecto:** entrenamiento del equipo, equipación y trámites, financiación y presupuesto
- Hacia el senderismo adaptado **actividades de información y formación** de silla joelette y barra direccional
- **Desarrollo de las rutas** difusión del proyecto, logística local, itinerarios...



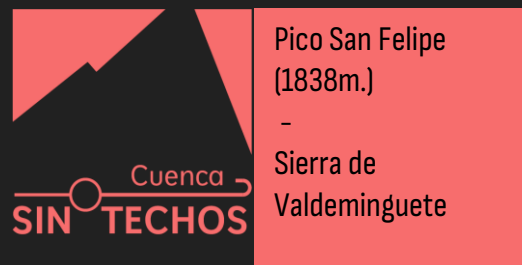


Se han seleccionado los meses en los que hay más horas de luz y el frío y el calor no son extremos

Itinerarios



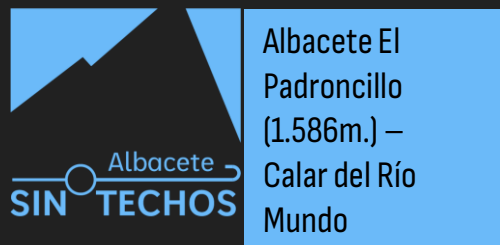
Ciudad Real La
Bañuela (1333m.)
—
Sierra Madrona



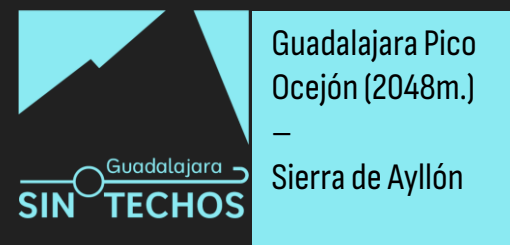
Pico San Felipe
(1838m.)
—
Sierra de
Valdeminguete



Toledo Corocho de
Rocigalgo
(1449m.)
—
Montes de Toledo



Albacete El
Padroncillo
(1.586m.) —
Calar del Río
Mundo



Guadalajara Pico
Ocejón (2048m.)
—
Sierra de Ayllón



RUTA 1 Toledo, Rocigalgo (1449m.) – Montes de Toledo

Pico Rocigalgo

La cumbre del Rocigalgo alcanza los 1.449 metros de altitud, lo que le convierte en el «techo» de la provincia de Toledo y del Parque Nacional de Cabañeros. La ruta que conduce a su cumbre es uno de los parajes más espectaculares y valiosos de los Montes de Toledo tanto por las curiosas formas geológicas que hay en el camino como por el bello robledal que cubre el valle y que pinta de colores otoñales sus laderas.



Alojamiento y manutención en las localidades de Los Navalmorales y Los Navalucillos.



RUTA 1 Toledo, Rocigalgo (1449m.) – Montes de Toledo

Participantes

PARTICIPANTES

- 3 Personas con discapacidad intelectual
- 3 Personas con deficiencia visual (Barras Direccionales)
- 1 Persona con movilidad muy reducida (Silla Joelette)
- 1 Persona con movilidad reducida
- 27 Voluntarios/as (la mayoría formados en Silla Joelette y/o Barra Direccional)



ruta 1 Toledo, Rocigalgo (1449m.) - Montes de Toledo

ORGANIZA:
FDMCM
Rotary Club Toledo

Participantes



COLABORA:

- Proyecto Movilidad Aumentada
- Excma.Diputación de Toledo
- CERMICLM
- Plena Inclusión CLM
- Realidad Toledo
- Pedro Vega Team
- Club Cerro del Bù
- Ayto. Los Navalmorales
- Ayto. Los Navalucillos
- Parque nacional de Cabañeros



Pico Rocigallo





Pico Rocigallo





!!! Cumbre alcanzada el 8 de junio !!!

<https://fdmcm.com/toledo-sin-techo-subida-al-rocigalgo/>

Pico Rocigalgo





ruta 2 Cuenca. Pico San Felipe (1838m.) Sierra de Valdeminguete

San Felipe, Cuenca

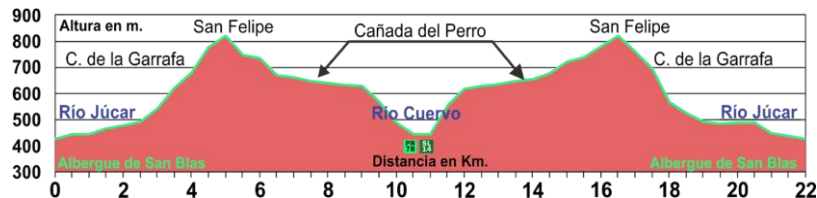
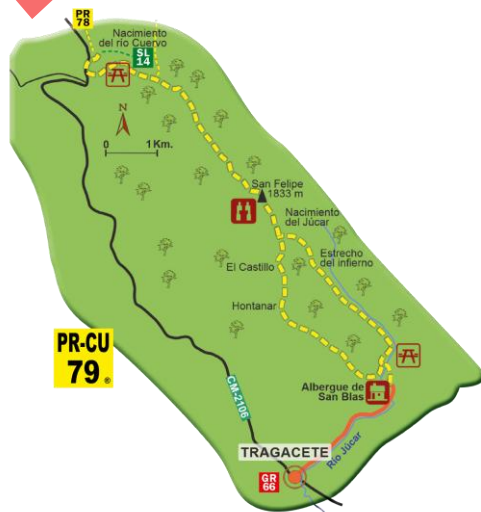
El pico o cerro de San Felipe es una montaña situada en la provincia castellanomanchega de Cuenca. Constituye el segundo punto de mayor altitud de la serranía de Cuenca y de la provincia.

Se encuentra a los pies de la localidad de Tragacete (Serranía de Cuenca), a partir de la cual se alza desde los 1238 m del valle del río Júcar, hasta los 1838 metros de su cima. Alojamiento y manutención en Tragacete.

El itinerario propuesto ronda los 11 km de distancia, es una ruta sólo de ida con casi 500 metros de desnivel positivo. El inicio es en el estecho de San Blas y termina en el río Cuervo.

Tragacete

17 de Noviembre 24



Datos de la ruta

Distancia 11 Km

Desnivel positivo 475 m

Dificultad técnica Moderado

Desnivel negativo 475 m

Altitud máxima 1.838 m

Altitud mínima: 1.414 m

Tipo de ruta: : Lineal (sólo ida)

San Felipe, Cuenca



ruta 2 Cuenca. Pico San Felipe (1838m.) Sierra de Valdeminguete

San Felipe, Cuenca

Participantes

- 1 Persona con discapacidad intelectual
- 1 Persona con deficiencia visual (Barra Direccional)
- 2 Personas con movilidad muy reducida (2 Sillas Joelette)
- 7 Personas con discapacidad por movilidad reducida
- 52 Voluntarios/as (la mayoría formados en Silla Joelette y/o Barra direccional)

JORNADAS: Tragacete 16 y 17 de noviembre

SUBIDA AL PICO SAN FELIPE

1.838 m

17 de Noviembre 24



Organiza



Con la colaboración de





RUTA 2 Cuenca. Pico San Felipe (1838m.) Sierra de Valdemingüete

San Felipe, Cuenca





San Felipe, Cuenca

CASTILLA-LA MANCHA
SIN TECHOS

SUBIDA AL PICO SAN FELIPE
CUENCA SIN TECHOS



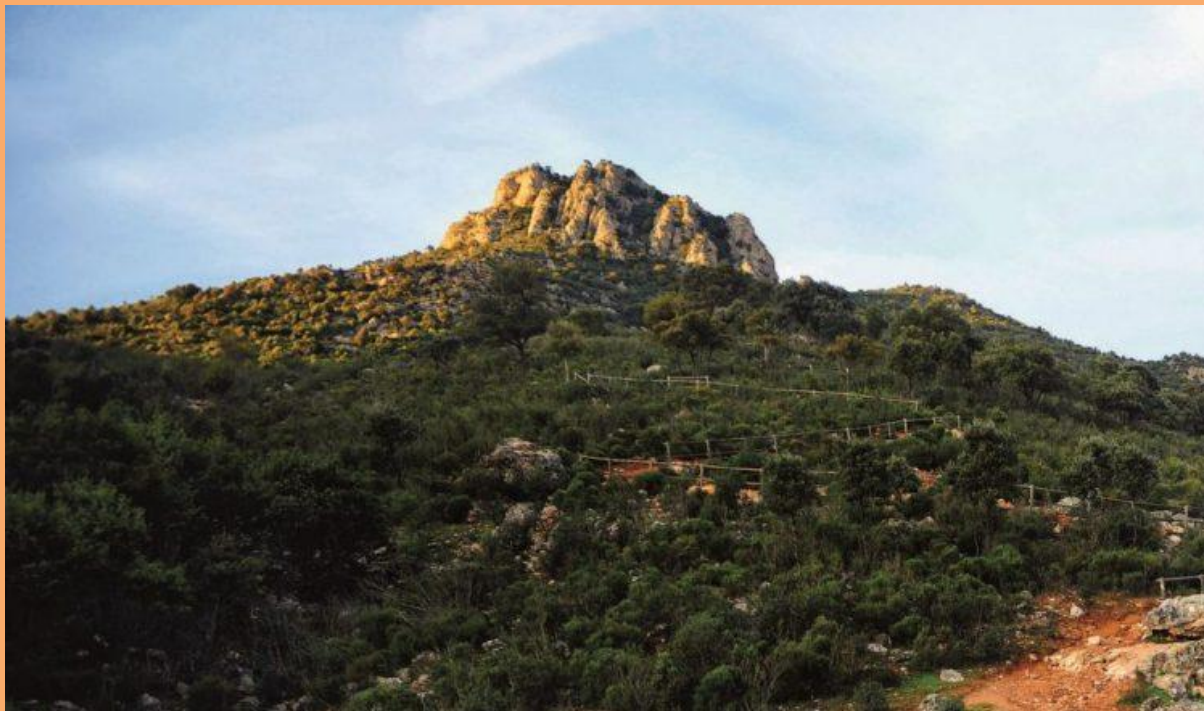
CUMBRE ALCANZADA 17 NOVIEMBRE 2024 !!!!

<https://fdmcm.com/elementor-4912/>



RUTA 3. Ciudad Real. La Bañuela 1.333m Sierra Madrona

La Bañuela, C. Real



RUTA 3. Ciudad Real. La Bañuela 1.333m Sierra Madrona

La Bañuela, C. Real

Distancia 12 Km

Desnivel positivo 610 m

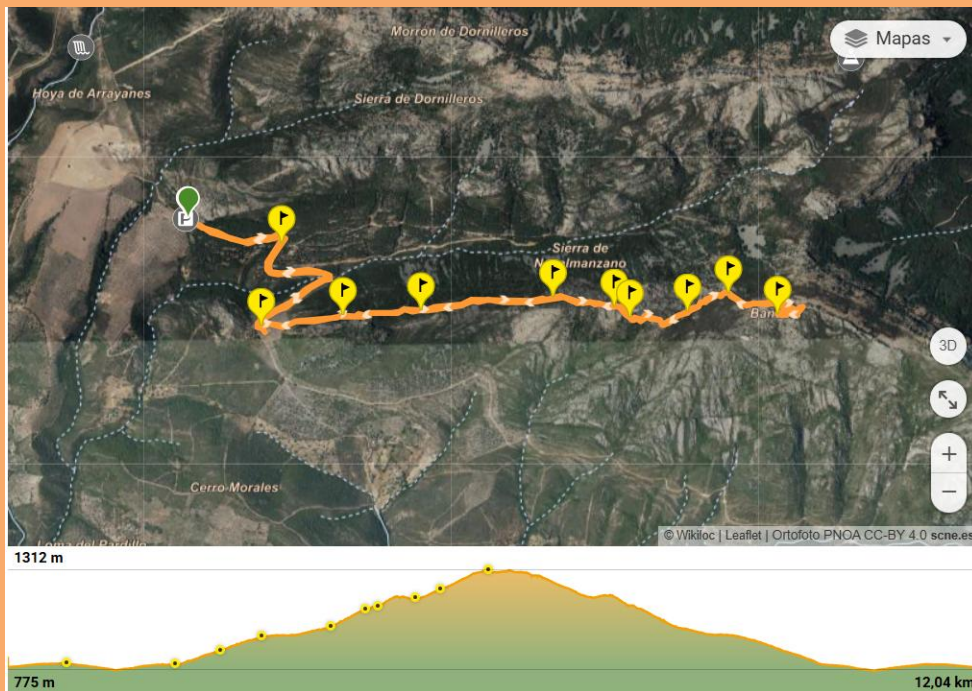
Dificultad técnica Fácil

Desnivel negativo 610 m

Altitud máxima 1,312 m

Altitud mínima 774 m

Tipo de ruta Circular



Participantes

- 2 Personas con movilidad muy reducida (2 Sillas Joelette)
- 1 Persona con discapacidad por movilidad reducida
- 41 Voluntarios/as (la mayoría formados en Silla Joelette y/o Barra Direccional)

SUBIDA AL PICO la Bañuela 1.332m

26 de Abril 25



SENDERISMO INCLUSIVO

25 de abril de 2025 / 18.30 horas
Lugar: Centro Social Polivalente
C/ Enmedio S/N, Fue caliente (Ciudad Real)

Ciclo de Conferencias "El Senderismo,
aliado de la ODS y la Agenda 2030"



Modera Miguel Ángel Cubillo Cariego
Director Área de Senderismo FOMCM



Ponentes



María Mochales Torres
Miembro de la
asociación BLIND &
GUIDE



Luis Miguel Gómez Muñoz
Director del Área de
Formación FOMCM
Participante de CLM Sin
Techos.



Adolfo Marco Arribas
Director del Área de
Montañismo Inclusivo y
Adaptado FOMCM

Organiza:



Colabora:



La Bañuela, C. Real

ruta 3. Ciudad Real. La Bañuela 1.333m Sierra Madrona

La Bañuela, C. Real



RUTA 3. Ciudad Real. La Bañuela 1.333m Sierra Madrona

La Bañuela, C. Real



Cumbre alcanzada!!!!!!

26 de Abril de 2025

La Bañuela, C. Real



<https://www.castillalamancha.es/actualidad/notasdeprensa/el-gobierno-de-castilla-la-mancha-ayuda-%E2%80%99Cescalar-cimas-y-derribar-muros%E2%80%9D-con-su-apoyo-al-deporte>

https://www.instagram.com/p/DI6_KgWtkMX/?igsh=MTcyaXpocTNubWozNA%3D%3D&img_index=1

<https://www.instagram.com/reel/DI6wzskC2Q7/?igsh=MWZiNDlvcWNmN3hpZA%3D%3D>

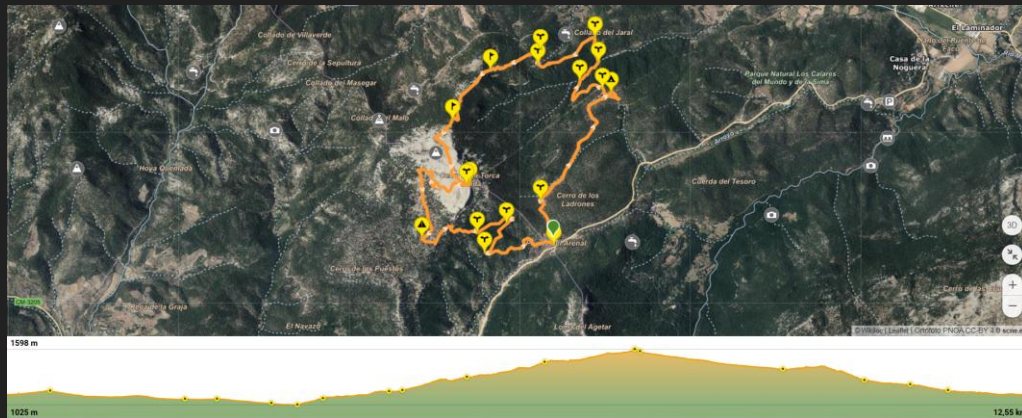
RUTA 4. Albacete. El Padroncillo 1.586m Los Calares del Mundo y la Sima

El Padroncillo, Albacete



Cerro del padroncillo-Hablando en verde © 2009

Distancia	14 Km
Desnivel positivo	700 m
Dificultad técnica	Moderado
Desnivel negativo	611 m
Altitud máxima	1,586 m
Altitud mínima	1,037 m
Tipo de ruta:	Ida



RUTA 4. Albacete. El Padroncillo 1.586m Los Calares del Mundo y la Sima

El Padroncillo, Albacete

PARTICIPANTES

- 2 personas con movilidad reducida (2 sillas Joelette)
- 2 personas con movilidad reducida
- 1 persona con discapacidad visual (Barra Direccional)
- 56 voluntarias/os (la mayoría con formación en Silla Joelette y Barra Direccional)



**SUBIDA AL PICO
Padroncillo 1.586m**
24 de Mayo 2025

Albacete
SIN TECHOS



**Jornada Albacete sin Techos.
Riopar, 23-24 MAYO**

Viernes 23 Mayo

- 18:30 h** Presentación de la Federación de Deportes de Montaña de CLM.
- 18:35 h** Documental: "La cumbre es el camino", primer trekking inclusivo al Everest.
- 19:30 h** Proyecto "CLM sin Techos". Briefing de la ascensión al Padroncillo.
- 19:45 h** Mesa redonda: Deporte y discapacidad en el medio rural.

Sábado 23 Mayo

- 08:20 h** Briefing de la ascensión. Parking Puerto del Arenal.
- 09:30 h** Inicio de ruta desde el Parking Puerto del Arenal.
- 13:30 h** Fin de ruta en Cumbre Padroncillo. Regreso a Riopar en vehículo desde la venta Mendoza.
- 14:30 h** Comida popular en Riopar a cargo del Parque Natural.

RUTA 4. Albacete. El Padroncillo 1.586m

Los Calares del Mundo y la Sima

El Padroncillo, Albacete



RUTA 4. Albacete. El Padroncillo 1.586m Los Calares del Mundo y la Sima

El Padroncillo, Albacete



CUMBRE ALCANZADA!!!!

24 DE MAYO 2025

<https://www.cmmedia.es/play/tv/castilla-la-mancha-me-gusta/proyecto-clm-techos-turismo-inclusivo-albacete.html>

<https://www.facebook.com/candidaturariopar2015/posts/jornada-albacete-sin-techos-23-y-24-de-mayo-ri%C3%B3par%EF%B8%8FAlbacete-sin-techos-est%C3%A1-inte/1112103370943716/>

El Padroncillo, Albacete



RUTA 5. Guadalajara. Pico Ocejón 2.048m. Sierra de Ayllón

Pico Ocejón,
Guadalajara

5 de Octubre
de 2025



ruta 5. Guadalajara. Pico Ocejón 2.048m. Sierra de Ayllón

Pico Ocejón,
Guadalajara

Distancia 14,87 Km

Desnivel positivo 817 m

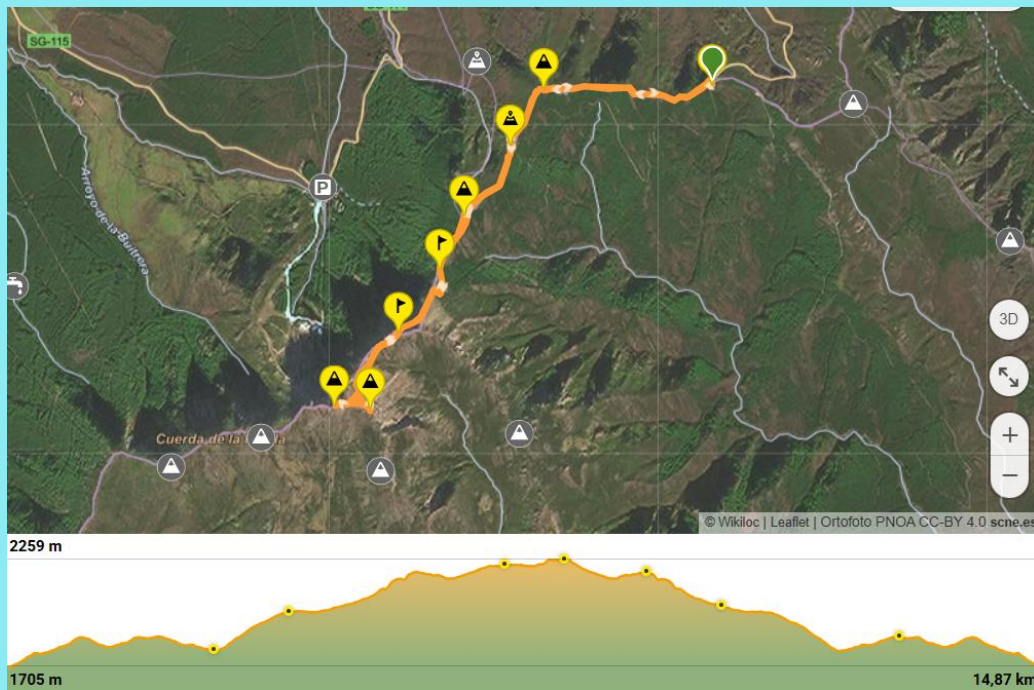
Dificultad técnica Moderado

Desnivel negativo 817 m

Altitud máxima 2,274 m

Altitud mínima 1,705 m

Tipo de ruta: Ida y vuelta



RUTA 5. Guadalajara. Pico Ocejón 2.048m. Sierra de Ayllón

Pico Ocejón,
Guadalajara

PARTICIPANTES

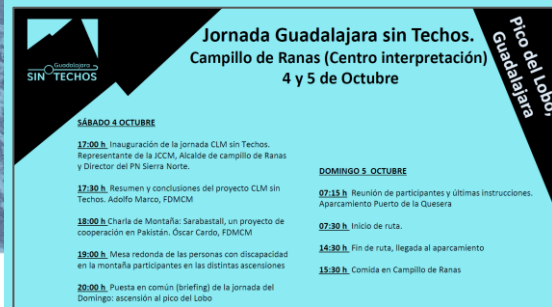
- 4 personas con movilidad reducida (4 sillas Joelette)
- 2 personas con movilidad reducida
- 1 persona con discapacidad visual (Barra Direccional)
- 89 voluntarias/os (la mayoría con formación en Silla Joelette y Barra Direccional)



SUBIDA AL PICO OCEJÓN 2.048m
4 y 5 de Octubre 2025

Actividad inclusiva conjunta con el Circuito Regional de Senderismo y la III Jornada de Montaña del Parque Natural de la Sierra Norte.

Guadalajara
SIN TECHOS



Jornada Guadalajara sin Techos.
Campillo de Ranas (Centro interpretación)
4 y 5 de Octubre

SÁBADO 4 OCTUBRE

17:00 h. Inauguración de la jornada CLM sin Techos. Representante de la JJCM, Alcalde de campillo de Ranas y Director del PN Sierra Norte.

17:30 h. Resumen y conclusiones del proyecto CLM sin Techos. Adolfo Marco, FDMCM

18:00 h. Charla de Montaña: Sarabastal, un proyecto de cooperación en Pakistán. Oscar Cardo, FDMCM

19:00 h. Mesa redonda de las personas con discapacidad en la montaña participantes en las distintas ascensiones

20:00 h. Puesta en común (briefing) de la jornada del Domingo: ascensión al pico del Lobo

DOMINGO 5 OCTUBRE

07:15 h. Reunión de participantes y últimas instrucciones. Aparcamiento Puerto de la Quesera

07:30 h. Inicio de ruta.

14:30 h. Fin de ruta, llegada al aparcamiento

15:30 h. Comida en Campillo de Ranas



Pico Ocejón,
Guadalajara







Pico Ocejón,
Guadalajara



RUTA 5. Guadalajara. Pico Ocejón 2.048m. Sierra de Ayllón

Pico Ocejón,
Guadalajara



CUMBRE ALCANZADA!!!!!!

5 Octubre 2025

Pico Ocejón,
Guadalajara





IMÁGENES Y VÍDEOS DE CLM SIN TECHOS

<https://www.cmmedia.es/play/tv/castilla-la-mancha-me-gusta/proyecto-clm-techos-turismo-inclusivo.html>

<https://fdmcm.com/castilla-la-mancha-sin-techos-ya-disponible-en-cmmplay-un-paso-hacia-la-inclusion/>

<https://fdmcm.com/estreno-del-documental-toledo-sin-techos-en-el-colegio-nuestra-senora-de-los-infantes/>

<https://fdmcm.com/elementor-4912/>

<https://www.diversosinnovacion.org/retos-items/reto-4-accesibilidad-en-la-montana/>



REPERCUSIONES E IMPACTOS DE CLM SIN TECHOS

<https://www.cmmedia.es/play/tv/castilla-la-mancha-me-gusta/proyecto-clm-techos-turismo-inclusivo.html>
<https://www.diversosinnovacion.org/entrevistas-reto4/>
<https://www.diversosinnovacion.org/conclusiones-reto-4/>
<https://www.diversosinnovacion.org/encuestas-reto4/>
<https://www.diversosinnovacion.org/jornada-en-tragacete-y-subida-al-pico-san-felipe/>
<https://www.diversosinnovacion.org/retos-items/reto-4-accesibilidad-en-la-montana/>
<https://www.youtube.com/watch?v=DP2LnPzi6fE>
<https://fdmcm.com/elementor-4912/>
<https://www.plenainclusionclm.org/tag/movilidad-aumentada/>
<https://www.facebook.com/reel/1792585327948205>
<https://www.latribunadecuenca.es/noticia/zfb5b8493-df3e-942d-ce0f174bb69c6c41/202412/una-ayuda-para-conquistar-el-cielo>
<https://www.encastillalamancha.es/castilla-la-mancha-cat/toledo/coronar-dos-cimas-de-clm-o-cuando-personas-con-capacidades-diferentes-demuestran-que-si-se-quiere-se-puede/>
https://www.elespanol.com/eldigitalcastillalamancha/region/toledo/20240604/iniciativa-solidaria-llevara-personas-discapacidad-ascender-pico-alto-toledo/860414237_0.html
<https://cesjuanpablosegundo.es/toledo-sin-techo/>
<https://www.vocesdecuenca.com/provincia/serrania/cuenca-sin-techos-cuando-los-deportes-de-montana-son-inclusivos/>
<https://eldiadiigital.es/art/478346/tragacete-disfruto-de-la-subida-al-pico-san-felipe-y-las-jornadas-de-clm-sin-techos>
<https://www.cmmedia.es/noticias/castilla-la-mancha/cuenca/silla-personas-movilidad-reducida-hagan-montanismo-util-rescates-complicados.html>
<https://www.encastillalamancha.es/castilla-la-mancha-cat/toledo/coronar-dos-cimas-de-clm-o-cuando-personas-con-capacidades-diferentes-demuestran-que-si-se-quiere-se-puede/>
<https://eldeporteconquense.com/noticias/noticias-mas-deporte/subida-al-pico-san-felipe-y-jornadas-de-castilla-la-mancha-sin-techos-en-tragacete/>
<https://cadenaser.com/castillalamancha/2024/11/22/cuenca-sin-techo-el-proyecto-para-hacer-de-la-montana-un-lugar-mas-inclusivo-y-adaptado-ser-cuenca/>



ORGANIZA



PATROCINA



CLM
SIN TECHOS

COLABORAN:

PROYECTO MOVILIDAD AUMENTADA

“TOLEDO SIN TECHO”

SUBIDA AL ROCIGALGO

SÁBADO 8 JUNIO 2024

Organizan:

Colaboran:



CLM
SIN TECHOS

COLABORAN :



Cuenca
SIN TECHOS

Organiza



Con la colaboración de



CLM
SIN TECHOS

COLABORAN :



Organiza:



Con la colaboración de:



CLM
SIN TECHOS

COLABORAN :



Albacete
SIN TECHOS

Organiza:  CLM

Patrocina:  Ayuntamiento de Albacete  Castilla-La Mancha

Con la colaboración de:  Sierra del Segura  AGENTES MEDIOAMBIENTALES  amiab  joma  ZURDINEDIA  DIVERS+S

CLM
SIN TECHOS

COLABORAN :

Actividad inclusiva conjunta con el
Círculo Regional de Senderismo
y la III Jornada de Montaña
del Parque Natural de la
Sierra Norte.

FDMCM
FEDERACIÓN DE DEPORTES
DE MONTAÑA DE CLM

Guadalajara
SIN TECHOS

Organiza
CLM
SIN TECHOS

Patrocinador
FEDERACIÓN DE DEPORTES
DE MONTAÑA DE CLM

Castilla-La Mancha

Con la colaboración de:
Campillo de Jarama
DIVERS+S
ZURBINEDIA
Joma
NITAGE

Parque Natural de la Sierra Norte de Guadalajara
Toledo
Guadalajara