



## Advice

- Plan your route in advance based on your physical capacity and health.
- Inform yourself in advance about the weather forecast.

• It is advisable to bring enough water and food with you. Wear suitable (walking) shoes. Don't forget; sunscreen, mobile phone, heat and warm cloths.



## Consejos

- Planifique con antelación su ruta en función de su capacidad física y estado de salud.
- Infórmese previamente de la predicción meteorológica.
- Es necesario y recomendable llevar: alimentos y agua en cantidades suficientes, calzado apropiado, ropa de abrigo, gorra, protector solar y teléfono móvil.



## Advies

- Plan je route van tevoren op basis van je fysieke capaciteit en gezondheid.
- Informeer vooraf over de weersvoorspelling.
- Het advies is om voldoende water en eten mee te nemen. Draag geschikte (wand) schoenen. Neem zonnebrandcrème, mobiele telefoon, pet en warme kleding mee.

# sierra de Mijas

Network of marked hiking trails

Red de senderos señalizados / Netwerk van gemarkeerde wandelpaden

VILLA **con migo**

**Mijas**  
AYUNTAMIENTO  
MEDIO AMBIENTE

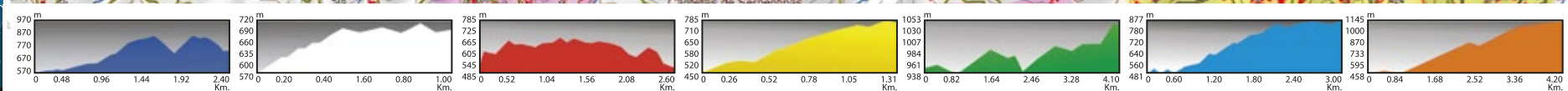
**112 SOS**  
EN CASO DE EMERGENCIAS



**Physical difficulty**  
dificultad física / fysieke moeilijkheid

**Technical difficulty**  
dificultad técnica / technische moeilijkheid

**Duration (round trip)**  
duración (ida y vuelta) / duur (heen en terug)



**Ruta azul - puerto Málaga**



High Media 3 hours  
Alta Media 3 horas  
Hoog Midden 3 uur

**Ruta blanca - Cantera del Barrio**



Low Baja 1 hours  
Baja Baja 1 horas  
Laag Laag 1 uur

**Ruta rojo - de la Cruz de la Misión**



Low Baja 2 hours  
Baja Baja 2 horas  
Laag Laag 2 uur

**Ruta amarillo - Cañada Gertrudis**



Medium Media 1,5 hours  
Media Media 1,5 horas  
Midden Laag 1,5 uur

**Ruta verde - de las Cañadas**



High Media 3 hours  
Alta Media 3 horas  
Hoog Midden 3 uur

**Ruta azul - Cañada Fuente de la Adelfa**



Medium Low 2 hours  
Media Baja 2 horas  
Midden Laag 2 uur

**Ruta naranja - pico Mijas**



Very High High 5 hours  
Muy Alta Alta 5 horas  
Heel Hoog Hoog 5 uur