guía de **senderos** de los **espacios naturales** de **Castilla y León**

Junta de Castilla y León

Patrimonio Natural de Castilla y León

A los monitores de las Casas del Parque y los técnicos de la Fundación Patrimonio Natural por el arduo trabajo de recopilación de información para esta guía. A la cuadrilla de Tragsa en León, que nos facilitó las fotos de Picos de Europa.

1ª edición (2008):
Fundación del Patrimonio Natural
de Castilla y León

© textos y fotografías:
Fundación del Patrimonio Natural
de Castilla y León

© cartografía: MAD

diseño y maquetación: MAD

impresión: NAVAPRINT

ISBN: 978-84-612-7849-7
Depósito Legal: NA - 3778 - 08
Impreso en España - *Printed in Spain*

presentación

Castilla y León es una de las regiones europeas con mayor riqueza natural. En su extenso territorio descubrimos una gran variedad de paisajes y ecosistemas, desde las altas cumbres de las montañas hasta las llanuras infinitas, los frondosos bosques y los impresionantes cañones fluviales.

Para garantizar la conservación de este inmenso patrimonio natural se creó en el año 1991 la Red de Espacios Naturales de Castilla y León (REN), en la que actualmente se integran 21 espacios, protegidos por sus valores ecológicos, geológicos y paisajísticos.

La regulación y fomento del uso público en los espacios naturales protegidos es un aspecto fundamental de la gestión de los mismos como forma de poner al servicio del disfrute de los ciudadanos esta rica naturaleza, al mismo tiempo que se contribuye también al desarrollo socioeconómico de las poblaciones locales.

Por ello, la Consejería de Medio Ambiente, dentro de las actuaciones enmarcadas en el Programa Parques, junto con la Fundación Patrimonio Natural de Castilla y León, está desarrollando en los espacios naturales una red de senderos que permita a los ciudadanos disfrutar de un contacto más directo con la naturaleza, más seguro y con mayor información.

El trazado de estos senderos ha sido fruto de una delicada planificación, tanto en su trazado como en la señalización, que en ocasiones ha ido acompañada de la realización de trabajos de rehabilitación de elementos interpretativos que confieren un valor adicional a las sendas señalizadas, tales como elementos de la arquitectura tradicional (molinos, chozos, corrales, fuentes, …), o los propios de recuperación de antiguos caminos tradicionales y puentes, si bien en algunos casos ha sido necesaria también la realización de nuevos equipamientos (pasarelas peatonales, etc).

Con el fin de seguir unas normas comunes suficientemente avaladas, en el diseño y ejecución de esta red de senderos se están siguiendo los criterios de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada para su homologación como senderos de Gran Recorrido (GR), senderos de Pequeño Recorrido (PR) o senderos Locales (SL), estableciendo una señalización suficiente para permitir su uso por cualquier tipo de personas con independencia de su experiencia.

En la actualidad esta red de senderos en los Espacios Naturales de Castilla y León suma más de 1.300 km que continuarán incrementándose en los próximos años.

Esta guía pretende ser un material de apoyo para planificar visitas y recorridos por los diferentes espacios naturales protegidos, si bien una información más detallada puede obtenerse en las más de 20 Casas del Parque existentes en Castilla y León, donde monitores especializados atienden las consultas de los visitantes y proporcionan recomendaciones útiles para tener un disfrute cómodo y seguro de estos senderos.

Al mismo tiempo, muchos de estos senderos disponen de folleto específico que se puede obtener en las Casas del Parque o descargarse de la página web de la Fundación Patrimonio Natural de Castilla y León.

www.patrimonionatural.org
www.miespacionatural.es

índice

Introducción 11

— Red de Espacios Naturales de Castilla y León 12

— Casas del Parque de Castilla y León 16

Red de senderos 19

ÁVILA

— Sierra de Gredos 21

— Valle de Iruelas 33

BURGOS

— Monte Santiago 39

— Ojo Guareña 49

— Montes Obarenes-San Zadornil 57

LEÓN

— Picos de Europa 69

PALENCIA

— Fuentes Carrionas y Fuente Cobre-Montaña Palentina .. 87

SALAMANCA

— Las Batuecas-Sierra de Francia 93

SEGOVIA

— Hoces del Río Duratón 103

— Hoces del Río Riaza 109

SORIA

— Cañón de Río Lobos 116

— Laguna Negra y circos glaciares de Urbión 117

— Acebal de Garagüeta 118

VALLADOLID

— Riberas de Castronuño-Vega del Duero 119

ZAMORA

— Lago de Sanabria y alrededores 123

— Lagunas de Villafáfila 131

REN de Castilla y León

©SOLETA

El territorio de Castilla y León

Con algo más de 94.000 km^2 Castilla y León es la comunidad autónoma más grande de España y una de las mayores regiones de la Unión Europea. Su territorio está configurado en torno a la Meseta del Duero, rodeada por una orla montañosa, generando dos grandes tipos de paisajes: las grandes llanuras cerealistas y páramos de la Meseta y las montañas que las rodean. Su estratégica situación geográfica ha hecho que los hábitats de Castilla y León pertenezcan a los dos grandes dominios biogeográficos peninsulares: el eurosiberiano y el mediterráneo. El primero abarca los territorios montañosos del norte mientras que el segundo acogería a la mayor parte de la Comunidad.

Un territorio protegido

Como ya se ha mencionado, la Red de Espacios Naturales de Castilla y León (REN), creada en 1991, se compone actualmente de 21 espacios, protegidos por sus valores ecológicos, geológicos y paisajísticos. Esta forma de conservar la naturaleza integrando todo el territorio, de manera que los espacios naturales no sean zonas aisladas, enlaza y relaciona la REN con Natura 2000, la red de espacios protegidos de la Unión Europea, a la que Castilla y León ha aportado casi 2,5 millones de hectáreas, lo que supone el 26% de la superficie total de la Comunidad. Así, el territorio protegido de Castilla y León es uno de los más extensos y mejor conservados de Europa, conformando un conjunto de espacios coherente, integrado y representativo de los valores naturales de la región.

Un territorio para el futuro

Pero si hoy podemos disfrutar de esta riqueza natural, es gracias al uso sostenible de los recursos naturales que durante siglos han realizado los habitantes de Castilla y León. La naturaleza que hoy conocemos y disfrutamos, no puede entenderse sin la acción del ser humano integrado en ella, que ha ido modelando el paisaje y generado un importante patrimonio histórico y cultural, ligado en gran medida al entorno natural, y que forma parte también de los valores a preservar por la REN.

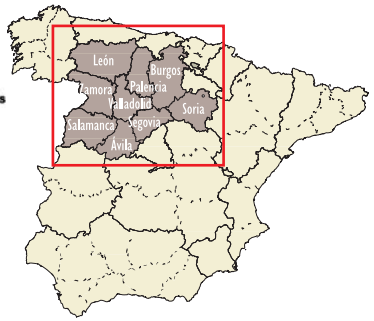
Precisamente por ello, la protección de estos espacios naturales pretende también conseguir la mejora de la calidad de vida de las poblaciones de su entorno, impulsando acciones para poner en valor los recursos naturales, históricos y culturales como base de un modelo de desarrollo socioeconómico sostenible. Este es el principal objetivo del Programa Parques Naturales de Castilla y León, que se concreta, entre otras actuaciones, en la creación de toda una serie de equipamientos y servicios que faciliten ese desarrollo, y se apoya también en el uso de las nuevas tecnologías de la información y de las comunicaciones. Dentro de esos equipamientos estarían los senderos señalizados que se recogen en esta guía.

red de espacios naturales de Castilla y León

PICOS DE EUROPA
PICOS DE EUROPA EN CASTILLA Y LEÓN
FUENTES CARRIONAS Y FUENTE COBRE-MONTAÑA PALENTINA
VALLE DE SAN EMILIANO
SIERRA DE ANCARES
HOCES DE VEGACERVERA
OJO GUAREÑA
MONTE SANTIAGO
HOCES DE ALTO EBRO Y RUDRÓN
MONTES OBARENES
LAS TUERCES
COVALAGUA
LEÓN
LAS MÉDULAS
LAGO DE LA BAÑA
LAGO DE SANABRIA Y ALREDEDORES
LAGO DE TRUCHILLAS
BURGOS
SIERRA DE LA DEMANDA
LA NAVA Y CAMPOS DE PALENCIA
PALENCIA
SIERRA DE LA CULEBRA
SABINARES DEL ARLANZA
SIERRA DE URBIÓN
LAGUNAS DE VILLAFÁFILA
LA FUENTONA
SORIA
CAÑÓN DEL RÍO LOBOS
VALLADOLID
SABINAR DE CALATAÑAZOR
ZAMORA
HOCES DEL RÍO RIAZA
RIBERAS DE CASTRONUÑO - VEGA DEL DUERO
HOCES DEL RÍO DURATÓN
ARRIBES DEL DUERO
HAYEDO DE RIOFRÍO DE RIAZA
SITIO PALEONTOLÓGICO DE CERRO PELADO
SALAMANCA
SEGOVIA
SIERRA DE GUADARRAMA
AVILA
QUILAMAS
SIERRAS DE LA PARAMERA Y SERROTA
CANDELARIO
PINAR DE HOYOCASERO
EL REBOLLAR
LAS BATUECAS-SIERRA DE FRANCIA
SIERRA DE GREDOS
VALLE DE IRUELAS

N
W
E
S

50 0 50 100 Kilómetros



Monumento natural
Parque Natural
Parque Nacional
Parque Regional
Parque Nacional y Regional
Reserva Natural
PORN aprobado
PLAN de Espacios Naturales

red de Espacios Naturales de Castilla y León

Junta de Castilla y León

© Junta de Castilla y León

Red de Casas del Parque de los Espacios Naturales de Castilla y León

PROVINCIA	ESPACIO NATURAL PROTEGIDO	DIRECCIÓN	LOCALIDAD	TELÉFONO
ÁVILA	Parque Regional Sierra de Gredos Casa del Parque "Pinos Cimeros"	Ctra. de la Plataforma, s/n. 05634	Hoyos del Espino	920349204
	Parque Regional Sierra de Gredos Casa del Parque "El Risquillo"	Paraje El Risquillo 05417	Guisando	920374162
	Reserva Natural Valle de Iruelas Casa del Parque "Las Cruceras"	Poblado de las Cruceras s/n 05110	El Barraco	918627623
BURGOS	Monumento Natural Monte Santiago	Crta. BU-556 Berberana-Pto. Orduña en p.k. 341,6 09511	Berberana	666189079
	Monumento Natural Ojo Guareña	Ctra. BU-526 09568	Merindad de Sotoscueva/ Quintanilla del Rebollar	947138614
	Sierra de La Demanda Casa de la Madera	Ctra. BU-P-8221 (de Quintanar a Regumiel de la Sierra) km 27,7. Comunero de Revenga, s/n bajo	09670 Quintanar de la Sierra	947395639
LEÓN	Parque Regional Picos de Europa en Castilla y León Casas del Parque El Torreón y Valle del Porma	C/ La Torre, s/n 24885	Puebla de Lillo	987731091
	Parque Regional Picos de Europa en Castilla y León Casa del Parque "Valdeburón"	Crta. Polvoredo, s/n 24995	Lario	987742215
	Espacio Natural Sierra de Ancares Centro del Urogallo	C/ Real, s/n 24111	Caboalles de Arriba	987492054
PALENCIA	Espacio Natural La Nava-Campos de Palencia	C/ Mayor, 17 34337	Fuentes de Nava	979842500
	Parque Natural Fuentes Carrionas y Fuente Cobre - Montaña Palentina	C/ El Plantio, s/n 34840	Cervera de Pisuerga	979870688
SALAMANCA	Parque Natural Arribes del Duero Casa del Parque "El Torreón de Sobradillo"	Plaza del Castillo, 58 37246	Sobradillo	923522067
	Parque Natural Las Batuecas-Sierra de Francia	Ctra. De las Batuecas, s/n 37624	La Alberca	923415213
SEGOVIA	Parque Natural Hoces del Río Riaza	C/ Las Eras, 14 40542	Montejo de la Vega de la Serrezuela	921532317
	Parque Natural Hoces del Río Duratón Iglesia de Santiago	C/ Conde Sepúlveda, 34. 40300	Sepúlveda	921540586
SORIA	Parque Natural Cañón del Río Lobos	Cra. Burgo de Osma-San Leonardo de Yagüe, km 16. 42317	Ucero	975363564
	Monumento Natural La Fuentona – Reserva Natural Sabinar de Calatañazor	Palacio de Santa Coloma 42193	Muriel de la Fuente	975188162
	Laguna Negra y Circos Glaciares de Urbión	Cra. Vinuesa–Laguna Negra km 3	Vinuesa	620270524
	Pinar de Navaleno Aula del Bosque del Amogable	Pinar de Navaleno	Navaleno	975188162
VALLADOLID	Reserva Natural Riberas de Castronuño-Vega del Duero	C/ Iglesia, s/n 47520	Castronuño	983866215
ZAMORA	Parque Natural Lago de Sanabria y alrededores Iglesia de San Martín	Monasterio de Santa Mª. Plaza de la Iglesia, s/n 49361	San Martín de Castañeda	980622063
	Parque Natural Lago de Sanabria y alrededores Casa del Parque	Ctra. ZA-104 p.k. 4,75	El Puente – Galende	980622063
	Reserva Natural Lagunas de Villafáfila Casa del Parque "El Palomar"	Ctra. Villalpando, Km. 1,5 49136	Villafáfila	980586046
	Parque Natural Arribes del Duero Casa del Parque "Convento de San Francisco"	C/ San Juan, 89 49220	Fermoselle	980613384

©MAD
red de
senderos

La **longitud** que se facilita en los recorridos lineales es la distancia entre el punto de partida y el de llegada. Si se regresa por el mismo camino, la distancia a recorrer será el doble de la indicada.

En esta guía no se ofrece información sobre la **duración de los recorridos** por ser un dato poco preciso. Una buena referencia para estimar la duración de los paseos es que la velocidad de un caminante, a ritmo normal y sin parar mucho, es de 3 km a la hora. Para paseos de montaña y dependiendo de la dificultad, la velocidad se reduce de 2,5 a 2 km/h. En bicicleta de montaña, si no es una ruta técnica, ronda los 15 km/h.

Época recomendada. La mayoría de los senderos se pueden realizar a lo largo de todo el año. Incluso en pleno invierno, con el equipo y la preparación necesaria, las rutas de montaña son practicables. En general, las mejores épocas del año para andar por nuestras sendas y caminos son la primavera y el otoño, a pesar del riesgo de un buen chaparrón.

sendero para recorrer a pie

sendero para recorrer en bicicleta de montaña

sendero con accesibilidad total

PR: sendero de pequeño recorrido
PRC: sendero circular de pequeño recorrido
SL: sendero local
GR: sendero de gran recorrido

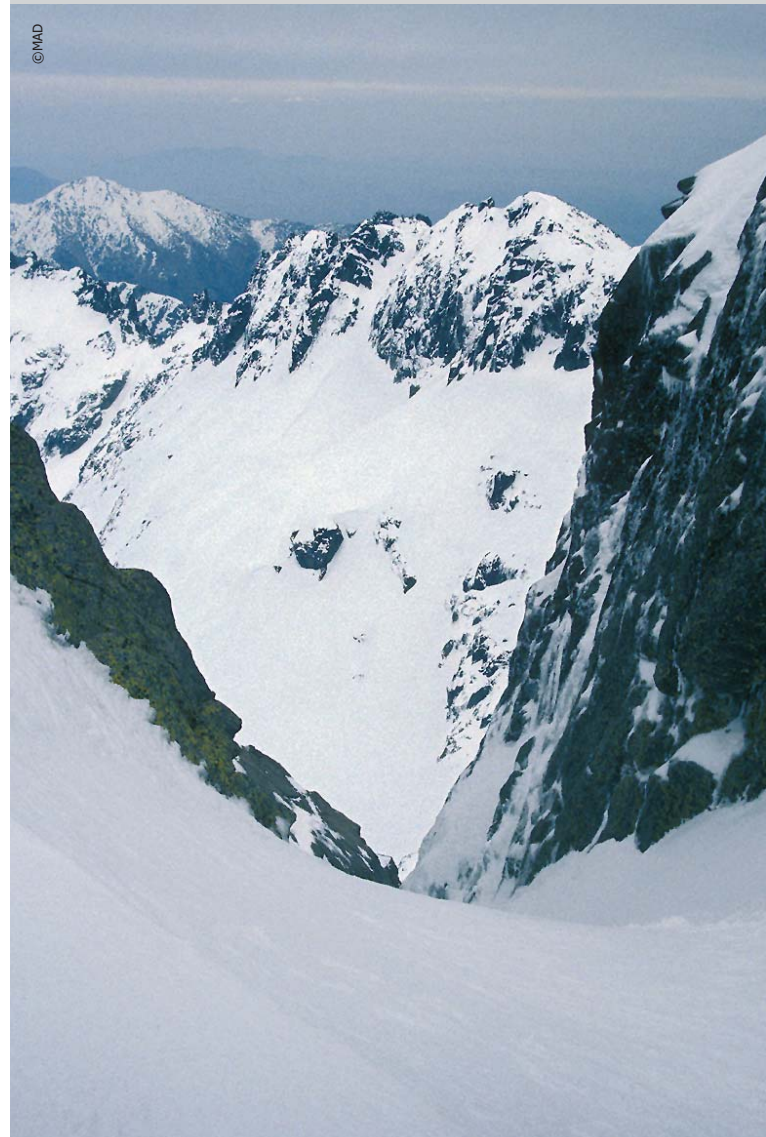
Llevad siempre **calzado y ropa adecuada** a cada época del año, protección solar y gorra sobre todo en verano y en zonas de montaña. El agua y algo de comida no pueden faltar en tus recorridos, por cortos que sean. Las precauciones deberán extremarse en invierno, especialmente en zonas de montaña.

Guarda la **basura** que produzcas en una bolsa y depósitala en el primer contenedor que encuentres.

También debes saber que si vas con tu **perro** eres responsable de los daños que éste pueda causar; deberás llevarlo controlado.

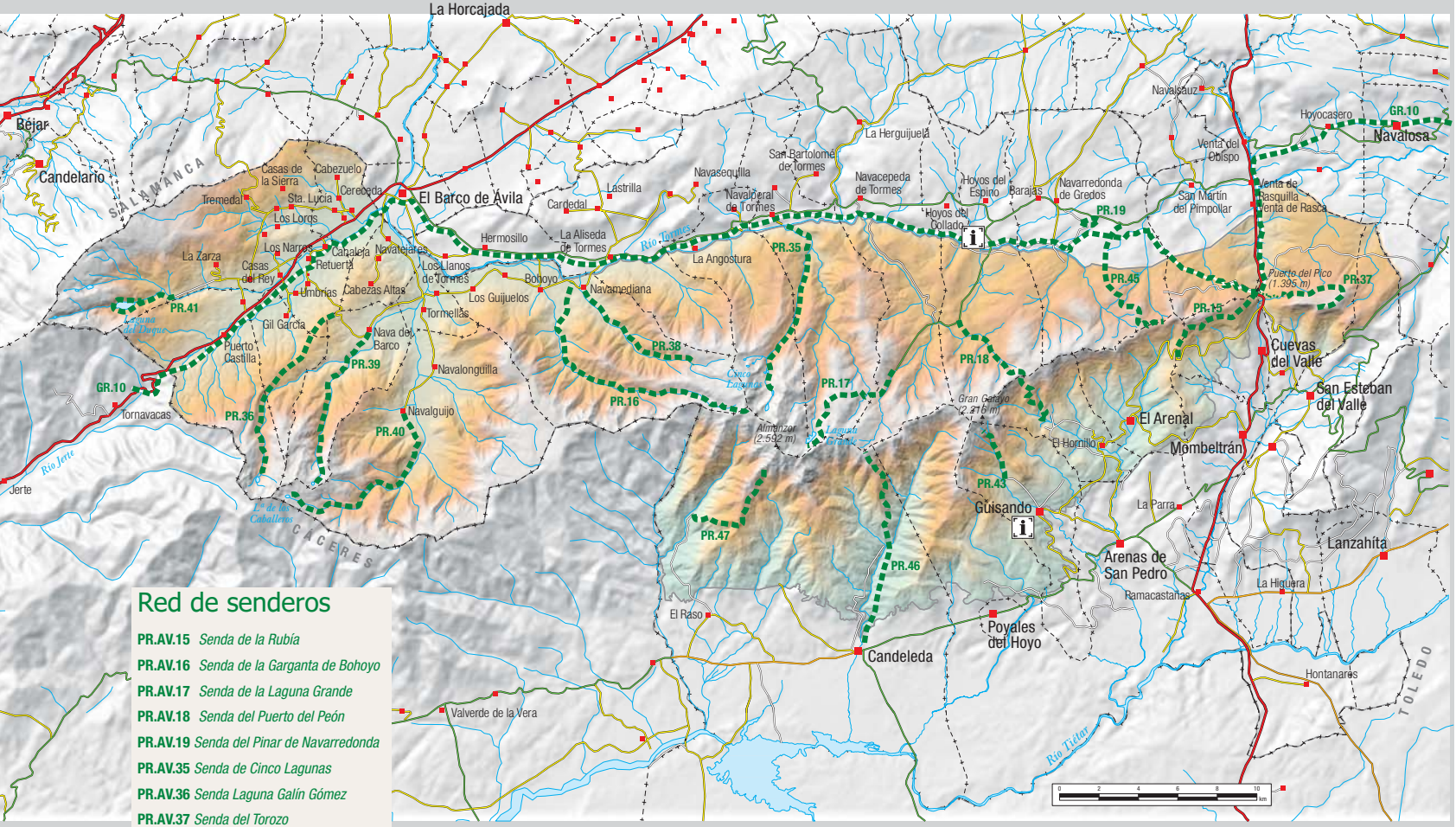
No arranques plantas; siempre las podrás fotografiar, dibujar u observar sin más, tanto tú como el que venga después.

Ávila
Sierra de Gredos
Parque Regional



Gredos

Sierra de Gredos (Ávila)
Parque Regional

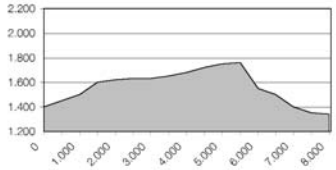


Red de senderos

PR.AV.15 *Senda de la Rubía*
PR.AV.16 *Senda de la Garganta de Bohoyo*
PR.AV.17 *Senda de la Laguna Grande*
PR.AV.18 *Senda del Puerto del Peón*
PR.AV.19 *Senda del Pinar de Navarredonda*
PR.AV.35 *Senda de Cinco Lagunas*
PR.AV.36 *Senda Laguna Galín Gómez*
PR.AV.37 *Senda del Torozo*
PR.AV.38 *Senda Garganta Navamediana*
PR.AV.39 *Senda Garganta de la Nava*
PR.AV.40 *Senda Garganta de los Caballeros*
PR.AV.41 *Senda Laguna del Duque*
PR.AV.43 *Senda Carril de los Galayos*
PR.AV.45 *Senda Navarredonda-Pto. del Arenal*
PR.AV.46 *Vereda del Puerto de Candeleda*
PR.AV.47 *Senda al Sillao de Peña Chilla*
GR.10 *Valencia - Lisboa*

PR·AV 15 La Rubía

recorrido: lineal
inicio: Puerto del Pico (1.389 m)
fin: Alto de la Centenera (1.352 m)
longitud: 7 km
desnivel: 310 m (ascenso) y 350 m (descenso)
dificultad: media

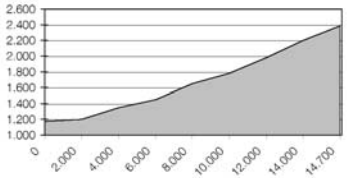


Senda de alta montaña, ir equipado con botas de montaña, ropa de abrigo y agua. Esta senda recorre la divisoria de las dos mesetas, y se puede disfrutar de una espectacular vista del Barranco de las Cinco Villas, la Calzada Romana y el Pico del Torozo.

De primavera a otoño.

PR·AV 16 Garganta de Bohoyo

recorrido: lineal
inicio: carretera de Bohoyo a Navamediana
fin: Collado del Belesar
longitud: 14,7 km
desnivel: 1.250 m de suave ascenso
dificultad: alta (muy larga)

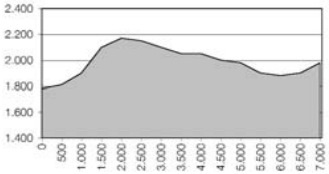


Senda de alta montaña. El impresionante ascenso por esta garganta nos muestra la gran variedad de vegetación según altitud, desde el rebollar hasta el piornal de alta montaña.

De primavera a otoño.

La Laguna Grande PR·AV 17

recorrido: lineal
inicio: Plataforma de Gredos
fin: Laguna Grande
longitud: 6,4 km
desnivel: 390 m de subida al collado de *Los Barrerones* y 190 m de bajada a la laguna
dificultad: media-alta

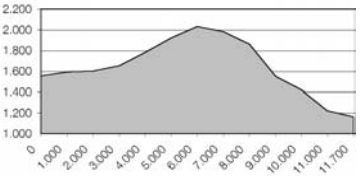


Es una senda de alta montaña, por lo que se deberá ir equipado con botas de montaña, ropa de abrigo y agua. Esta ruta nos llevará hasta el Circo de Gredos, contemplaremos el Pico Almanzor (2.592 m) y también podremos observar cabras montesas y otros endemismos de Gredos. No salir de los senderos señalizados.

De mayo a octubre.

Puerto del Peón PR·AV 18

recorrido: lineal
inicio: «Alto del Durán» (km 6 de la Plataforma)
fin: refugio Domingo Fernando
longitud: 11,7 km
desnivel: 477 m de subida y 870 m de bajada
dificultad: media



Senda de alta montaña, ir equipado con botas de montaña, ropa de abrigo y agua. Esta ruta te lleva hasta el alto del Puerto del Peón, donde se pueden observar las dos vertientes.

De primavera a otoño.

PRC·AV 19 Pinar de Navarredonda

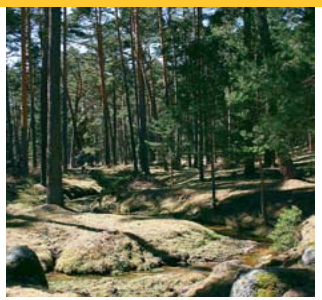
recorrido: circular

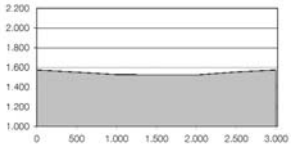
inicio y fin: Parador de Turismo de Gredos

longitud: 3 km

desnivel: 90 m

dificultad: baja





Un agradable paseo por la sombra de ejemplares centenarios de pino silvestre (*Pinus sylvestris*). Durante el recorrido se puede escuchar los sonidos del picapinos, trepador azul, carbonero garrapinos, etc.

PR·AV 20 Senda ecológica

recorrido: lineal

inicio: El Arenal (891 m)

fin: plataforma Nogal del Barranco (1.100 m)

longitud: 16 km

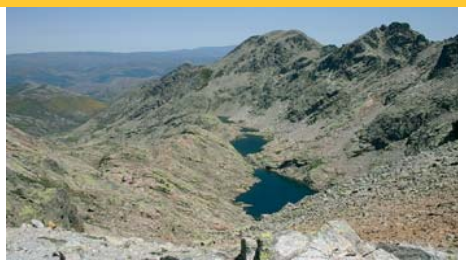
desnivel: 209 m

dificultad: media-alta (por su longitud)

Esta ruta de alta montaña transcurre por paisajes pintorescos del sur de Gredos. Elementos de arquitectura tradicional como loberas, chozos, eras, etc.

De mayo a octubre.

Cinco Lagunas PR·AV 35



recorrido: lineal

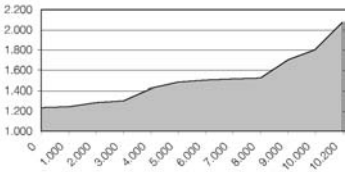
inicio: Prado Toro (Navalperal de Tormes)

fin: Cinco Lagunas

longitud: 10,2 km

desnivel: 839 m

dificultad: media-alta



Ruta de alta montaña. Durante la ascensión por el valle glaciar se puede observar la forma de «U» de este tipo de formación, las morrenas y las rocas aborregadas, que nos narran el curso del hielo desde hace miles de años.

De mayo a octubre.

Laguna de Barco PR·AV 36

recorrido: lineal

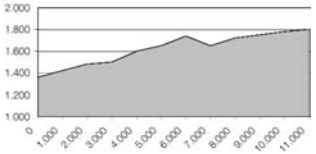
inicio: Puerto de Umbrías

fin: Laguna de Barco o de Galín-Gómez

longitud: 11 km

desnivel: 440 m

dificultad: media-alta

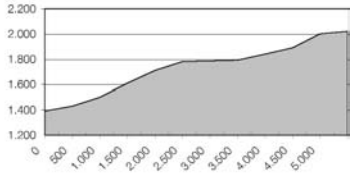


Ruta de alta montaña. En el ascenso se contempla la comarca del Aravalle, donde aún se mantienen las tradiciones agrícolas y ganaderas y en la parte alta podemos contemplar especies de alta montaña.

De mayo a octubre.

PR·AV 37 Senda del Torozo

recorrido: lineal
inicio: Puerto del Pico (1.391 m)
fin: Alto del Torozo (2.021 m)
longitud: 5,1 km
desnivel: 630 m
dificultad: media

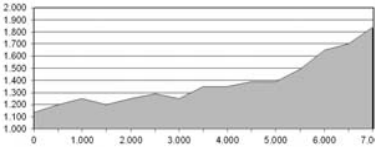


Senda de alta montaña. Observación de rapaces, cabra montés y los ancestrales bancales del Sur de Gredos.

De junio a octubre.

PR·AV 38 Garganta de Navamediana

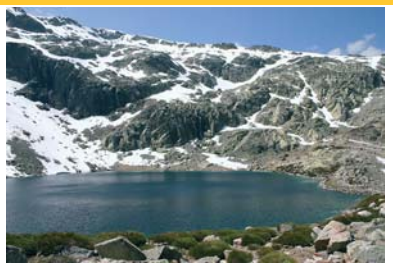
recorrido: lineal
inicio: Navamediana
fin: bifurcación Garganta de Navamediana
longitud: 7,2 km
desnivel: 702 m
dificultad: media



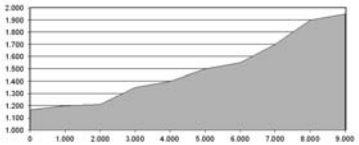
Senda de alta montaña. Iremos ascendiendo por una garganta con gran variedad florística; robledal con tomillo, cantueso y acebos de grandes dimensiones. Cerca de los cauces fluviales álamos temblones y abedules.

De mayo a octubre.

Laguna de La Nava PR·AV 39



recorrido: lineal
inicio: Ctra. La Nava de Barco al Puerto de Umbrías
fin: Laguna de La Nava
longitud: 9,6 km
desnivel: 786 m
dificultad: media-alta

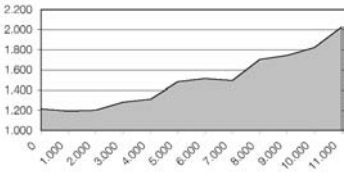


Senda de alta montaña. En esta senda descubrirás el circo glacial más perfecto de Gredos, durante la ascensión podrás contemplar en las fisuras de las rocas uno de los endemismos de Gredos, como es la boca de dragón.

De mayo a octubre.

Laguna de Los Caballeros PR·AV 40

recorrido: lineal
inicio: Navalguijo
fin: Laguna de los Caballeros
longitud: 11 km
desnivel: 813 m
dificultad: media-alta

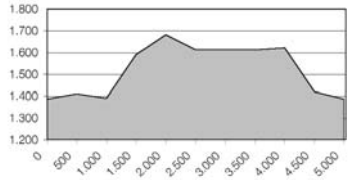


Senda de alta montaña. Tiene una dura ascensión donde nos iremos encontrando con pozas de agua cristalina. Los cardos azules crecen formando verdaderas praderas, mientras que especies como los tejos y los serbales aparecen en las grietas junto a la garganta.

De mayo a octubre.

PRC·AV 41 Laguna del Duque

recorrido: circular
inicio y fin: Central «El Chorro»
longitud: 5,1 km
desnivel: 252 m
dificultad: media

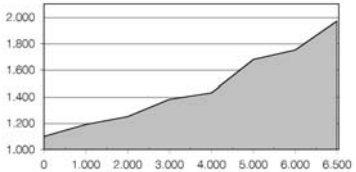


Senda de alta montaña. Es la laguna glaciar de más fácil acceso. Durante el recorrido se pueden observar gran variedad de especies vegetales.

De mayo a octubre.

PR·AV 43 Carril de los Galayos

recorrido: lineal
inicio: plataforma Nogal del Barranco (1.100 m)
fin: Refugio Victory (1.970 m)
longitud: 6,51 km
desnivel: 870 m
dificultad: media; alta en el tramo final

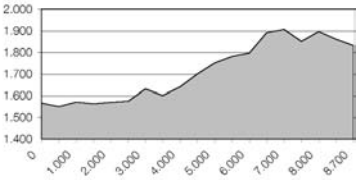


Es una senda de alta montaña que requiere un buen equipo. Esta ruta nos lleva a los acantilados agrestes de las montañas de Gredos, en donde podemos observar a la Cabra montés y los piornales de alta montaña.

De mayo a octubre.

Puerto del Arenal PR·AV 45

recorrido: lineal
inicio: km 9 de la carretera AV-941
fin: Puerto del Arenal
longitud: 9,2 km
desnivel: 339 m
dificultad: media

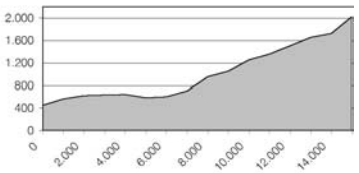


Senda de alta montaña. Camino tradicional utilizado para unir ambas vertientes. Desde la cuerda se disfruta de una buena panorámica.

De primavera a otoño.

Puerto de Candeleda PR·AV 46

recorrido: lineal
inicio: Candeleda (450 m)
fin: Puerto de Candeleda (2.009 m)
longitud: 14,7 km
desnivel: 1.559 m
dificultad: alta, debido a su longitud y la fuerte pendiente

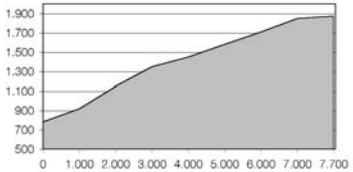


Es una senda de alta montaña que requiere un buen equipo. La ruta ofrece bellas gargantas de aguas torrenciales, variada fauna y singulares especies vegetales, como enebros centenarios.

De mayo a octubre.

PR-AV 47 Sillao de la Peña

recorrido: lineal
inicio: Puente del Pinillo (784 m)
fin: Sillao de La Peña (1.873 m)
longitud: 7,7 km
desnivel: 1.089 m
dificultad: alta



Senda de alta montaña que requiere ir bien equipado. En esta ruta se disfruta de bellas gargantas y frondosa vegetación, con la huella viva de los usos ganaderos.

De mayo a octubre.

Senda de los cabreros

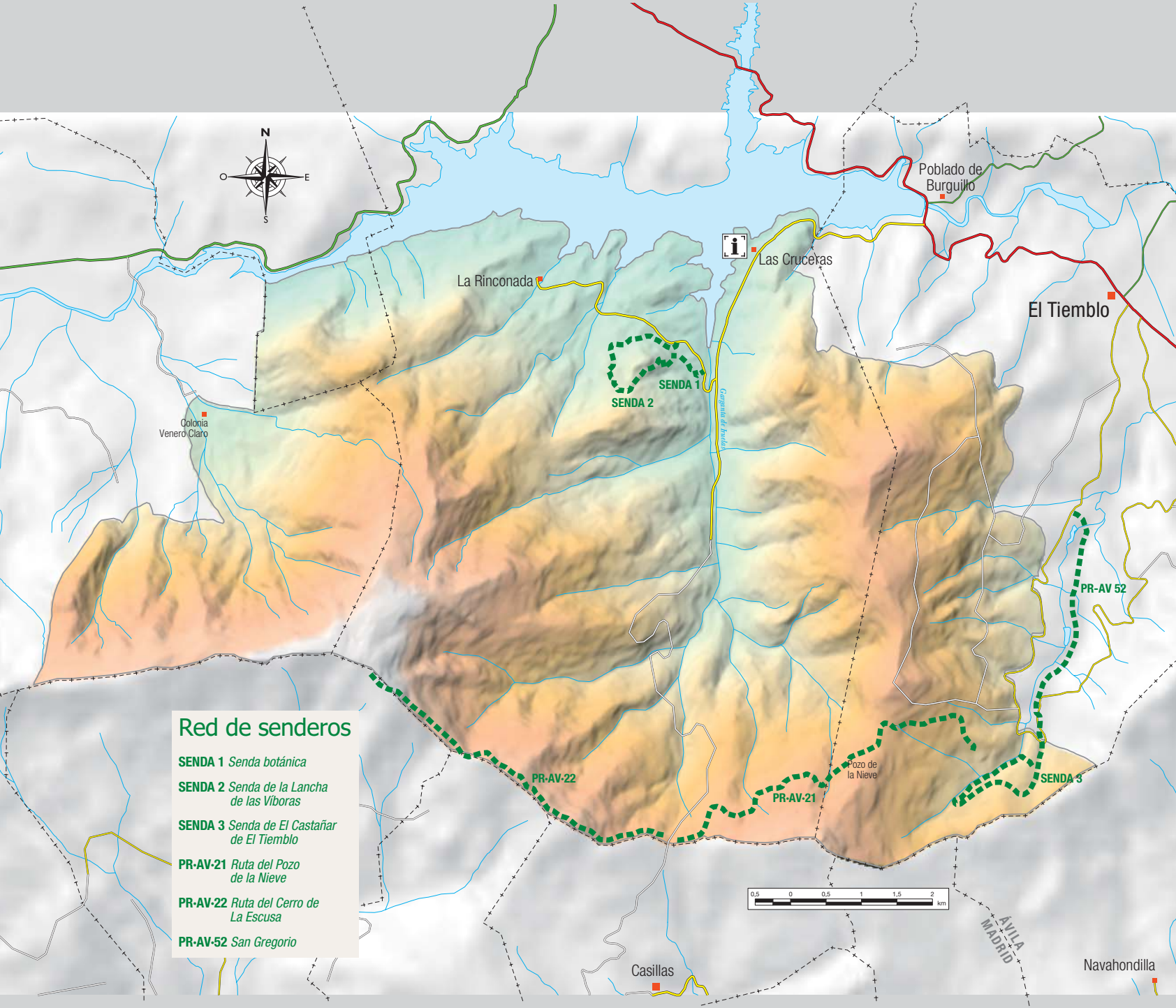
recorrido: lineal
inicio: plataforma Nogal del Barranco (1.100 m)
fin: asentamiento ganadero
longitud: 500 m
desnivel: 100 metros
dificultad: baja (paso del río)

El sendero nos lleva a visitar un antiguo puesto de cabrero rehabilitado, pasando por lugares de gran valor paisajístico y por uno de los árboles singulares de la región, como es el nogal centenario del Barranco.

De junio a octubre.

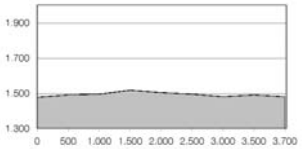
Ávila
Valle de Iruelas
Reserva Natural

Valle de Iruelas (Ávila)
Reserva Natural



PR·AV 21 Pozo de la nieve

recorrido: lineal
inicio: Puerto de Casillas (1.477 m)
fin: pozo de la nieve
longitud: 3,7 km
desnivel: 40 m
dificultad: baja

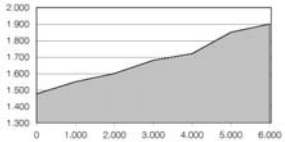


Bellas panorámicas de la Reserva Natural del Valle de Iruelas, de los valles tributarios del río Alberche y del embalse de El Burguillo. Visita a la antigua construcción del Pozo de la Nieve, una típica nevera de monte.

Otoño y primavera.

PR·AV 22 Cerro de la Escusa

recorrido: lineal
inicio: Puerto de Casillas (1.477 m)
fin: Cerro de la Escusa (1.959 m)
longitud: 6 km
desnivel: 495 m
dificultad: alta

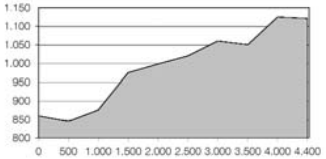


Bellas panorámicas de la Reserva Natural del Valle de Iruelas y del Valle del Tiétar en la otra vertiente; espectaculares Praderas del Sol y el majestuoso Canto del Berrueco. La dificultad de la ruta y su altitud hacen que no sea recomendable realizarla con nieve o hielo.

Primavera, verano y otoño.

Camino de San Gregorio PR·AV 52

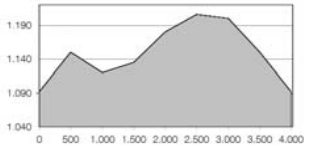
recorrido: lineal
inicio: Embalse de Hinchona
fin: El Castañar de El Tiemblo
longitud: 4 km
desnivel: 229 m
dificultad: media-baja



Discurre paralelamente a la garganta de la Yedra. Es un antiguo camino carretero que unía los pueblos de El Tiemblo y Casillas. Se inicia la senda en el km 3 de la pista forestal hacia El Tiemblo y que desciende hacia el arroyo de la Garganta de la Yedra. Ropa y calzado de montaña. Existe una fuente en el camino.

Cerro de las Víboras PRC·AV 53

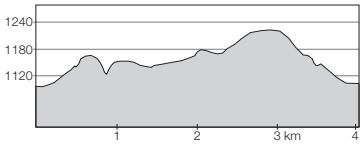
recorrido: circular
inicio y fin: área recreativa «Siempre Verde»
longitud: 3,4 km
desnivel: 200 m
dificultad: baja



Bellas panorámicas del Valle de Iruelas y del Embalse del Burguillo. Desde el observatorio de aves del Cerro se pueden contemplar buitres negros y otras aves de la zona.

PRC-AV 54 El Castañar

recorrido: circular
inicio y fin: área recreativa «El Regajo»
longitud: 3,5 km
desnivel: 114 m
dificultad: baja



La senda empieza y termina en un antiguo refugio de piedra y parte hacia el castaño centenario «El Abuelo», árbol singular de la comarca. Es una senda fácil para recorrer con niños o personas con poca movilidad.

Senda botánica

recorrido: lineal
inicio y fin: área recreativa «Siempre Verde»
longitud: 0,6 km
desnivel: menos de 10 m
dificultad: baja

Muestra alguna de las especies más representativas de la Reserva: acebos, tejos, castaños, pinos, cantueso, majuelos, etc.

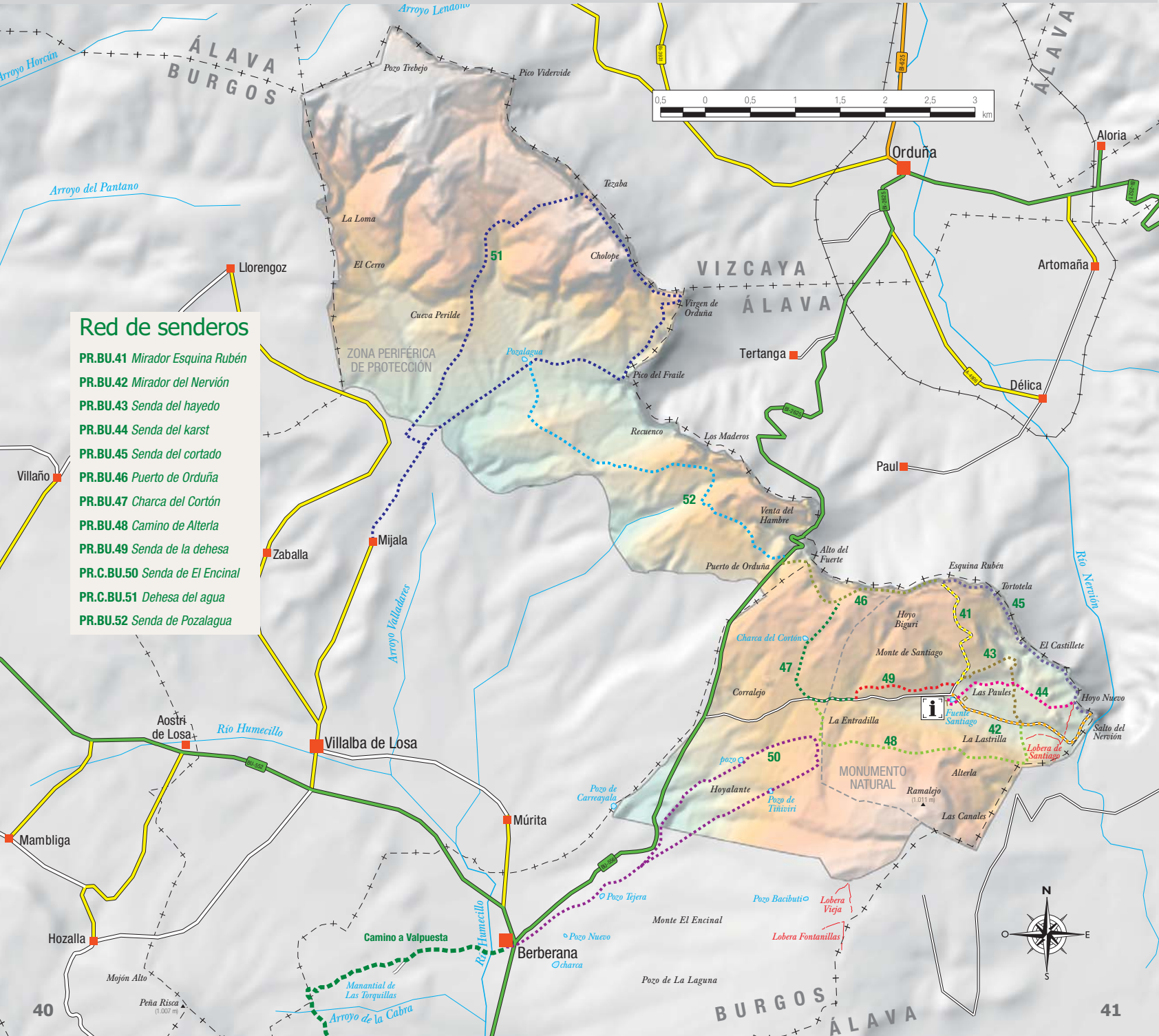
Primavera, verano y otoño.

Burgos
Monte Santiago
Monumento Natural

©J. Ángel Varona

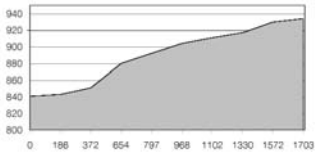
Monte Santiago

Monte Santiago (Burgos)
Monumento Natural



PR·BU 41 Mirador Esquina Rubén

recorrido: lineal
inicio: aparcamiento Fuente Santiago
fin: mirador Esquina Rubén
longitud: 1,7 km
desnivel: 98 m
dificultad: baja

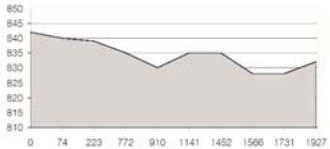


Las personas con movilidad reducida pueden realizar el sendero en vehículo solicitando autorización en la Casa del Parque.

El sendero discurre por una pista forestal a través de un hayedo, con pendiente moderada que va a dar al mirador Esquina Rubén, desde el que tendremos buenas vistas del valle.

PR·BU 42 Mirador del Nervión

recorrido: lineal
inicio: Fuente Santiago
fin: mirador Salto del Nervión
longitud: 2 km
desnivel: 17 m
dificultad: baja

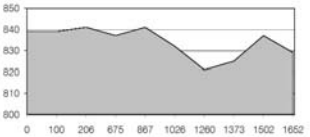


Las personas con movilidad reducida pueden realizar el sendero en vehículo solicitando autorización en la Casa del Parque.

El sendero discurre por una pista forestal a través de un hayedo que termina en el mirador desde el que contemplaremos sobre todo en épocas de lluvia y deshielo el espectacular Salto del Nervión, con casi 300 m de altura. Lobera restaurada.

Senda del hayedo PR·BU 43

recorrido: lineal
inicio: aparcamiento de Fuente Santiago
fin: confluencia de PR·BU·42 y PR·BU·48
longitud: 1,7 km
desnivel: 26 m
dificultad: baja

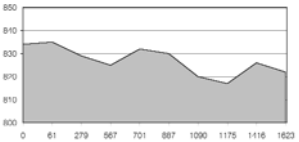


El sendero discurre parcialmente por un antiguo camino carretero que se adentra por un hayedo, en el que, si somos silenciosos podremos observar la fauna típica del bosque meridional cantábrico.

La primavera y especialmente el otoño, las mejores épocas.

Senda del karst PR·BU 44

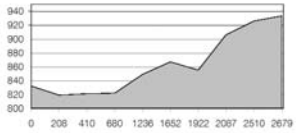
recorrido: lineal
inicio: Casa del Parque
fin: confluencia PR·BU·45
longitud: 1,6 km
desnivel: 24 m
dificultad: baja



El sendero discurre por un antiguo camino carretero bajo un hayedo y en el recorrido podemos observar el modelado kárstico de la roca caliza: dolinas, lapiaces, cuevas, sumideros y surgencias.

PR·BU 45 Senda del cortado

recorrido: lineal
inicio: mirador Esquina Rubén
fin: mirador Salto del Nervión
longitud: 2,7 km
desnivel: 122 m
dificultad: media (discurre a lo largo del cortado; hay que extremar las precauciones)

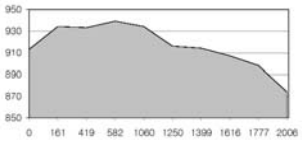


Recorre los cortados, desde los que podremos observar los típicos relieves en cuesta de Monte Santiago y Sierra Salvada y las aves que aquí habitan como el buitre leonado, alimoche, halcón peregrino, chova pitirroja y piquigualda, etc.

En invierno, con nieve o hielo, es un recorrido peligroso.

PR·BU 46 Puerto de Orduña

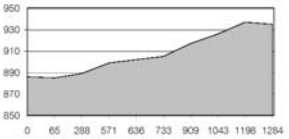
recorrido: lineal
inicio: aparcamiento Puerto de Orduña
fin: mirador Esquina Rubén
longitud: 2 km
desnivel: 68 m
dificultad: baja



Discurre paralelo a los cortados en una zona con pastizal de montaña. Durante el recorrido podremos ver buitres leonados, águila culebrera, vencejo real, alimoche y aves esteparias como el alcaraván.

Charca de Cortón PR·BU 47

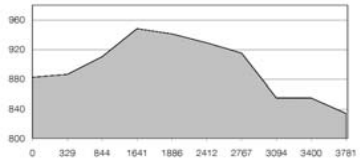
recorrido: lineal
inicio: aparcamiento Los Cipreses
fin: Charca de Cortón
longitud: 1,3 km
desnivel: 52 m
dificultad: baja



Sendero que transcurre por pastizal de montaña. Podremos encontrar yeguas y vacas que dan forma al paisaje. Lo más evidente lo apreciamos en los acebos, con el ramoneo del ganado «tallando» formas curiosas.

Camino de Alterla PR·BU 48

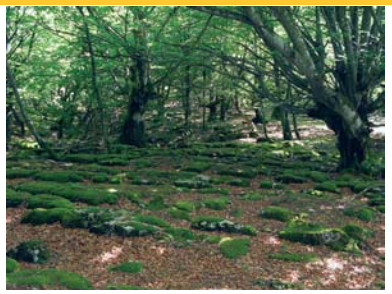
recorrido: lineal
inicio: confluencia PR·BU·47
fin: confluencia PR·BU·42 y PR·BU·43
longitud: 3,8 km
desnivel: 123 m
dificultad: baja; media en bicicleta por las irregularidades y fisuras del lapiaz

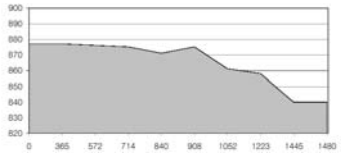


Sendero que discurre en parte por antiguo camino carretero, en una zona mixta con hayedo y pastizal de montaña. Siendo silenciosos podremos ver corzos, zorros, tejones y lirón gris en las zonas de hayedo. No se recomienda su uso en octubre y noviembre, los días de caza, ya que hay puestos fijos de caza de paloma y zorzal.

PR·BU 49 Senda de la Dehesa

recorrido: lineal
inicio: aparcamiento Los Cipreses
fin: aparcamiento Fuente Santiago
longitud: 1,5 km
desnivel: 57 m
dificultad: baja, aunque los tramos con lapiaz dificultan el desarrollo, sobre todo en bicicleta de montaña

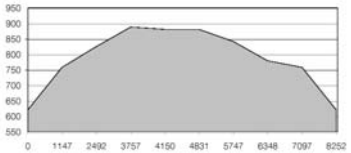




Sendero que discurre en su totalidad bajo el hayedo, donde podemos encontrar restos de los antiguos usos del bosque, como carboneras, caleras y hayas desmochadas de las cuales se extraía la madera para hacer el carbón vegetal en las carboneras.

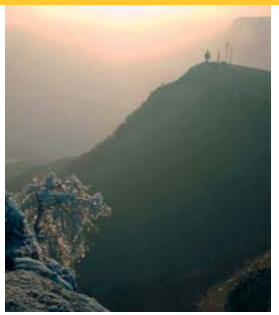
PRC·BU 50 Senda del encinar

recorrido: circular
inicio y fin: Berberana
longitud: 8,3 km
desnivel: 300 m
dificultad: baja para peatones; media en bicicleta de montaña

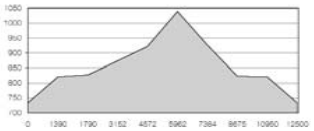


Vegetación típica de climas atlántico y mediterráneo. Iniciamos el recorrido por un encinar de carrasca y en la parte alta veremos pastizal de montaña y el inicio de los bosques de hayas.

Dehesa del Agua PRC·BU 51



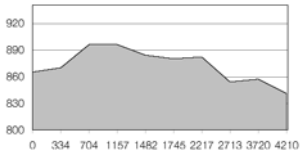
recorrido: circular
inicio y fin: Mijala
longitud: 12,5 km
desnivel: 324 m
dificultad: media; alta en el tramo próximo al monumento si optamos por la bicicleta de montaña



Nos conduce hasta la Virgen del Txalazo (impresionante monumento de hormigón armado que data de 1900) y el pico del Fraile (mole vertical de piedra caliza que tiene la figura de un fraile). Precaución: posibilidad de encontrar mastines con el ganado que pasta en libertad; se recomienda dar un rodeo y evitar el rebaño.

Senda de Pozalagua PR·BU 52

recorrido: lineal
inicio: aparcamiento Puerto de Orduña
fin: confluencia con PRC·BU·51
longitud: 4,2 km
desnivel: 64 m
dificultad: baja



En su totalidad por un antiguo camino carretero que cruza una repoblación de pino silvestre y pastizales de montaña en los que encontraremos ganado en libertad; se recomienda dar un rodeo para evitar los rebaños ante la posibilidad de encontrar mastines.

En Monte Santiago se han diseñado cuatro **rutas circulares temáticas** que combinan los PR antes descritos. Estas son:

RUTA DE LOS USOS HUMANOS

PR-BU 49 + **PR-BU 47** + **PR-BU 46** + **PR-BU 41**

A lo largo de sus 7,3 km podemos observar diferentes usos que el ser humano da al monte: ganadería, explotación de madera, carboneras, etc.

RUTA GEOMORFOLÓGICA

PR-BU 44 + **PR-BU 45** + **PR-BU 41**

6,4 km. En su recorrido podemos admirar las diferentes manifestaciones del complejo kárstico de Monte Santiago: la surgencia y sumidero de Fuente Santiago, numerosos lapiaces y dolinas así como la entrada de alguna cueva.

RUTA DEL PAISAJE

PR-BU 41 + **PR-BU 45** + **PR-BU 42**

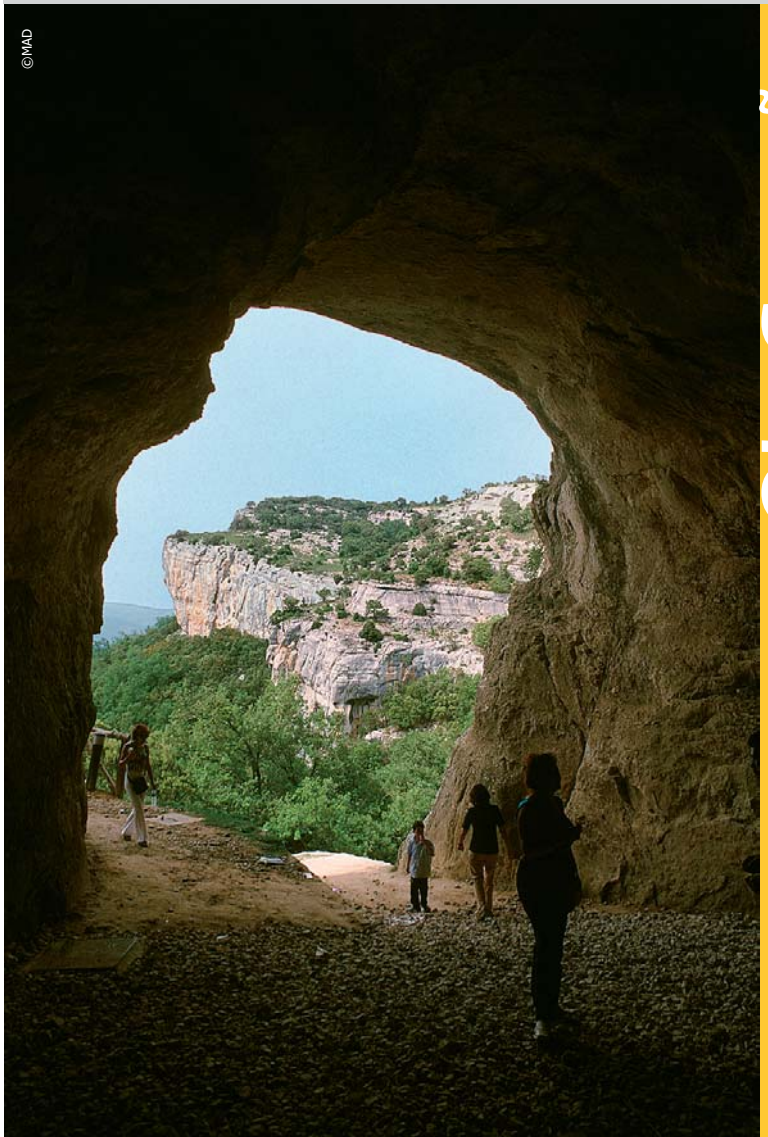
Además de las vistas desde los miradores «Esquina Rubén» y «Salto del Nervión» podemos disfrutar de excelentes panorámicas desde el sendero que discurre paralelo a los cortados de Sierra Salvada; se recomienda hacerla en el sentido de las agujas del reloj.

RUTA DEL HAYEDO

PR-BU 43 + **PR-BU 48** + **PR-BU 49**

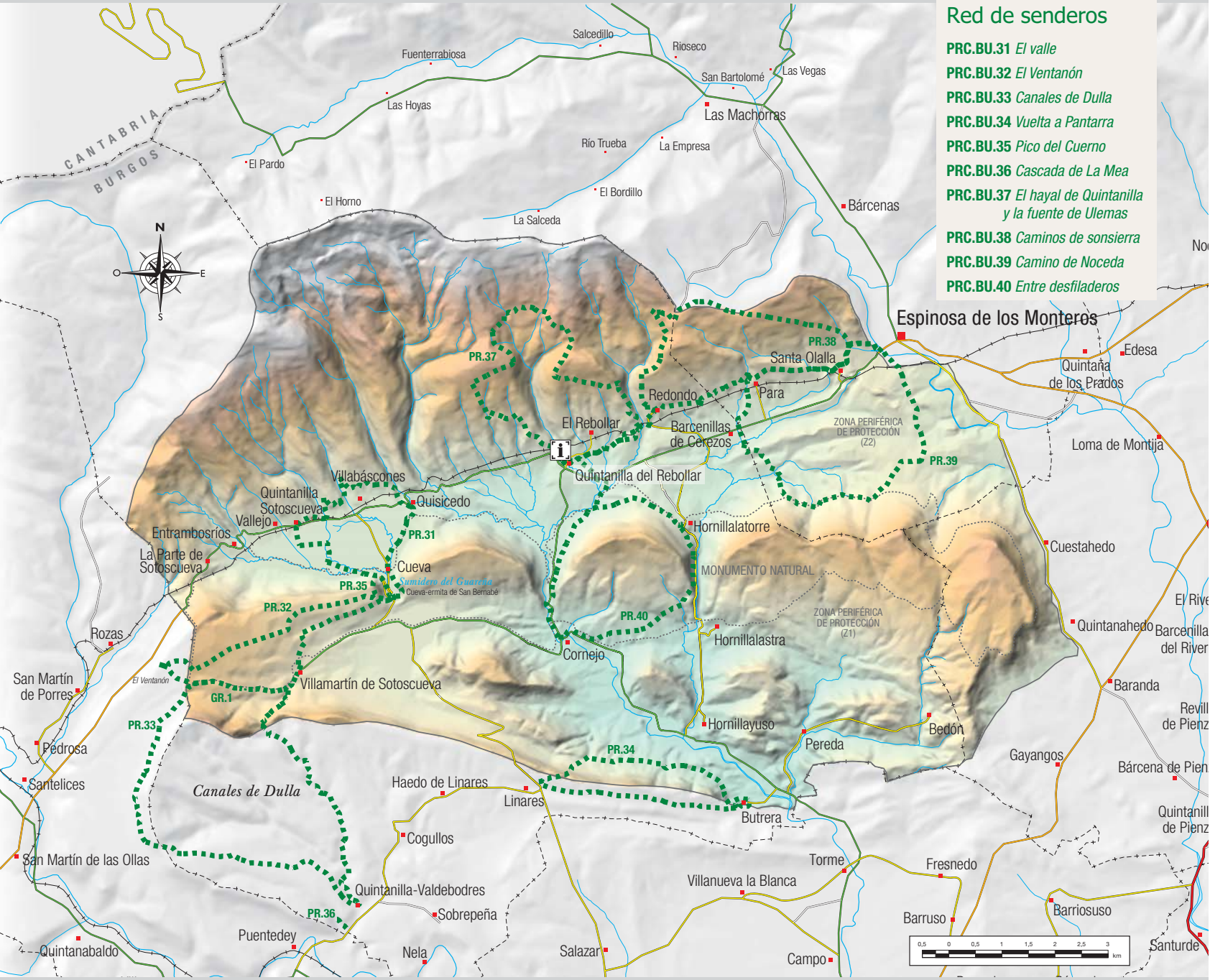
Especialmente recomendada para observar la diversidad de hongos que esconde este bosque. Precaución en el recorrido por el PR-BU 49 en época de caza ya que es zona de paso de paloma y próximos al sendero hay puestos.

Burgos
Ojo Guareña
Monumento Natural



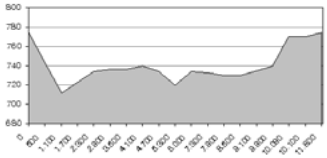
Ojo Guareña

Ojo Guareña (Burgos)
Monumento Natural



PRC·BU 31 El valle

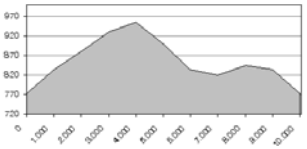
recorrido: circular
inicio y fin: Alto de la Concha
longitud: 11,8 km
desnivel: 300 m
dificultad: baja



Desde el Alto de la Concha cruzamos el Valle de Sotoscueva y nos acercamos a Cueva, Quisicedo, Villabáscones, Quintanilla de Sotoscueva y Vallejo. El camino discurre entre robles y encinas, pastizales y pueblos que han conservado su arquitectura tradicional. Entre Villabáscones y Quintanilla encontraremos en la espesura un conjunto de 20 tumbas antropomorfas alto medievales.

PRC·BU 32 El Ventanón

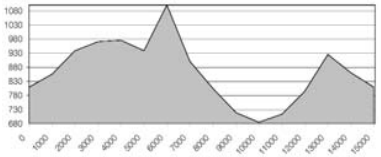
recorrido: circular
inicio y fin: Alto de la Concha
longitud: 10,9 km
desnivel: 280 m
dificultad: media; en bici existen tramos difíciles y fuertes pendientes; en invierno puedes encontrar hielo y nieve



En el primer tramo discurre por una ladera cubierta de encinas, y nos acerca hasta el espectacular puente natural conocido como «El Ventanón». Desde allí descendemos por una pista hasta la localidad de Villamartín, una población de la Merindad de Sotoscueva, rodeada por campos agrícolas.

Canales de Dulla PRC·BU 33

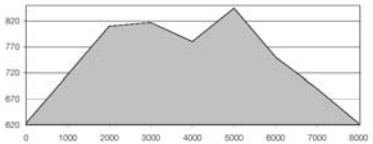
recorrido: circular
inicio y fin: Villamartín de Sotoscueva
longitud: 15 km
desnivel: 800 m
dificultad: media; en invierno puedes encontrar hielo y nieve



El recorrido une los municipios de Villamartín y Quintanilla de Valdebodres y nos introduce de forma sorprendente en un complejo sistema de barrancos conocidos como los Canales del Dulla, que se ha originado por la continua erosión del terreno.

Vuelta a Pantarra PRC·BU 34

recorrido: circular
inicio y fin: iglesia de Butrera
longitud: 8,7 km
desnivel: 560 m
dificultad: baja



El recorrido discurre entre encinas y quejigos desde la Iglesia románica de Butrera bordeando el alto conocido como «Pantarra», hasta el cercano municipio de Linares; desde allí el sendero retorna a Butrera por un camino más cómodo.

PR·BU 35 Pico Cuerno

recorrido: lineal
inicio: Alto de la Concha
fin: Pico Cuerno
longitud: 0,6 km
desnivel: 130 m
dificultad: baja

Senda de corta duración que asciende desde el Alto de la Concha hasta el Pico Cuerno a través de un bosque de encinas. Desde el Pico Cuerno podemos contemplar una excelente panorámica del Valle de Sotoscueva.

PR·BU 36 Cascada de la Mea

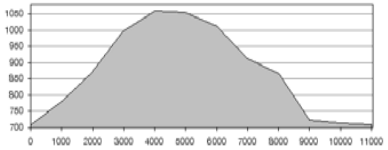
recorrido: lineal
inicio: aparcamiento
fin: cascada
longitud: 0,3 km
desnivel: 100 m
dificultad: baja

Cerca del entorno de los Canales del Dulla, el arroyo de la Mea recoge las aguas procedentes de la lluvia y del deshielo invernal; en ciertas épocas del año nos brinda un magnífico espectáculo al precipitarse al vacío por un cortado calizo.

Podemos acercarnos a Puentedey para contemplar el puente natural sobre el río Nela.

El Hayal de Quintanilla PRC·BU 37

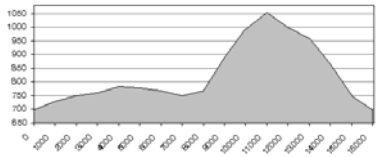
recorrido: circular
inicio y fin: Casa del Parque, en Quintanilla del Rebollar
longitud: 10,9 km
desnivel: 700 m
dificultad: alta; en bici existen tramos difíciles y fuertes pendientes



Desde la Casa del Parque, entre verdes pastizales ganaderos, nos dirigimos hacia Herrera. Comenzamos un largo y pronunciado ascenso hacía el norte. Cruzamos varios arroyos y pasamos cerca del refugio *Pico del Ángel* antes de descender a Quintanilla del Rebollar. El recorrido nos adentra en varias masas forestales donde existen pinos, roble albar y rebollos.

Caminos de la Sonsierra PRC·BU 38

recorrido: circular
inicio y fin: Casa del Parque, en Quintanilla del Rebollar
longitud: 16,5 km
desnivel: 250 m
dificultad: media

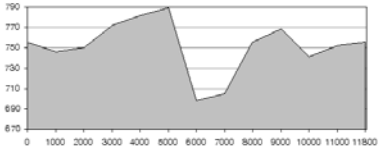


Partiendo desde la Casa del Parque, este largo itinerario nos acerca hasta la histórica villa de Espinosa de los Monteros, pasando antes por poblaciones con una marcada tradición ganadera como Redondo, Para y Santa Olalla.

En el tramo de vuelta desde el entorno de Domingo Pájaro tenemos una espectacular vista de todo el valle.

PRC-BU 39 Camino de Noceda

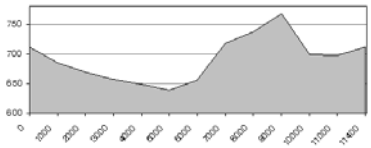
recorrido: circular
inicio y fin: Espinosa de los Monteros
longitud: 11,8 km
desnivel: 450 m
dificultad: baja



El recorrido se dirige entre verdes prados hacia el hayedo de las Vallejas, ubicado a la sombra de imponentes farallones. Pasamos cerca de Noceda. Desde Barcenillas de Cerezo ascendemos hasta Para. Desde allí, el final de la ruta coincide con los Caminos de la Sonsierra. Espinosa es una villa histórica y monumental en la que se originó la Guardia de los Monteros Reales.

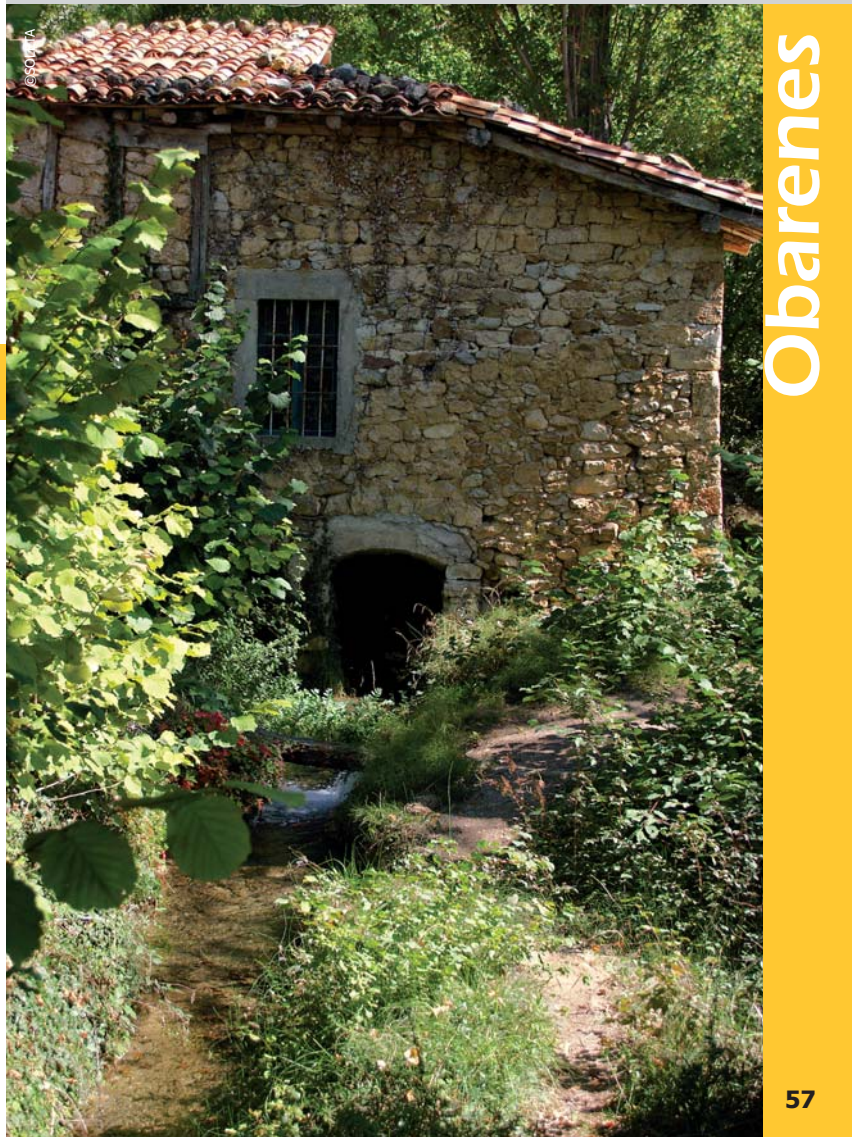
PRC-BU 40 Entre desfiladeros

recorrido: circular
inicio y fin: Casa del Parque, en Quintanilla del Rebollar
longitud: 11,8 km
desnivel: 200 m
dificultad: baja



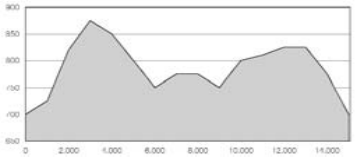
Los ríos y los arroyos, procedentes de la cercana Cordillera Cantábrica, se han abierto paso entre estos dos desfiladeros para continuar su curso hacia el Nela. El paseo discurre por este entorno, que además atraviesa la capital de la Merindad de Sotoscueva: Cornejo. Observaremos los efectos de la disolución de las calizas a lo largo de sus planos de rotura o diaclasas.

Burgos
Montes Obarenes San Zadornil
Parque Natural



PRC·BU 89 Pancorbo

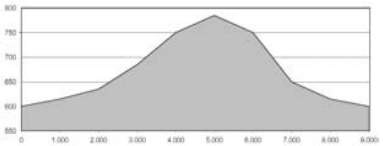
recorrido: circular
inicio y fin: Pancorbo
longitud: 14,7 km
desnivel: 156 m
dificultad: baja



El sendero discurre a través de pistas pasando de lugares abiertos donde podemos admirar el desfiladero de Pancorbo a tramos de bosque más cerrados. Visita recomendable al complejo arqueológico de El Castillete.

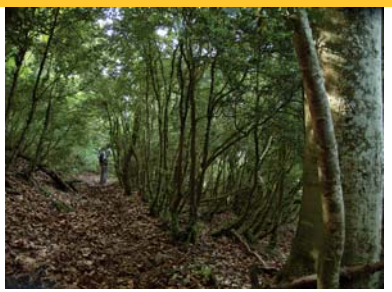
SLC·BU 90 Encio

recorrido: circular
inicio y fin: Encio
longitud: 9 km
desnivel: 156 m
dificultad: baja

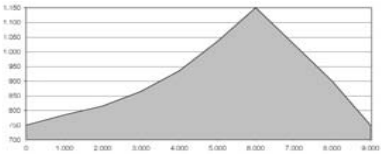


Parte del sendero discurre por una calzada de la época napoleónica, entre cortados calizos y quebrados. Disfrutaremos de un paseo por bosques frondosos de hayas y robles.

Sendero del Mancubo SLC·BU 91



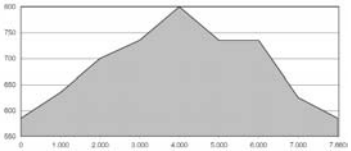
recorrido: circular
inicio y fin: camino de Encio a Cubilla
longitud: 9,2 km
desnivel: 505 m
dificultad: baja



La diversidad caracteriza el entorno donde discurre esta senda pudiendo ver encina, quejigo e incluso madroños y boj. El Mancubo es la cumbre más oriental del Parque Natural de los Montes Obarenes, por lo que desde la misma se puede observar las llanuras de la comarca de Miranda de Ebro.

Bozoo SLC·BU 92

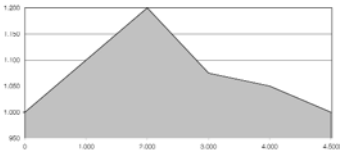
recorrido: circular
inicio y fin: Bozoo
longitud: 7,7 km
desnivel: 287 m
dificultad: baja



En Bozoo se puede disfrutar del único bosque de alcornoque de la provincia de Burgos. El recorrido discurre por pistas y caminos con actividad forestal y ganadera las cuales son importantes para la economía de esta zona.

SLC·BU 93 Cubilla y hayedos del Humión

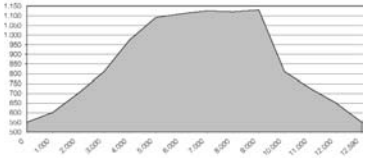
recorrido: circular
inicio y fin: Cubilla
longitud: 4,5 km
desnivel: 143 m
dificultad: baja



El sendero comienza en la plaza de la Fuente aunque es aconsejable estacionar el vehículo a la entrada de Cubilla y ascender a pie hasta la misma. Su corta distancia y su baja dificultad le hacen ideal para ir con niños. El recorrido discurre entre pinos y hayas.

PRC·BU 94 San Martín de Don

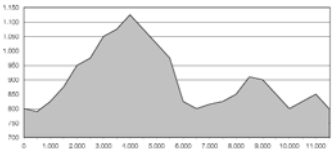
recorrido: circular
inicio y fin: San Martín de Don
longitud: 14 km
desnivel: 500 m
dificultad: baja



En el recorrido se pueden observar hayas y madroños; es curioso encontrarlas juntas ya que son especies de climas atlántico y mediterráneo, esto se debe a que esta zona está en el límite de ambos. También se pueden observar masas de pino silvestre y robledales. Parte de este sendero coincide con el trazado del GR·99.

Portillo del Busto PRC·BU 95

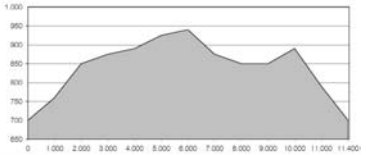
recorrido: circular
inicio y fin: La Aldea
longitud: 11,7 km
desnivel: 300 m
dificultad: alta



Es un sendero con grandes cambios de altitud que requiere de cierta preparación física para realizarlo; sobre todo en el paso de la Herradura. Es un recorrido variado donde se puede observar, pastizales y bosques de frondosas. Asimismo el recorrido pasa por dos municipios La Molina y Zangández.

Ranera PRC·BU 96

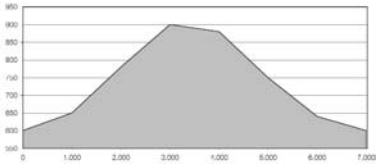
recorrido: circular
inicio y fin: Ranera
longitud: 11,5 km
desnivel: 220 m
dificultad: baja



El recorrido nos presenta diversos paisajes en el entorno del Cerro de San Miguel. Pasearemos por pastizales y encinares y disfrutaremos de buenas vistas del municipio de Frías, sobre el cañón del río Molinar, de la cima del Monte Humión y de la Sierra de Oña.

SLC·BU 97 San Millán de San Zadornil

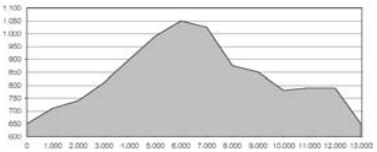
recorrido: circular
inicio y fin: San Millán
longitud: 6,9 km
desnivel: 330 m
dificultad: baja



El sendero asciende por un monte de encina hacia el Alto de Terreros (932 m) desde algunos puntos se tienen buenas vistas de Valpuesta y su colegiata. La importancia de Valpuesta ya se refleja desde la Alta Edad Media, llegando a ser sede episcopal. Una especie que campa por este monte es el corzo.

PRC·BU 98 San Zadornil

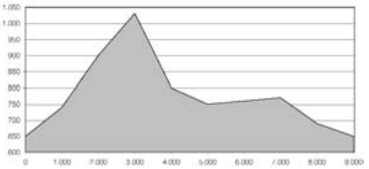
recorrido: circular
inicio y fin: San Zadornil
longitud: 13,2 km
desnivel: 420 m
dificultad: baja



El sendero comienza en un pueblo que conserva muchos aspectos particulares de la comarca a la que pertenece Las Merindades. El recorrido se adentra por masas de pinos, castaños y hayas a través de pistas forestales. Su baja dificultad le hace apto para recorrer en familia.

Valpuesta SLC·BU 99

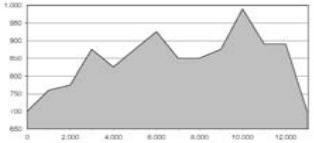
recorrido: circular
inicio y fin: Valpuesta
longitud: 9 km
desnivel: 400 m
dificultad: baja



En el antiguo monasterio de Valpuesta se escribieron los primeros textos en romance que se conocen (siglo X), por lo que se conoce a esta localidad como la cuna de la lengua castellana. El sendero asciende hasta el Alto del Rodil (1.031 m) atravesando bosques de pinos y encinas que arropan desde lo alto al municipio y a su espectacular colegiata de Santa María.

Arroyo de San Zadornil PRC·BU 100

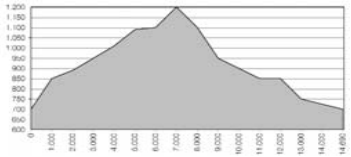
recorrido: circular
inicio y fin: Arroyo de San Zadornil
longitud: 13 km
desnivel: 280 m
dificultad: baja



El recorrido atraviesa una masa forestal de las más productivas de la Península Ibérica. El paisaje de encinas, pinos y castaños acompañados de acebos y quejigos hacen la travesía agradable en cualquier época del año por su variedad de colorido. Los castaños, antaño generadores de beneficios por la venta de castaños, hoy en día son un elemento atractivo para este paraje.

PRC·BU 101 Caminos de Oña

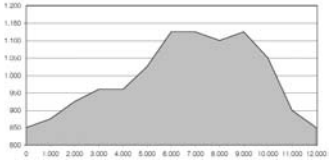
recorrido: circular
inicio y fin: Oña
longitud: 14,7 km
desnivel: 600 m
dificultad: baja



El recorrido comienza en la Plaza del Mercado de Oña y allí se recomienda avanzar en dirección sur hacia Pino de Bureba. El paisaje varía entre las extensas masas de pinar, de boj y los pastizales a los pies de la Mesa de Oña.

PRC·BU 102 Barcina de los Montes

recorrido: circular
inicio y fin: Barcina de los Montes
longitud: 12 km
desnivel: 420 m
dificultad: baja

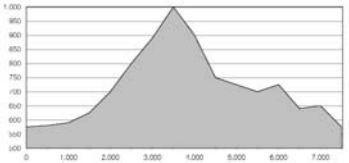


Junto a las antiguas escuelas del municipio se sitúa el comienzo de este sendero donde se alternan hayedos y extensos pastizales a los pies de la Mesa de Oña. Dada su baja dificultad es ideal para hacer en familia y en diversas épocas del año (incluso con nieve), dado que los colores varían mucho a lo largo de las estaciones.

Montes Obarenes-San Zadornil (Burgos)
Parque Natural

Herrán SLC·BU 103

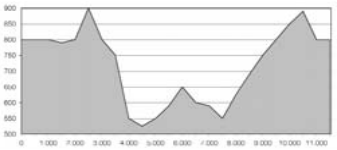
recorrido: circular
inicio y fin: Herrán
longitud: 7,8 km
desnivel: 430 m
dificultad: baja



El recorrido comienza en el aparcamiento de Herrán y discurre por un entorno muy influenciado por el clima Mediterráneo donde se pueden observar quejigos, encinas, arces, pinos y madroños junto con chopos y avellanos. Otro atractivo de la senda es el desfiladero del río Purón.

Villanueva de los Montes PRC·BU 104

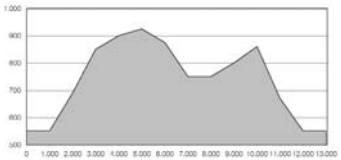
recorrido: circular
inicio y fin: Villanueva de los Montes
longitud: 12 km
desnivel: 380 m
dificultad: baja



Al contrario que otros senderos de este Parque el recorrido comienza en descenso hacia el fondo del Valle por la senda de Quintanaseca ascendiendo posteriormente de nuevo hacia Villanueva por la Senda de Frías. Podremos ver carrascos y boj junto con masas de pino laricio (*Pinus nigra*) que fue introducido en los años 50 del siglo pasado en las laderas de menor altitud.

PRC·BU 105 Cillaperlata II

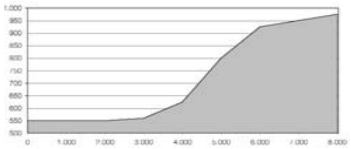
recorrido: circular
inicio y fin: Cillaperlata
longitud: 13 km
desnivel: 400 m
dificultad: baja



El sendero coincide con parte del trazado del GR·85, por lo que en el recorrido se verán las marcas rojas y blancas. Saliendo de Cillaperlata por la carretera de Traspaderne, tomaremos la pista que sale a la izquierda, hacia Frías. En el camino podremos observar los signos de la actividad resinera que se desarrolló intensamente en el pasado.

SL·BU 107 Miradores

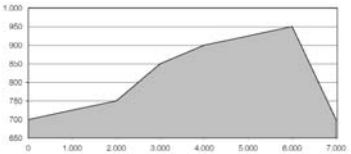
recorrido: lineal
inicio: Oña
fin: Pico Miradores
longitud: 7,6 km
desnivel: 430 m
dificultad: baja



Las masas de pinar nos acompañarán en este camino. Desde el Pico Miradores se puede observar el desfiladero de la Horadada, conformado por las aguas del Ebro que separa las sierras de la Tesla y la Llana. Si se quiere aumentar la dificultad del recorrido se puede tomar la conexión con la senda de Cillaperlata que sale al final del ascenso de mayor pendiente.

Penches SLC·BU 108

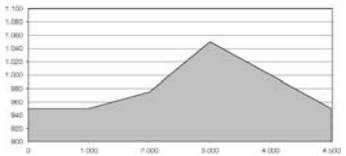
recorrido: circular
inicio y fin: Penches
longitud: 7,4 km
desnivel: 240 m
dificultad: baja



Partimos del lavadero; continúa por la carretera hasta un camino que sale a la izquierda. El recorrido discurre por pistas forestales y caminos tradicionales y por su baja dificultad se recomienda para realizar en familia. Pastizales rodean el sendero presidido por la Mesa de Oña (1.202 m).

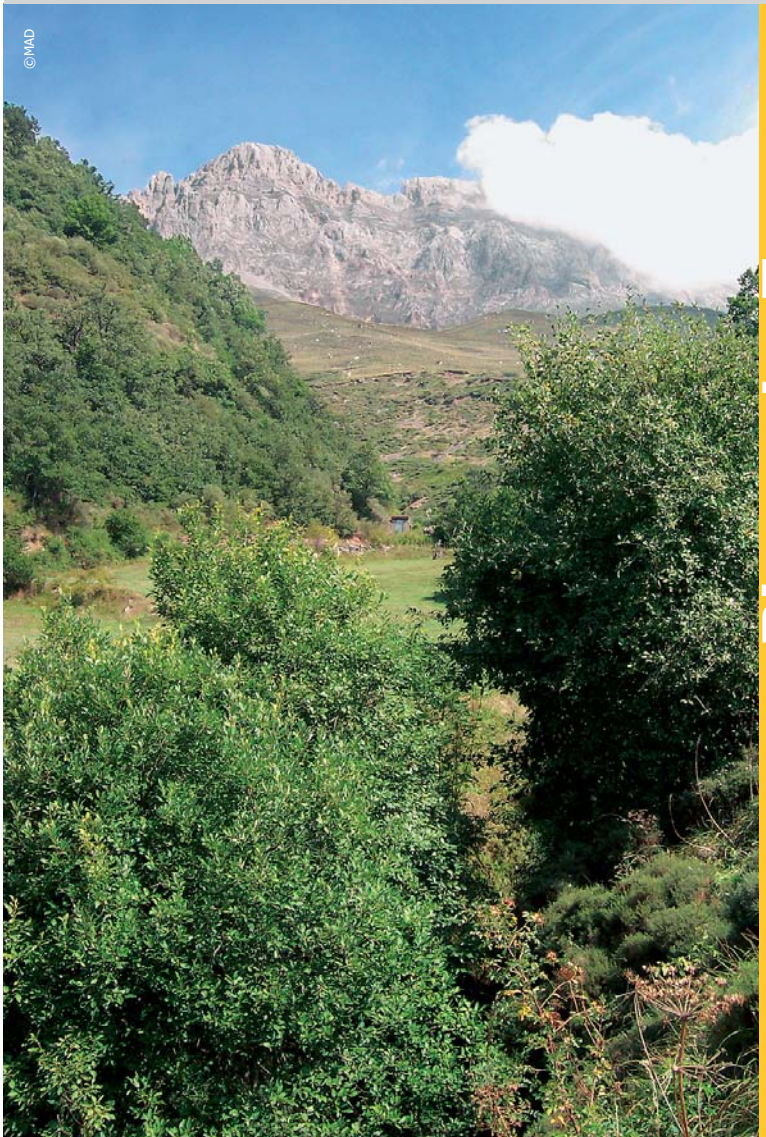
Villafría de San Zadornil SLC·BU 110

recorrido: circular
inicio y fin: Villafría de San Zadornil
longitud: 4 km
desnivel: 170 m
dificultad: baja



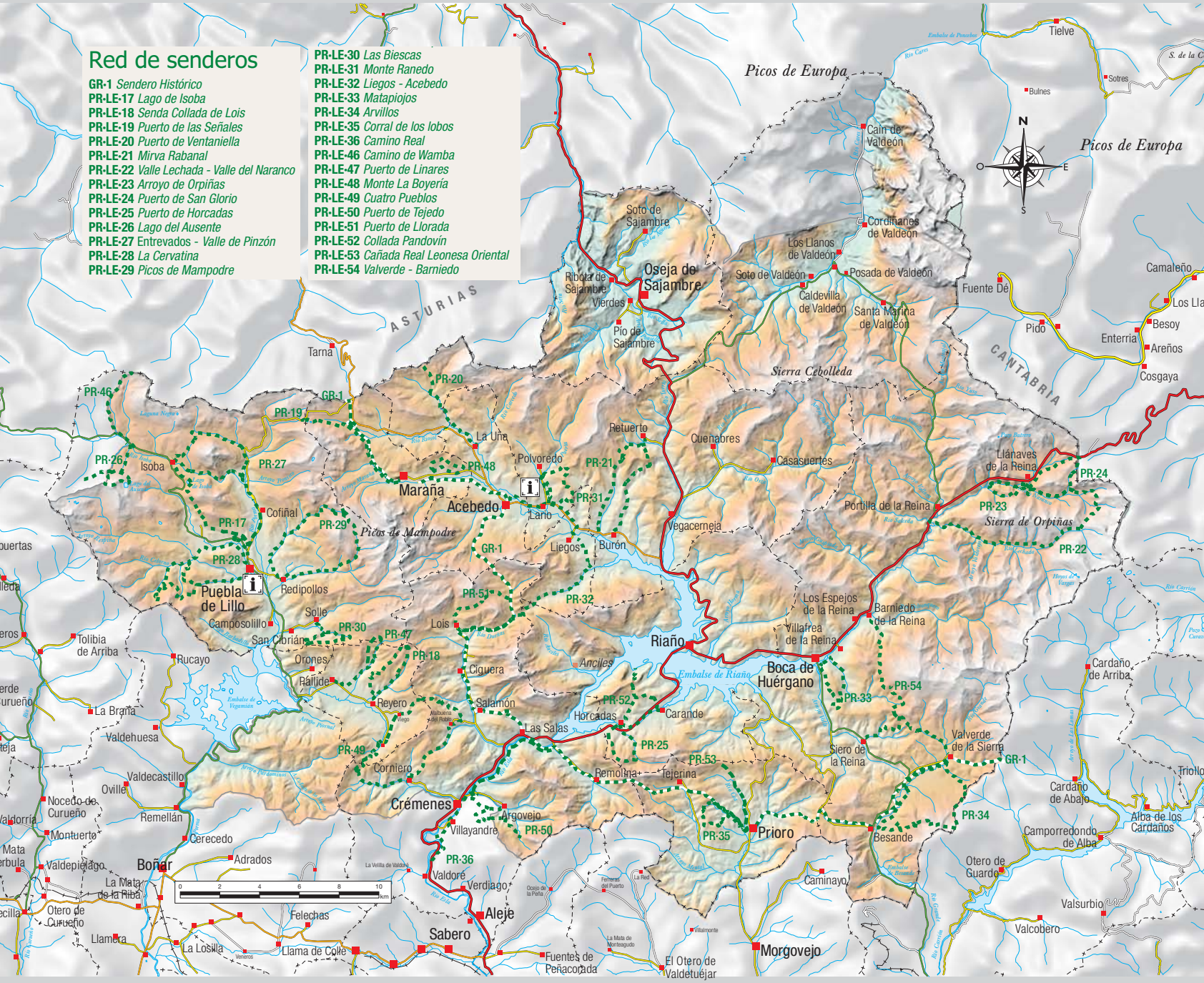
Comenzamos en el aparcamiento de Villafría, un lugar ideal para deportes de invierno (raquetas o esquí de travesía). El paisaje varía a medida que subimos: pastizales, pinar de silvestre y pastos de nuevo. Las vistas del entorno y la sierra de Árcena complementan el atractivo de este sendero.

León
Picos de Europa
Parque Regional



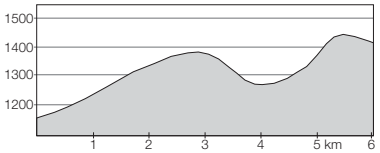
Picos de Europa

Picos de Europa (León)
Parque Regional



PR·LE 17 Lago de Isoba

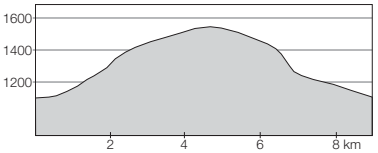
recorrido: lineal
inicio: Puebla de Lillo
fin:Lago de Isoba
longitud: 6 km
desnivel: 270 m
dificultad: baja



Robledales, antiguas minas de talco y el castro de Castiltejón. En el entorno del Lago de Isoba de origen glaciar todavía podemos encontrarnos en verano con ganados trashumantes procedentes de Extremadura. Se puede recorrer en cualquier época del año salvo con nieve.

PRC·LE 18 Collada de Lois

recorrido: circular
inicio y fin: área recreativa de Reyero
longitud: 9 km
desnivel: 450 m
dificultad: media

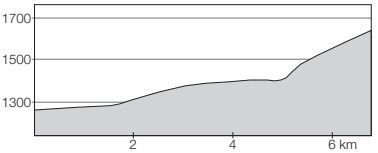


En época de lluvias se forman abundantes torrentes que se descuelgan desbocados por las laderas que limitan el valle de Valderriero formando vistosas cascadas y saltos de agua.

Podemos observar el milano negro y el abejero europeo. Determinados enclaves conservan matas de roble albar y de grandes rebollos. No es recomendable con nieve.

Puerto de las Señales PR·LE 19

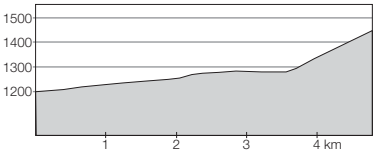
recorrido: lineal
inicio: Maraña
fin: Puerto de Las Señales
longitud: 6,8 km
desnivel: 375 m
dificultad: media



Zonas de matorral frecuentes en estas zonas calizas. Alimoche, águila culebrera y gran diversidad de anfibios en las charcas del puerto de Las Señales. Este puerto alcanza uno de los límites del Pinar de Lillo, que es Zona de Reserva. El verano y el otoño son las épocas más interesantes.

Puerto de Ventaniella PR·LE 20

recorrido: lineal
inicio: Fuente la Turriente (La Uña)
fin: Puerto de Ventaniella
longitud: 4,7 km
desnivel: 227 m
dificultad: baja

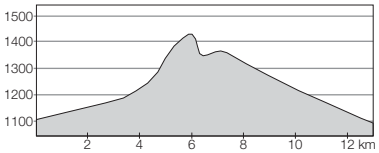


El montículo de Peña Castiello presenta en su cara meridional una caída vertical repleta de oquedades y repisas en las que anida una colonia de avión roquero. Abunda el gato montés.

Se recomienda desde la primavera hasta el otoño.

PR·LE 21 Mirva - Ravanal

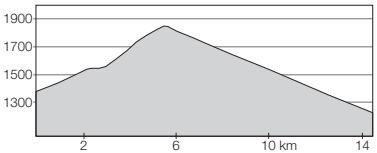
recorrido: lineal
inicio: área recreativa de Mirva
fin: Burón (valle de Rabanal)
longitud: 13 km
desnivel: 335 m
dificultad: media



En los hayedos que atraviesan la ruta se puede escuchar el picamaderos negro. El área recreativa está situada al pie de los restos de antiguos caleros en los que se producía cal que se utilizaba antaño como cemento y pintura. La época recomendada es desde la primavera avanzada, verano hasta el otoño.

PR·LE 22 Valle del Naranco-valle de Lechada

recorrido: lineal
inicio: Llánaves de la Reina (Valle del Naranco)
fin: polígono ganadero-Portilla de la Reina
longitud: 14,6 km
desnivel: 650 m
dificultad: media

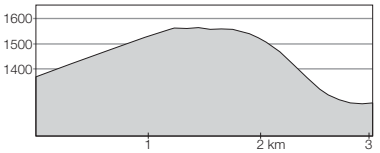


Los valles de Lechada y Naranco contituyen un corredor biológico de excepcional inportancia para la conservación de los últimos osos pardos del núcleo oriental de la Cordillera Cantábrica.

Hacia el mes de mayo tiene lugar la floración del capilote o narciso de los prados, una especie protegida. Mejor en verano y sin nieve.

Arroyo de Orpiñas PR·LE 23

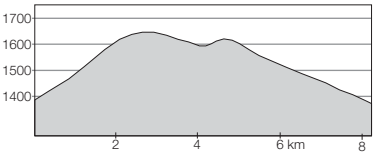
recorrido: lineal
inicio: Llánaves de la Reina
fin: Mirador de la Hoz de Llánaves
longitud: 3 km
desnivel: 300 m
dificultad: media



Podemos observar en las repoblaciones de pino silvestre al carbonero garrapinos. El arroyo de Orpiñas brota a los pies de un afloramiento calizo afectado por procesos kársticos que han dado lugar a la Cueva de Orpiñas, un yacimiento arqueológico catalogado. Desde verano a principios de otoño.

Puerto de San Glorio PRC·LE 24

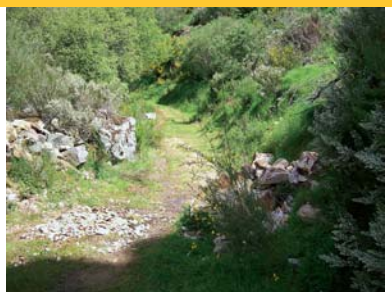
recorrido: circular
inicio y fin: Llánaves de la Reina (Valle del Naranco)
longitud: 8,3 km
desnivel: 250 m
dificultad: baja

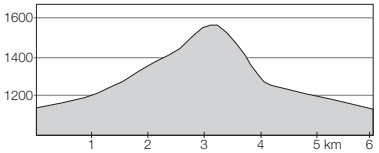


La subida al puerto de San Glorio se marca por el interior de una repoblación forestal de pino negro (principalmente), pino silvestre y piceas realizada en los años 60. El entorno de Sanglorio es muy bueno para observar aves rapaces como el águila calzada y para sorprender algún ciervo en el tramo del pinar de San Glorio. Desde la primavera al otoño.

PRC·LE 25 Puerto de Horcadas

recorrido: circular
inicio y fin: Horcadas
longitud: 6 km
desnivel: 450 m
dificultad: media

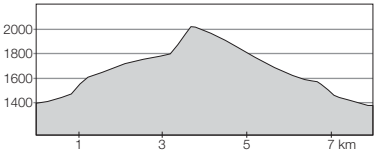




En la fuente La Prada se reunían antaño los pastores de zonas colindantes y el pastor trashumante de merinas. A lo largo de la ruta se observan mariposas, sobre todo en primavera. En la subida al puerto encontramos los restos de dos chozos y sus rediles de piedra. Para recorrer todo el año, excepto con nieve.

PR·LE 26 Lago Ausente

recorrido: lineal
inicio: área recreativa El Praíco
fin: Lago Ausente
longitud: 2,9 km
desnivel: 350 m
dificultad: media; a partir del lago Ausente, alta

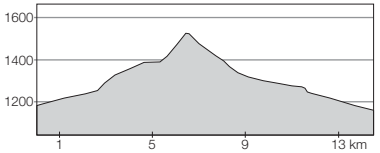


Se pueden observar numerosas aves de montaña como la collalba gris y el roquero rojo. El matorral bajo de brezo, escobas y piornos nos acompaña en el recorrido llegando al final un lago de origen glaciar.

La mejor época es el verano.

Entrevalles y el Valle del Pinzón PRC·LE 27

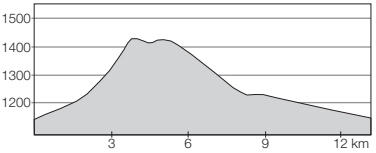
recorrido: circular
inicio y fin: área recreativa de Cofiñal
longitud: 14,5 km (alternativa corta, 2,2 km)
desnivel: 350 m
dificultad: media; alta en la zona de Entrevado si vamos con bici (zona pedregosa con vegetación cerrada)



Manadas de rebecos a primera hora de la mañana. Se cruza el Pinar de Lillo. Otro elemento interesante son las cascadas que forma el río Isoba cerca del recorrido. Al final llegaremos a la Fuente de Jerumbrosa para saciar la sed, rodeada de abedules, robles, hayas y acebos. Es apta todo el año, excepto con nieve.

La Cervatina PRC·LE 28

recorrido: circular
inicio y fin: Puebla de Lillo
longitud: 13,1 km (alternativa corta, 9 km)
desnivel: 285 m
dificultad: baja



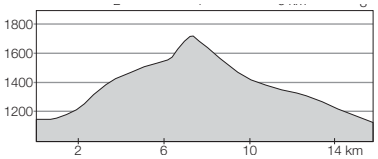
Es una ruta recomendada para observar fauna salvaje.

La vegetación está dominada por el haya. También crecen acebos y robles albares. En el tramo final encontraremos un desvío que nos acerca al monte de La Cervatina, donde existe un bosquete de tejos centenarios.

Se puede recorrer desde la primavera al otoño.

PRC·LE 29 Picos de Mampodre

recorrido: circular
inicio y fin: Redipollos
longitud: 15,7 km
desnivel: 600 m
dificultad: media

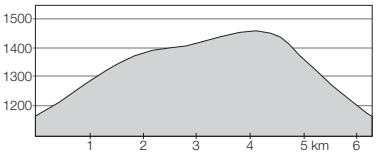


El robledal de los Tocedos acoge gavilanes, arrendajos, picos picapinos, pitos reales, torcecuellos y trepadores azules. Los buitres sobrevuelan la zona con asiduidad.

Itinerario recomendable desde primavera a principios de otoño, evitando las temporadas con nieve.

PRC·LE 30 Las Biescas

recorrido: circular
inicio y fin: Solle
longitud: 6,3 km
desnivel: 285 m
dificultad: media

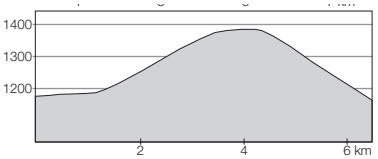


Fuentes al inicio y a medio camino del recorrido, que en un tramo discurre por un bosque de avellanos.

No se recomienda en época de lluvia o con nieve. Cerca de Solle está Puebla de Lillo, donde se pueden visitar las Casas del Parque del Valle del Porma y del Torreón.

Monte Ranedo PRC·LE 31

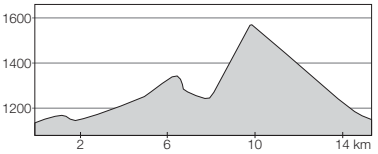
recorrido: circular
inicio y fin: Casa de Parque de Valdeburón, Lario
longitud: 6,4 km
desnivel: 235 m
dificultad: baja



En una pradera del Monte Ranedo se ha construido un chozo de pastores con su corral, recreando una estampa antaño muy habitual en estos montes. Parte del camino discurre por un robledal en el que son frecuentes las anémona de bosque. Acceso alternativo por Polvoredo. Practicable todo el año excepto con nieve.

Liegos – Acebedo PR·LE 32

recorrido: lineal
inicio: Liegos
fin: Acebedo
longitud: 15,4 km
desnivel: 455 m
dificultad: media

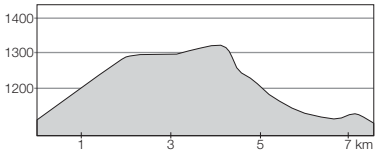


En este sendero es posible observar un gran número de aves entre las que destaca el escribano cerillo.

Se puede realizar de otoño a primavera, excepto si nieva.

PRC·LE 33 Matapiojos

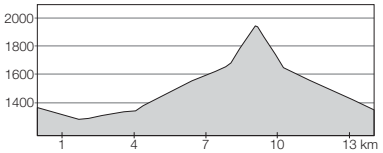
recorrido: circular
inicio y fin: Boca de Huérgano
longitud: 7,5 km
desnivel: 220 m
dificultad: baja



Si caminamos en silencio tendremos la posibilidad de observar corzos y aves forestales como el pico mediano, una de las especies más interesantes que pueblan el robledal de Matapiojos. Se puede recorrer a pie o en bici, todo el año excepto con nieve.

PR·LE 34 Arbillos

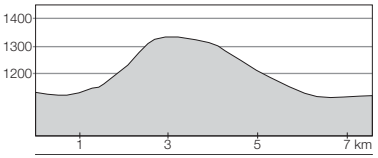
recorrido: lineal
inicio: Valverde de la Sierra
fin: Arbillos
longitud: 9,3 km, dependiendo de las opciones
desnivel: 675 m
dificultad: alta



La cima de Arbillos está coronada por cuatro grandes pilares de piedras que utilizaban antaño los pastores para resguardarse del sol y del viento. Entre la flora destacan los brezos, como *Daboecia cantabrica*. La panorámica del Espigüete acompañado de todas las grandes cumbres cercanas: Pico Murcia, Tres Provincias y Curavacas. Preferiblemente en verano.

Corral de los Lobos PRC·LE 35

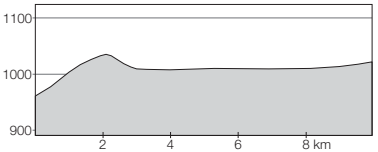
recorrido: circular
inicio y fin: Prioro
longitud: 7,8 km
desnivel: 312 m
dificultad: baja



Montes de grandes robles albares donde también los pastores levantaban sus rediles. Se ha reconstruído un antiguo chorco utilizado para la caza del lobo mediante batidas colectivas. En esta misma ruta también nos acompaña el GR·1 en algunos tramos. Se puede realizar en cualquier estación mientras no nieve.

Camino Real PR·LE 36

recorrido: lineal
inicio: Las Ventas de Valdoré
fin: Las Salas
longitud: 10 km
desnivel: 80 m
dificultad: baja

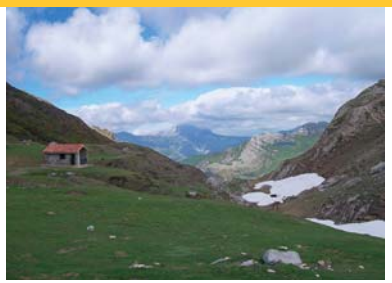


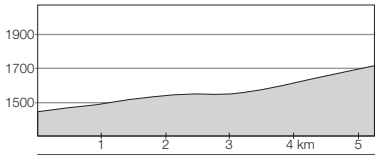
Es una ruta histórica que comunica la meseta con la montaña, documentada al menos desde el siglo X.

El camino pasa por una peculiar formación forestal: el sabinar de Crémenes, una de las cinco zonas de Reserva del Parque Regional. Una vez más en esta zona de montaña, deberemos evitar la época de nieves.

PR·LE 46 Camino de Wamba

recorrido: lineal
inicio: Puente de Wamba (San Isidro)
fin: collada del Acebal
longitud: 5,3 km
desnivel: 260 m
dificultad: baja

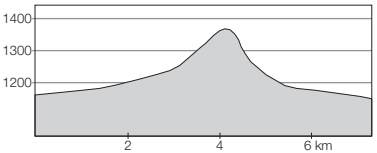




Singular *poljé* —valle que desagua en un sumidero kárstico— en el paraje de los Fornos. También veremos un arroyo con retorcidos meandros en un prado próximo. En julio es fácil que nos encontremos con la mariposa apolo sobre los pastizales. La mejor época es el verano.

PRC·LE 47 Puerto de Linares

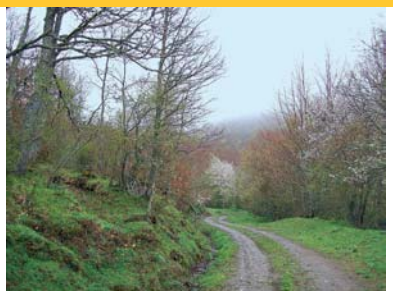
recorrido: circular
inicio y fin: Pallide
longitud: 7,4 km
desnivel: 240 m
dificultad: media



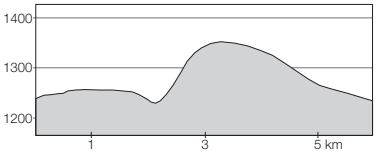
Entre Arianes y la entrada al valle de Remolina se dejan varias pistas a la izquierda que se desvían a fincas particulares, donde se localiza el cargadero de una antigua mina de carbón. También podremos ver un antiguo chozo de pastores de piedra, incluido el techo en forma de bóveda.

Debemos evitar hacer este camino con nieve.

Monte La Boyería PRC·LE 48



recorrido: circular
inicio y fin: Maraña (El Barrero)
longitud: 6 km
desnivel: 120 m
dificultad: baja

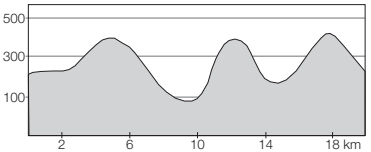


El recorrido por el monte La Boyería brinda una buena oportunidad para observar aves forestales como el pito real. También desde el lindero de este monte se goza de una grandiosa panorámica del Macizo de Mampodre.

Cuidado en época de nieve.

Cuatro Pueblos PRC·LE 49

recorrido: circular
inicio y fin: Corniero, Valbuena del Roblo, Viego y Primajas
longitud: 20 km
desnivel: 320 m
dificultad: media

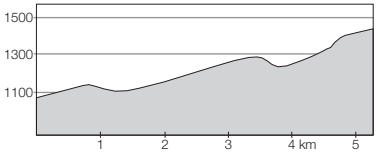


Desde los cobertizos de las eras de Viego al cuidado conjunto de piedra de Corniero, y desde la llamativa iglesia de Primajas al frondoso enclave de Valbuena del Roblo, cada pueblo del recorrido ofrece al visitante su propio carácter y personalidad.

Debemos evitar hacer este camino con nieve.

PR·LE 50 Puerto de Tejedo

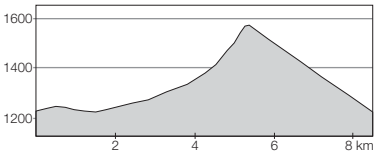
recorrido: lineal
inicio: Argovejo
fin: Puerto de Tejedo
longitud: 5,2 km
desnivel: 360 m
dificultad: media



En la entrada al Puerto de Tejedo, el sendero atraviesa un paso estrecho entre rocas, «El Contadero», que aprovechaban los pastores trashumantes para censar sus rebaños. También nos internaremos en un silencioso hayedo con líquenes y helechos. No se debe realizar con nieve.

PRC·LE 51 Puerto de Llorada

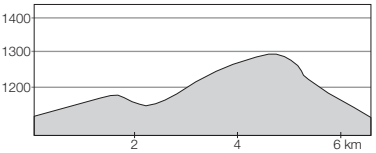
recorrido: circular
inicio y fin: Lois
longitud: 8,4 km
desnivel: 350 m
dificultad: media



En Lorada quedan las ruinas de una mina de cinabrio abierta y abandonada a mediados del siglo XX. Este yacimiento ya fue explotado por tribus del siglo VII a C. y, posteriormente, por los romanos. En la subida al collado de Cerezales, la ruta atraviesa un hayedo en el que mora un bellísimo insecto: la *Rosalia alpina*. Se desaconseja en período de nieves.

Collado El Baile PRC·LE 52

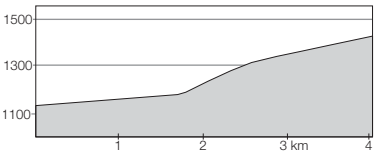
recorrido: circular
inicio y fin: cementerio de Carande
longitud: 6,5 km (alternativa corta, 10,5 km)
desnivel: 190 m
dificultad: media



A la altura de Rioseca y Carende se puede observar un precioso robledal en el que se entremezclan robles albares y rebollos. El chozo de Riosa es un refugio de pastores hoy rehabilitado para brindar la asistencia al senderista. En días calurosos es fácil sorprender al lagarto verdinegro. Todo el año excepto con nieve.

Cañada Real Leonesa Oriental PR·LE 53

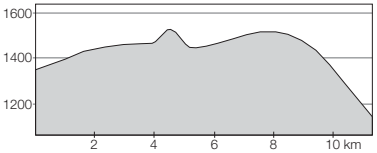
recorrido: lineal
inicio: Prioro
fin: collado de Pando Viejo
longitud: 4 km
desnivel: 325 m
dificultad: media



El tramo del collado de Pando Viejo pasa por una antigua calzada de posible origen romano. Encontraremos las ruinas de un canal de agua que alimentaba un aserradero hidráulico. Presencia de ovejas merinas.

PR·LE 54 Valverde – Barniedo

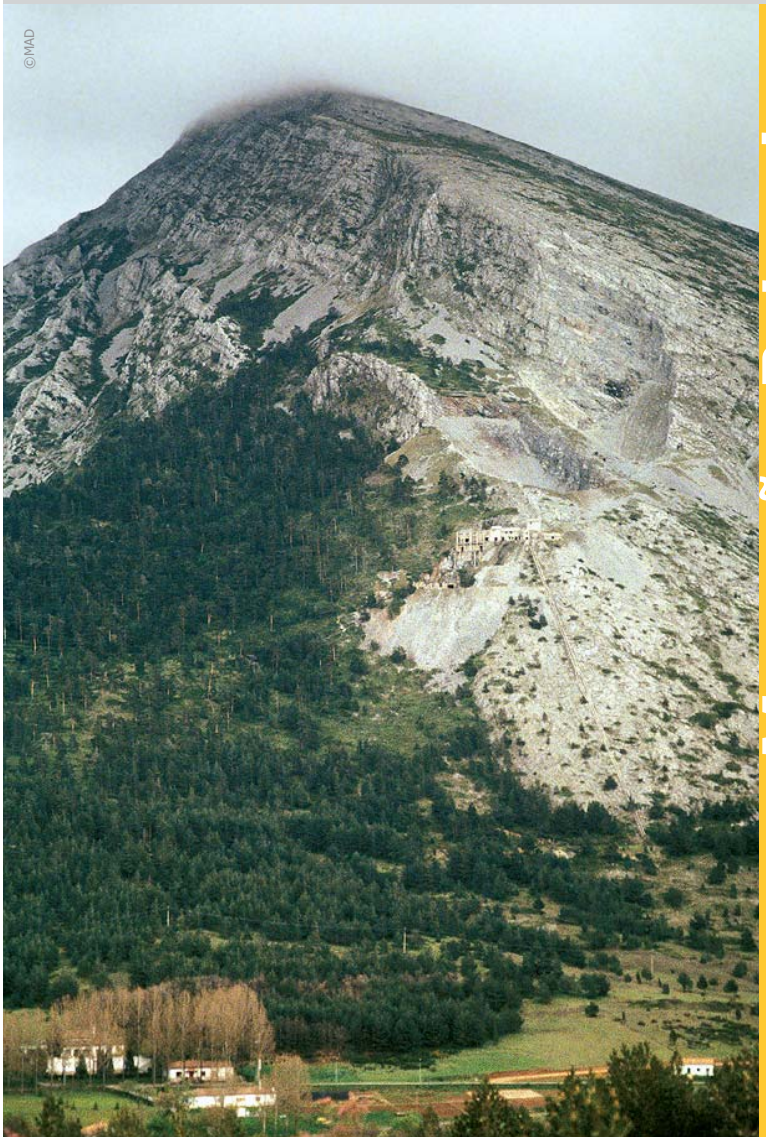
recorrido: lineal
inicio: Valverde de la Sierra
fin: Barniedo de la Reina
longitud: 11,3 km
desnivel: 390 m
dificultad: media



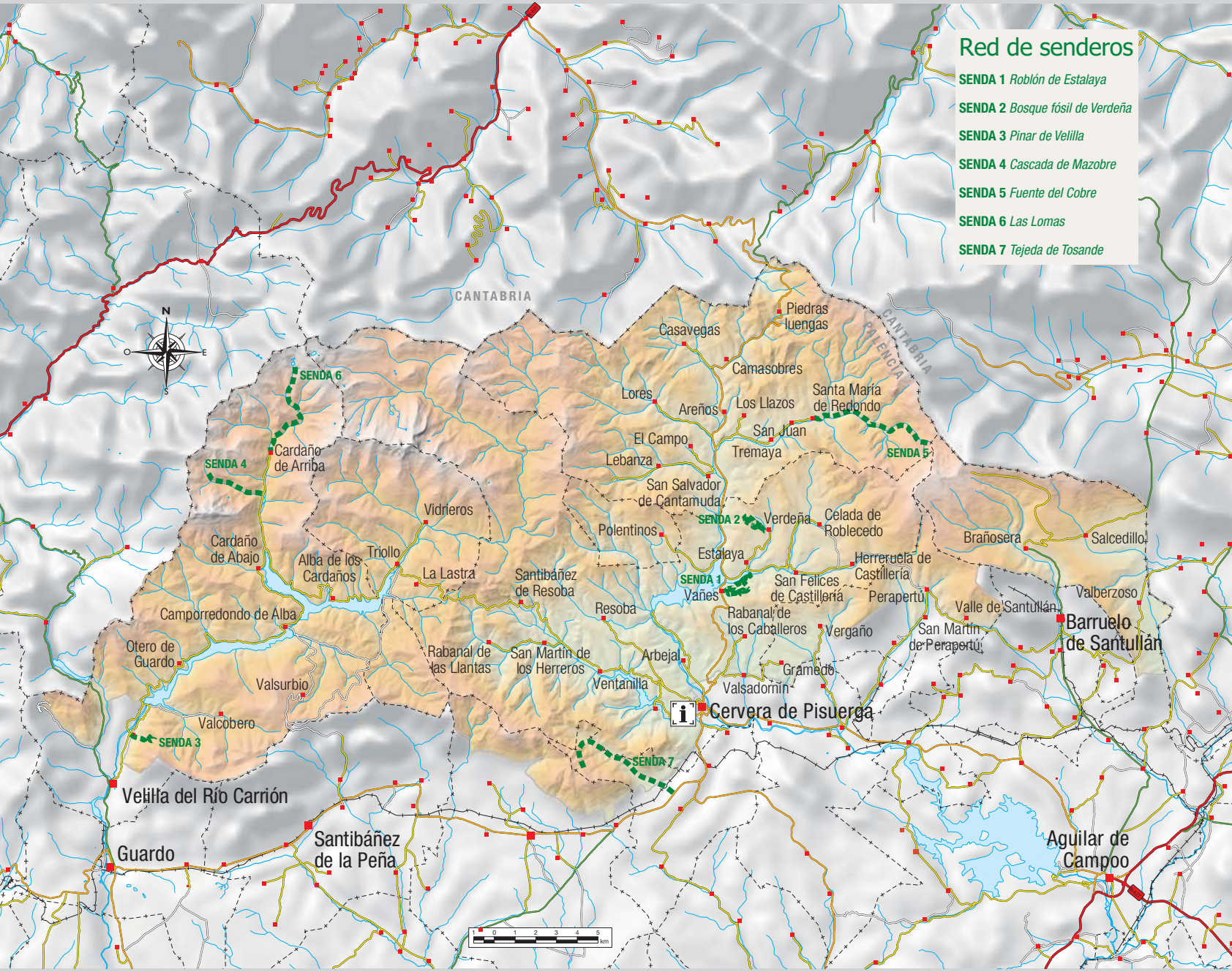
Esta ruta sigue el trazado del cordel de Besande, vía pecuaria por la que accedían los rebaños de merinas trashumantes a los puertos Tierra de la Reina y Valdeón. Podemos observar mantos de sabina rastrera y portentosos rebollos. Chova piquigualda.

Practicable todo el año, excepto con nieve.

Palencia
Fuentes Carrionas y Fuente Cobre Montaña Palentina
Parque Natural

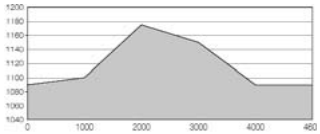


Montaña Palentina (Palencia)
Parque Natural



El Roblón de Estalaya

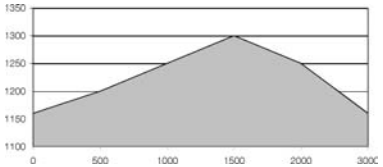
recorrido: circular
inicio y fin: aparcamiento
longitud: 4,6 km
desnivel: 125 m
dificultad: baja



El «Roblon» de Estalaya es un notable y venerable ejemplar de roble albar (*Quercus petraea*). Su altura es de 17 m y su perímetro en la base es de 10,6 m. Durante el recorrido se podrá disfrutar del robledal y de las vistas del pueblo de Estalaya y la Sierra de Peña Labra.

El bosque fósil

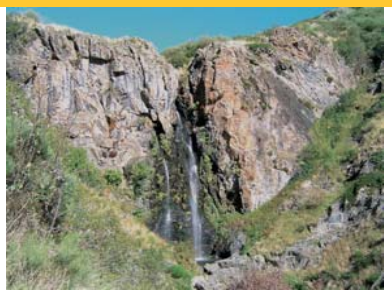
recorrido: circular
inicio y fin: aparcamiento junto al pueblo de Verdeña
longitud: 3 km
desnivel: 120 m
dificultad: baja



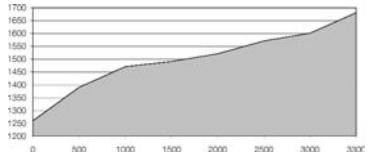
La ruta discurre por el valle de Castillería, con abundante vegetación de roble y donde nos encontramos un muro donde se obseva con detalle las marcas que dejaron los bosques fosilizados de hace 300 millones de años.

Montaña Palentina (Palencia)
Parque Natural

Cascada de Mazobre

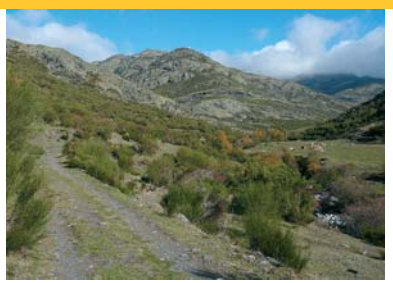


recorrido: lineal
inicio: aparcamiento situado en el km 2,5 de la carretera entre Cardaño de Abajo y Cardaño de Arriba
fin: mirador
longitud: 3,3 km
desnivel: 250 m
dificultad: baja; en invierno, la nieve dificulta el ascenso

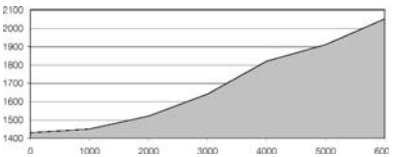


El itinerario discurre paralelo al arroyo Mazobre, a los pies de los barrancos septentrionales del pico Espigüete. Llegamos a una zona de matorrales y prados donde contemplamos desde el mirador una oquedad por la que salta el arroyo, configurando una cascada de gran belleza.

Laguna de Las Lomas



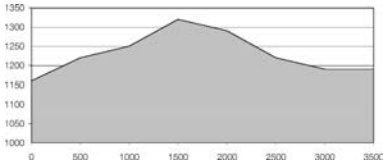
recorrido: lineal
inicio: Cardaño de Arriba
fin: Laguna de las Lomas
longitud: 6 km
desnivel: 640 m
dificultad: media-alta, sobre todo con nieve



La ruta discurre junto a la margen derecha del arroyo de Las Lomas. Andando entre prados y abedules en las riberas podemos observar el pico Murcia. Ya en el alto damos vistas a las Agujas de Cardaño, en cuyos pies se sitúa el lago de las Lomas, donde las vistas siguen siendo espectaculares.

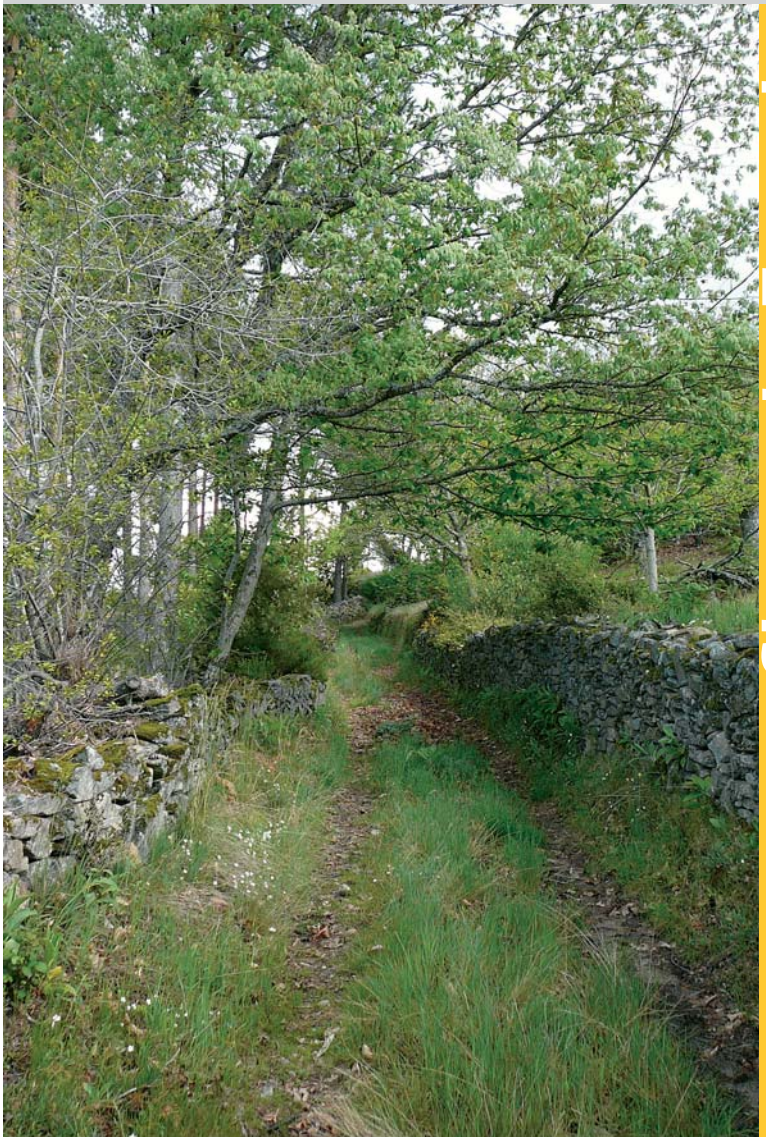
Pinar de Velilla

recorrido: circular
inicio y fin: aparcamiento junto a la «Ciudad de brezo»
longitud: 3,5 km
desnivel: 150 m
dificultad: baja

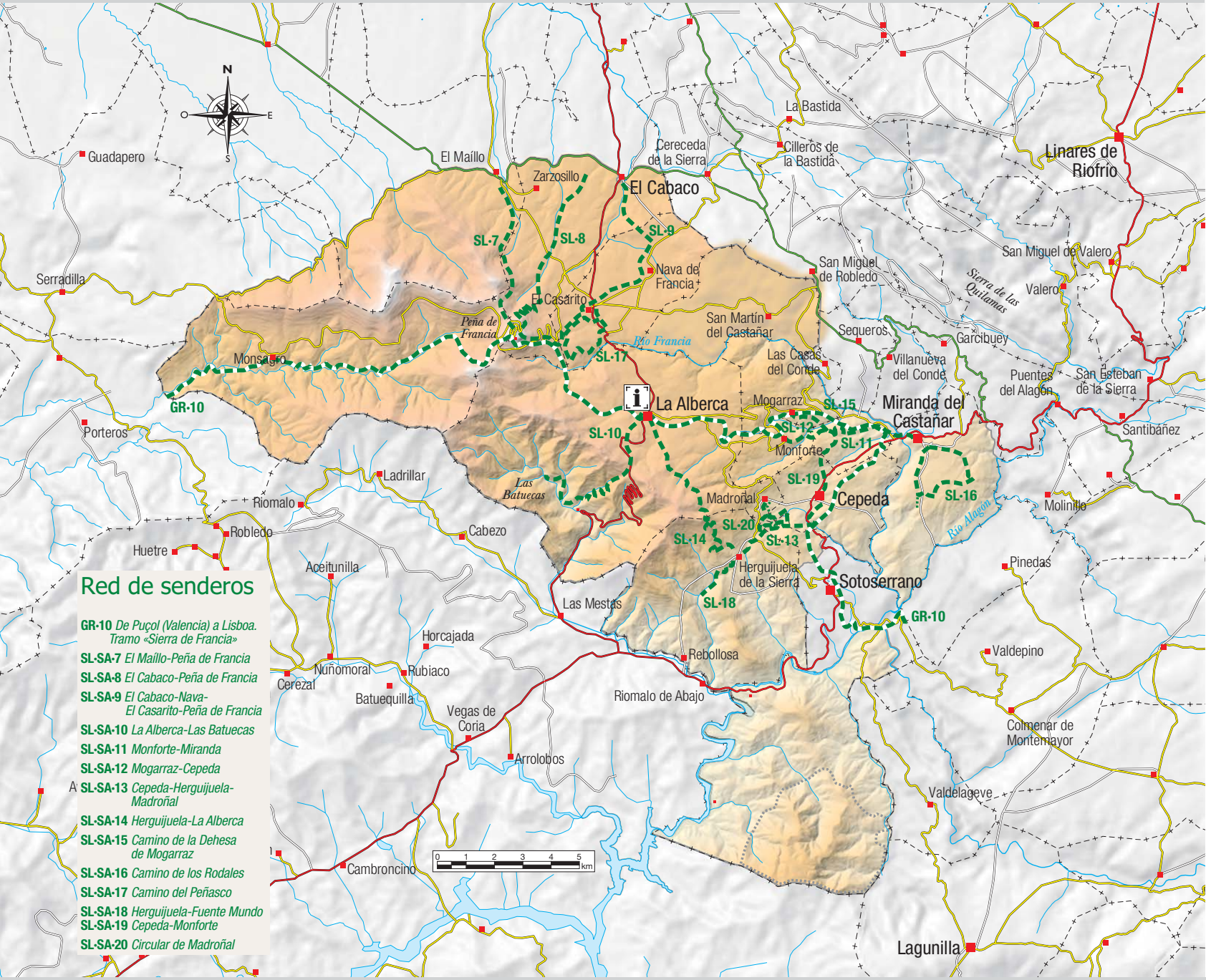


El itinerario discurre por un bosque centenario de pino silvestre —único autóctono de la Montaña Palentina— al que acompañan otras especies, como hayas, mostajos, serbales, acebos y enebros. En los claros del pinar tendremos vistas de la imponente mole caliza de Peña Lampa y su sabinar. Desde la parte más alta del recorrido divisamos el embalse de Compuerto y el Espigüete.

Salamanca
Las Batuecas Sierra de Francia
Parque Natural



Sierra de Francia (Salamanca)
Parque Natural



Red de senderos

GR-10 *De Puçol (Valencia) a Lisboa. Tramo «Sierra de Francia»*
SL-SA-7 *El Maíllo-Peña de Francia*
SL-SA-8 *El Cabaco-Peña de Francia*
SL-SA-9 *El Cabaco-Nava-El Casarito-Peña de Francia*
SL-SA-10 *La Alberca-Las Batuecas*
SL-SA-11 *Monforte-Miranda*
SL-SA-12 *Mogarraz-Cepeda*
SL-SA-13 *Cepeda-Herguijuela-Madroñal*
SL-SA-14 *Herguijuela-La Alberca*
SL-SA-15 *Camino de la Dehesa de Mogarraz*
SL-SA-16 *Camino de los Rodales*
SL-SA-17 *Camino del Peñasco*
SL-SA-18 *Herguijuela-Fuente Mundo*
SL-SA-19 *Cepeda-Monforte*
SL-SA-20 *Circular de Madroñal*

PR·SA 7 El Maíllo-Peña de Francia

recorrido: lineal

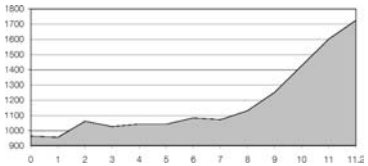
inicio: área recreativa «La Hoya» (El Maíllo)

fin: Peña de Francia (repetidor)

longitud: 7 km

desnivel: 737 m

dificultad: media; con lluvia o nieve, no es recomendable; precaución con las víboras



El sendero discurre por bosques de repoblación de pino silvestre y rebollo, siendo en su tramo final un recorrido entre piedras cuarcitas, dificultando su ascensión. Se recomienda llevar agua y protección solar, así como calzado de montaña.

PR·SA 8 El Cabaco-Peña de Francia

recorrido: lineal

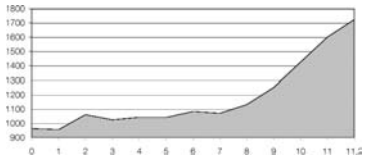
inicio: área recreativa «La Dehesa» (El Cabaco)

fin: Peña de Francia (mirador)

longitud: 8,7 km

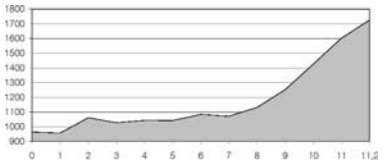
desnivel: 760 m

dificultad: media; con lluvia o nieve, no es recomendable; precaución con las víboras



Se recomienda no abandonar el sendero en la ladera de subida a la Peña de Francia porque es zona de reserva del Parque Natural y Reserva Regional de Caza.

El Cabaco-Nava-El Casarito-Peña PR·SA 9



recorrido: lineal

inicio: El Cabaco (salida a Cereceda)

fin: Peña de Francia (mirador)

longitud: 11 km

desnivel: 760 m

dificultad: media-alta; con lluvia o nieve, no es recomendable; precaución con las víboras; en bicicleta o a caballo, sólo en el primer tramo

Con nieve y lluvia las condiciones son muy extremas por lo que no es recomendable. Sin cobertura telefónica después del «Paso de los Lobos». Calzado adecuado y no abandonar el sendero en la ladera que sube a la peña porque es zona de Reserva.

Otoño, excepto con nieve.

La Alberca-Las Batuecas PR·SA 10

recorrido: lineal

inicio: La Alberca («Casa del Parque»)

fin: Monasterio de Las Batuecas (*Canchal de las Cabras Pintadas*)

longitud: 8 km

desnivel: 650 m

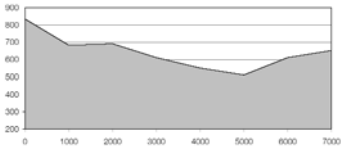
dificultad: alta; bajada muy pronunciada cerca del mirador; sin cobertura telefónica alguna

Ruta bastante dura: en verano hay que evitar las horas más calurosas y se recomienda el empleo de dos vehículos para evitar la vuelta. No se puede abandonar el sendero en el Valle de Batuecas y en el Portillo puesto que son zonas de reserva del Parque Natural.

Otoño y primavera.

PR·SA 11 Monforte-Miranda del Castañar

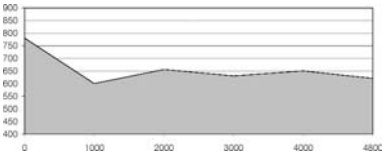
recorrido: lineal
inicio: Monforte de la Sierra
fin: Miranda del Castañar
longitud: 6,3 km
desnivel: 323 m
dificultad: baja



Paseo entre huertos de cerezos, viñedos y olivos. Es un recorrido cómodo con unas vistas muy bonitas del pueblo de Miranda del Castañar al que ascendemos por una mancha de madroños. Parte del trazado coincide con el del GR-10 que se encamina hacia Cepeda. En otoño este sendero es especialmente atractivo.

PR·SA 12 Mogarraz-Cepeda

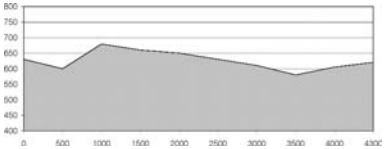
recorrido: lineal
inicio: Mogarraz
fin: Cepeda
longitud: 4,8 km
desnivel: 127 m
dificultad: baja



Partimos de la fuente «Cabo de la Aldea», en la calle central de Mogarraz, descendiendo por un camino empedrado. Tras cruzar el río Milano encontraremos varios cruces de senderos: en el primero seguimos la misma dirección que el GR·10 durante un tramo. «Ruta del Agua», una senda de arte y naturaleza donde contemplaremos esculturas de diversos artistas de Castilla y León.

Cepeda-Herguijuela-Madroñal PR·SA 13

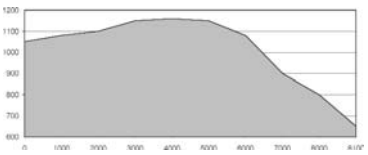
recorrido: lineal
inicio: Cepeda (fuente románica)
fin: Madroñal
longitud: 4,3 km
desnivel: 80 m
dificultad: baja



Desde Cepeda dirección Sotoserrano por la C-512, a dos km tomamos la desviación hacia el arroyo de San Pedro del Coso, llevándonos dirección Herguijuela por bosques de robles y castaños, y terminando en El Madroñal. Se puede terminar de nuevo en Cepeda volviendo por la carretera local que une Madroñal y Cepeda, con una distancia de 3 km.

Herguijuela-La Alberca PR·SA 14

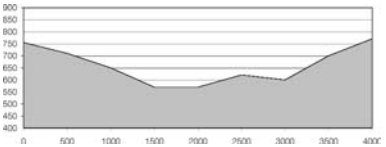
recorrido: lineal
inicio: Herguijuela de la Sierra
fin: La Alberca
longitud: 8,1 km
desnivel: 460 m
dificultad: media-baja



Coincide con uno de los ramales del Camino de Santiago que venían por la Vía de la Plata y que ascendían hasta la Peña de Francia para continuar hacia el Norte. Va siguiendo la parte alta de la ladera de la Sierra de La Honconera, disfrutando casi todo el recorrido de unas bellas panorámicas. Contemplaremos un ejemplar de haya singular. Otoño y primavera.

PRC·SA 15 Camino de la dehesa de Mogarraz

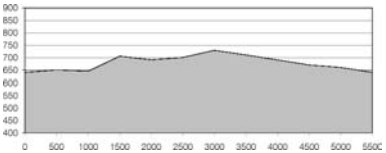
recorrido: circular
inicio y fin: Mogarraz (pista enfrente del Calvario)
longitud: 4 km
desnivel: 300 m
dificultad: baja



Descendemos por una pista asfaltada que después retoma el firme original de cantos rodados, entre bancales con cerezos y viñedos. Cruzamos la carretera y seguimos bajando en dirección a Miranda del Castañar. Encontramos la fuente «Pocito Martín» y el río Milano. La pista forestal nos sube hacia Mogarraz.

PRC·SA 16 Camino de los Rodales

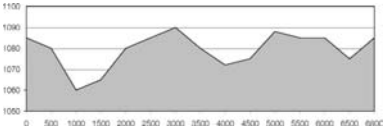
recorrido: circular
inicio y fin: Miranda del Castañar
longitud: 6,5 km
desnivel: 80 m
dificultad: baja; en invierno puede haber tramos embarrados



El trazado discurre por una pista agrícola que nos lleva a través de los huertos de viñedos y árboles frutales, además de pequeñas manchas de robles y castaños. Se recomienda el uso de bicicleta. Primavera y otoño. En verano no es recomendable debido a que no existe sombra en todo el camino.

Camino del Peñasco PRC·SA 17

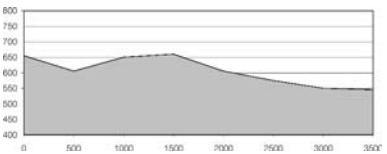
recorrido: circular
inicio y fin: El Casarito (AR del camping «Sierra de Francia»)
longitud: 6,4 km
desnivel: 43 m
dificultad: baja



Paseo por el casco urbano de El Casarito, coincidiendo en su primer km con la senda accesible de «Los Castaños Centenarios», abandonando ésta a la altura del Castaño Centenario para dirigirse hacia las «Figuras de Tomé». Precaución al cruzar la C-512 para adentrarse en un pinar que nos llevará de nuevo hasta El Casarito. Otoño y primavera.

Herguijuela-Fuente Mundo PR·SA 18

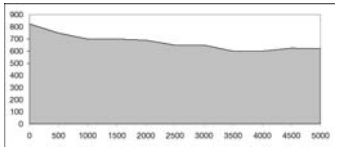
recorrido: lineal
inicio: Herguijuela de la Sierra (carretera local a La Rebollosa)
fin: Fuente Mundo
longitud: 4 km
desnivel: 120 m
dificultad: baja



Tras caminar dos km por la carretera, tomamos el camino que se adentra por el valle hasta llegar a la Fuente Mundo. Podemos observar a ambos lados del camino grandes pendientes con restos de alcornoques, madroños y disfrutar de un paisaje espectacular. Contemplaremos una interesante avifauna. En verano debemos evitar las horas de calor, debido a la escasa sombra.

PR·SA 19 Cepeda-Monforte de la Sierra

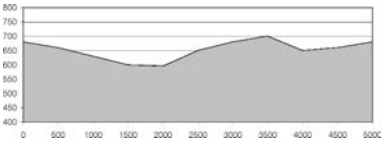
recorrido: lineal
inicio: Cepeda
fin: Monforte de la Sierra
longitud: 4,8 km
desnivel: 180 m
dificultad: media-baja



Aunque la señalización de estos senderos es muy buena, se recomienda poner atención ya que de ellos surgen numerosos desvíos. Este sendero lo iniciamos en Cepeda, coincidiendo con el PR·SA·12 en su primer tramo, hasta llegar al primer cruce de senderos donde enlazaremos con el PR·SA·11 hasta Monforte.

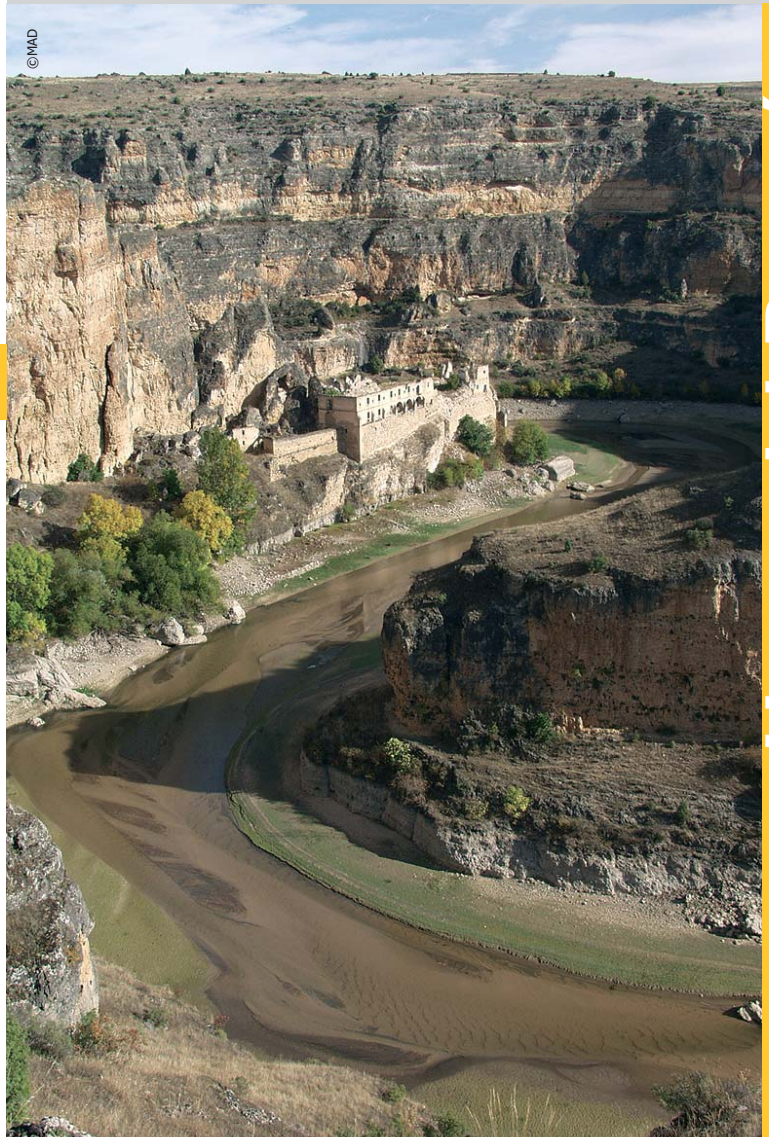
PRC·SA 20 Circular de Madroñal

recorrido: circular
inicio y fin: Madroñal
longitud: 3,3 km
desnivel: 60 m
dificultad: baja

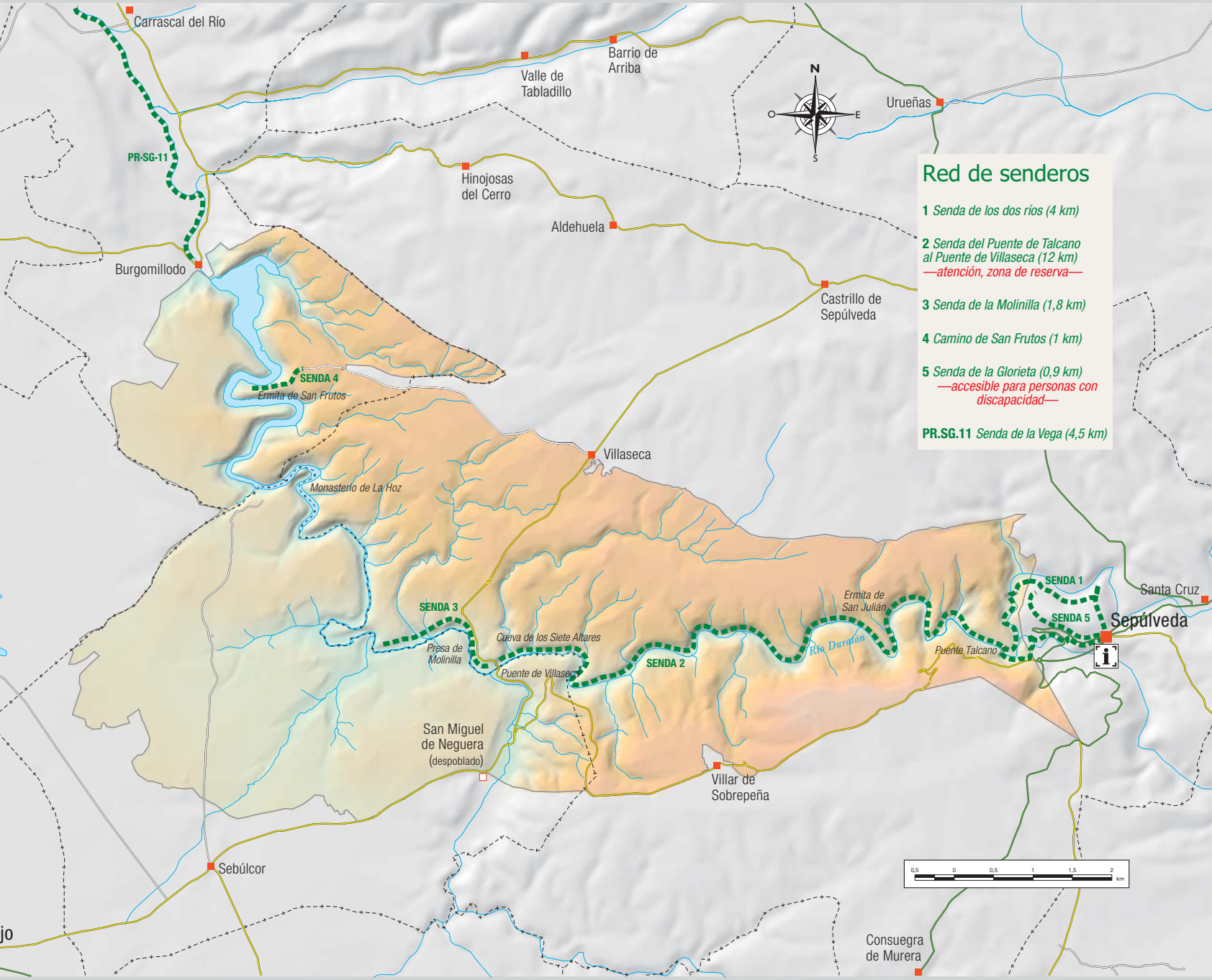


Desde la Cooperativa de cerezas seguimos por el camino hasta llegar a una bifurcación de caminos, cogemos el camino de la izquierda que desciende de forma suave entre huertos y madroños, hasta encontrar la pista que nos une con el sendero de Cepeda-Herguijuela continuando por él hasta llegar a otro desvío que nos vuelve a ascender hasta Madroñal.

Segovia
Hoces del río Duratón
Parque Natural

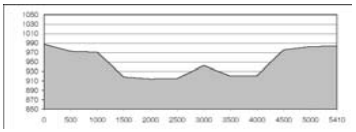


Hoces del Duratón (Segovia)
Parque Natural



Senda de los dos ríos

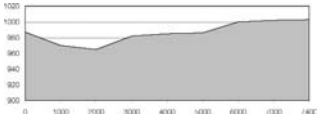
recorrido: circular
inicio y fin: «Casa del Parque»
longitud: 4,2 km
desnivel: 80 m
dificultad: baja-media



Esta senda ofrece un espectacular paisaje del cañón, así como numerosos elementos del patrimonio histórico-artístico de Sepúlveda. Los grupos organizados de más de 20 personas requieren autorización previa en la Casa del Parque (921 540586); las empresas siempre requieren autorización de Espacios Naturales (921 417298). Otoño y primavera.

Paseo de la glorieta

recorrido: lineal
inicio: residencia de ancianos de Sepúlveda
fin: Frontón de Sepúlveda
longitud: 0,9 km
desnivel: las pendientes no superan más del 6% de desnivel
dificultad: baja

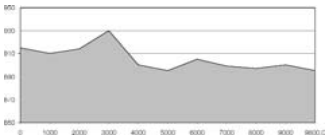


Desde esta senda se tiene una amplia y espectacular panorámica del valle que recorre el río Caslilla, de la «Silla del Caballo» y de la propia villa medieval de Sepúlveda.

Otoño y primavera

Senda Talcano-Villaseca

recorrido: lineal
inicio: Puente de Talcano
fin: Puente de Villaseca
longitud: 12 km
desnivel: 40 m
dificultad: baja-media

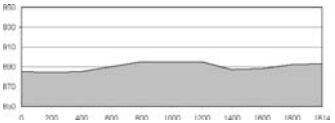


Recorre la mitad oriental del fondo del cañón. Su principal atractivo es el paisaje y la riqueza de flora y fauna. Zona de reserva.

Los particulares necesitan autorización de la Casa del Parque (921 540586) desde el 1 de enero al 31 de julio. Aforo limitado. Los grupos organizados de más de 20 personas necesitan autorización del 1 de enero al 31 de diciembre de la Sección de Espacios Naturales (921 417 298) y las empresas siempre necesitan autorización.

Senda de La Molinilla

recorrido: lineal
inicio: Puente de Villaseca
fin: presa de La Molinilla
longitud: 1,8 km
desnivel: 14 m
dificultad: baja



Senda muy sencilla y educativa que permite observar las principales características del cañón. Cabe destacar la presencia de 5 cuevas. Única zona del fondo del cañón accesible en coche. Las empresas siempre necesitan autorización de la Sección de Espacios Naturales y Especies Protegidas de Segovia (921 41 72 98).

Otoño y primavera.

Camino de San Frutos

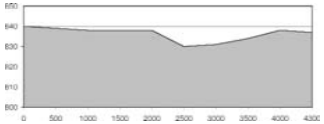
recorrido: lineal
inicio: aparcamiento Ermita de San Frutos
fin: Ermita de San Frutos
longitud: 1 km
desnivel: 70 m
dificultad: baja

Uno de los lugares más atractivos del Parque por sus impresionantes vistas. No requiere permiso previo. Hay que llegar a Villaseca, donde tomaremos la pista de 4 km aproximadamente que nos conduce al aparcamiento de San Frutos.

Otoño y primavera.

PR·SG 11 Senda de la vega

recorrido: lineal
inicio: área recreativa de Carrascal del Río
fin: presa de Burgomillodo
longitud: 4,5 km
desnivel: 5 m
dificultad: baja



No se requiere permiso. Hay que llegar al pueblo de Carrascal del Río, donde tomaremos en el centro del pueblo la carretera que lleva a Navalilla el área recreativa está en el cruce con el río Duratón. Imprescindible el uso de botas de montaña.

Practicable de primavera a otoño.

Segovia
Hoces del río Riaza
Parque Natural

Hoces del Riaza (Segovia)
Parque Natural

Red de senderos

PRC-SG-5 *Senda entre puentes*

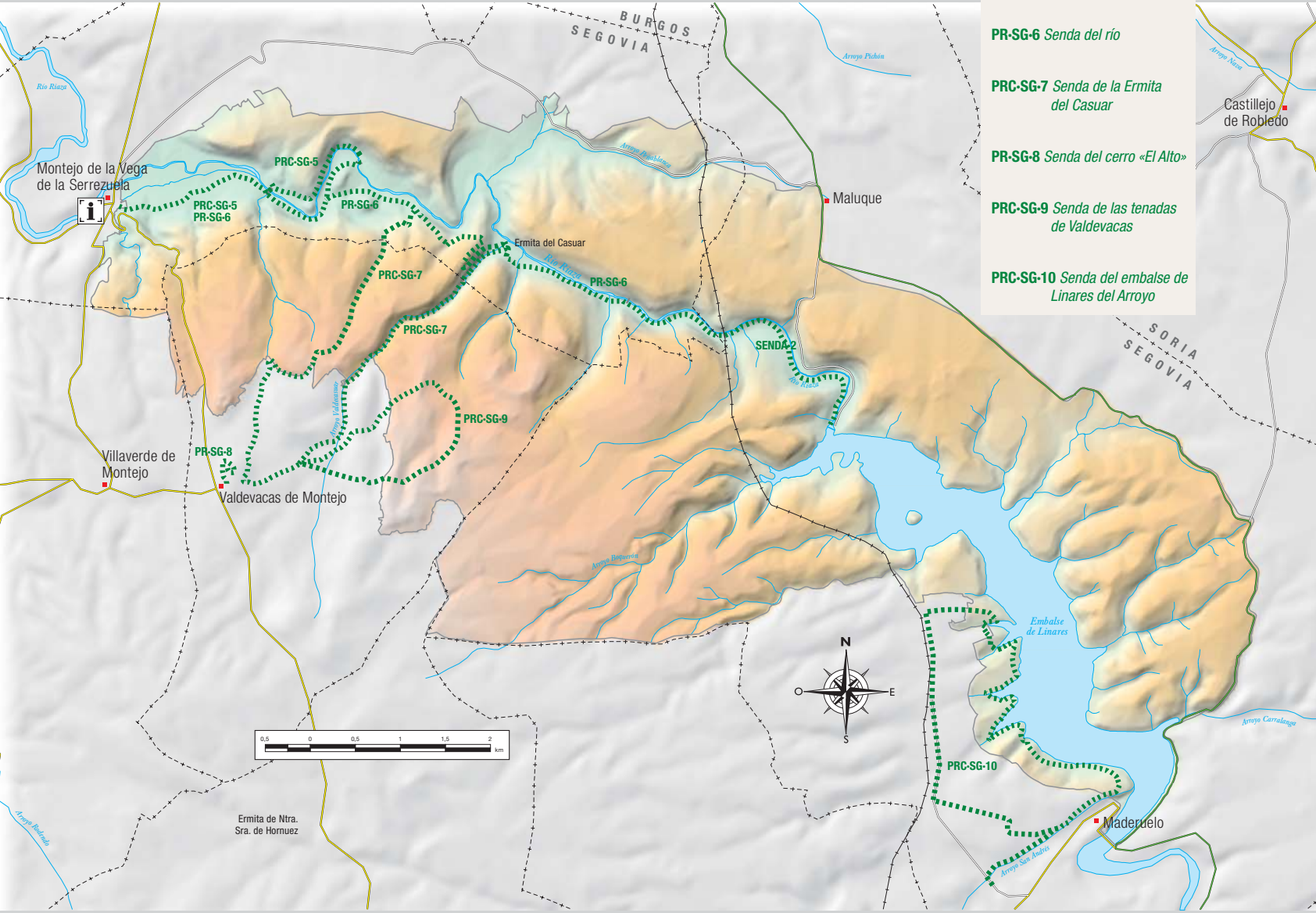
PR-SG-6 *Senda del río*

PRC-SG-7 *Senda de la Ermita del Casuar*

PR-SG-8 *Senda del cerro «El Alto»*

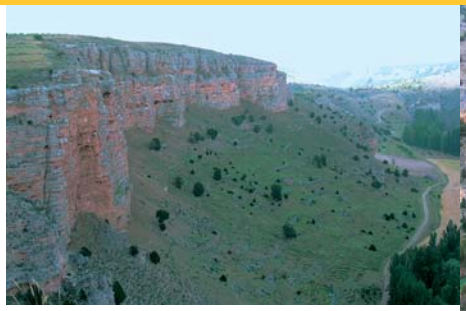
PRC-SG-9 *Senda de las tenadas de Valdevacas*

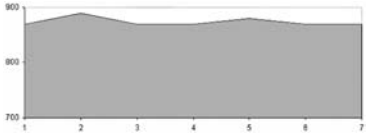
PRC-SG-10 *Senda del embalse de Linares del Arroyo*



PRC·SG 5 Senda entre puentes

recorrido: circular
inicio y fin: Montejo de la Vega
longitud: 7,3 km
desnivel: 20 m
dificultad: baja



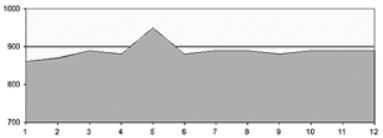


Esta ruta accede a uno de los cortados más característicos del parque natural, *Peña Portillo*, donde anidan varias parejas de buitre leonado. También recorre la vega del río Riaza.

Otoño y primavera.

PR·SG 6 Sendero del río

recorrido: lineal
inicio: Montejo de la Vega
fin: presa de Linares
longitud: 11 km
desnivel: 80 m
dificultad: media; alta en bicicleta, por una subida y bajada muy pronunciada

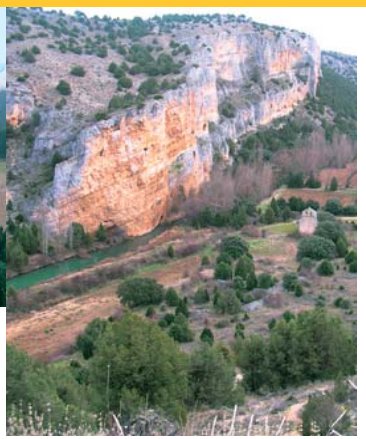


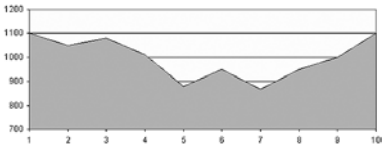
Recorre el cañón fluvial excavado por el río Riaza, y pueden observarse cultivos, bosque de ribera y las ruinas del convento románico de San Martín de Casuar. Entre el 1 de enero y el 31 de julio es necesario solicitar una autorización en la «Casa del Parque» si tenemos intención de realizar esta ruta.

Otoño y primavera.

Ermita del Casuar PRC·SG 7

recorrido: circular
inicio y fin: Valdevacas de Montejo
longitud: 10 km
desnivel: 230 m
dificultad: media

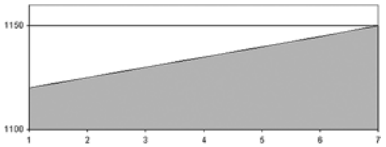




A lo largo de la senda podrán observarse tenadas, sabinares en regeneración, bosque de ribera, cortados y las ruinas del convento románico de San Martín de Casuar. Entre el 1 de enero y el 31 de julio es necesario solicitar una autorización en la «Casa del Parque» si tenemos intención de realizar esta ruta.

Cerro El Alto PR·SG 8

recorrido: lineal
inicio: Valdevacas de Montejo
fin: Cerro El Alto
longitud: 0,7 km
desnivel: 30 m
dificultad: baja

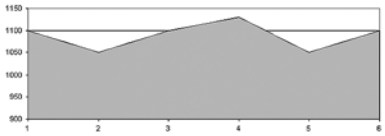


Por esta senda se accede a un mirador desde el cual se puede observar un gran pinar y diversos sistemas montañosos, principalmente la Sierra de La Demanda. El cerro está equipado con una mesa interpretativa y bancos para descanasar.

Otoño y primavera.

PRC-SG 9 Las tenadas de Valdevacas

recorrido: circular
inicio y fin: Valdevacas de Montejo
longitud: 5,8 km
desnivel: 70 m
dificultad: media-baja

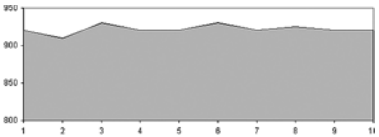


A lo largo de este recorrido se pueden observar sabinares, matorrales, cultivos y construcciones agropecuarias tradicionales.

Otoño y primavera.

PRC-SG 10 Embalse de Linares

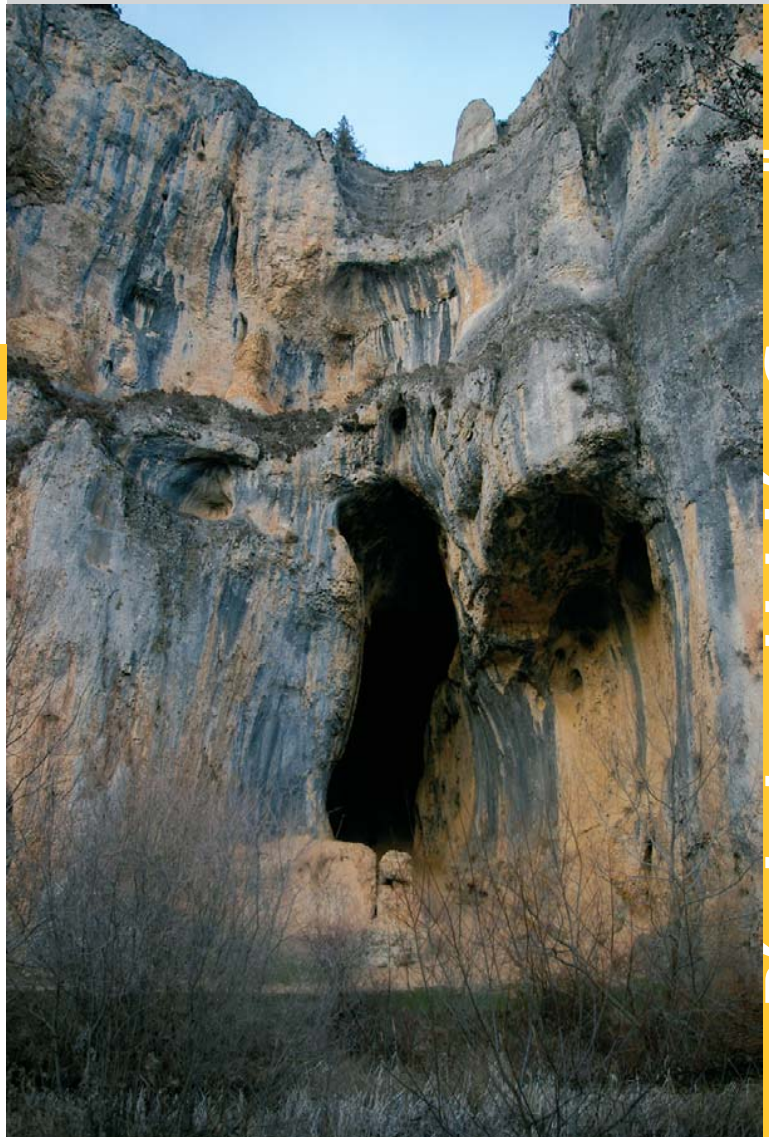
recorrido: circular
inicio y fin: Maderuelo
longitud: 10 km
desnivel: 20 m
dificultad: media, debido a su longitud



Esta senda recorre la margen izquierda del embalse, posteriormente se pueden contemplar cultivos, enebrales, pinares y las ruinas de la antigua estación de ferrocarril de Maderuelo.

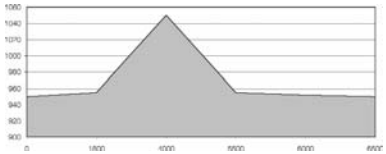
Otoño y primavera.

Soria
Cañón de Río Lobos
Sierra de Urbión
Acebal de Garagüeta



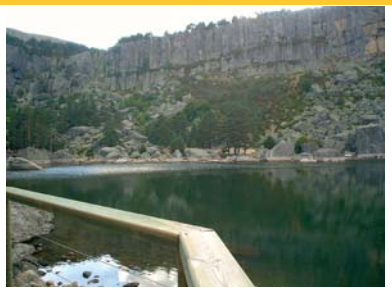
PRC-SO 66 Senda del Castillo

recorrido: circular
inicio y fin: Casa del Parque
longitud: 6,5 km
desnivel: 100 m
dificultad: baja

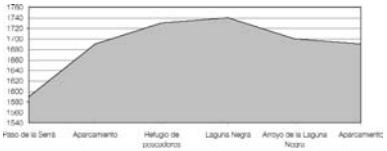


La senda parte desde la Casa del Parque del Cañón del Río Lobos, a través de chopos y sauces llega al nacimiento del río Ucero. El sendero aúna patrimonio natural y cultural ya que el recorrido pasa por el casco urbano, transita por el antiguo canal romano que abastecía de agua a la ciudad de Uxama y asciende hasta el Castillo de Ucero, desde donde tenemos unas magníficas vistas del entorno y el río. Mejores épocas, otoño y primavera.

Laguna Negra



recorrido: circular
inicio y fin: aparcamiento del paso de la Serrá
longitud: 3,9 km
desnivel: 100 m
dificultad: baja

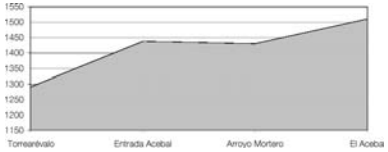


El sendero sube por la carretera hasta la Laguna negra. Desde esta se accede al Pico Urbión, al puerto de Santa Inés, al nacimiento del río Duero o a los municipios del entorno del Espacio Natural Protegido. Estos recorridos son travesías de alta montaña por lo que se recomienda informarse del estado de la ruta y de las previsiones meteorológicas.

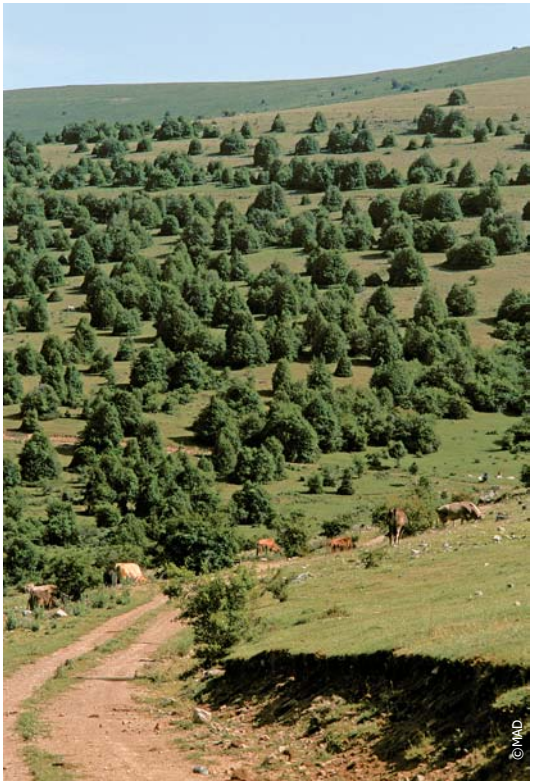
En invierno las nevadas y heladas dificultan el acceso.

Torrearévalo - Acebal de Garagüeta

recorrido: lineal-circular
inicio: Torrearévalo
fin: Acebal de Garagüeta
longitud: 13,4 km (7,2 km el paseo circular dentro del acebal)
desnivel: 220 m
dificultad: baja



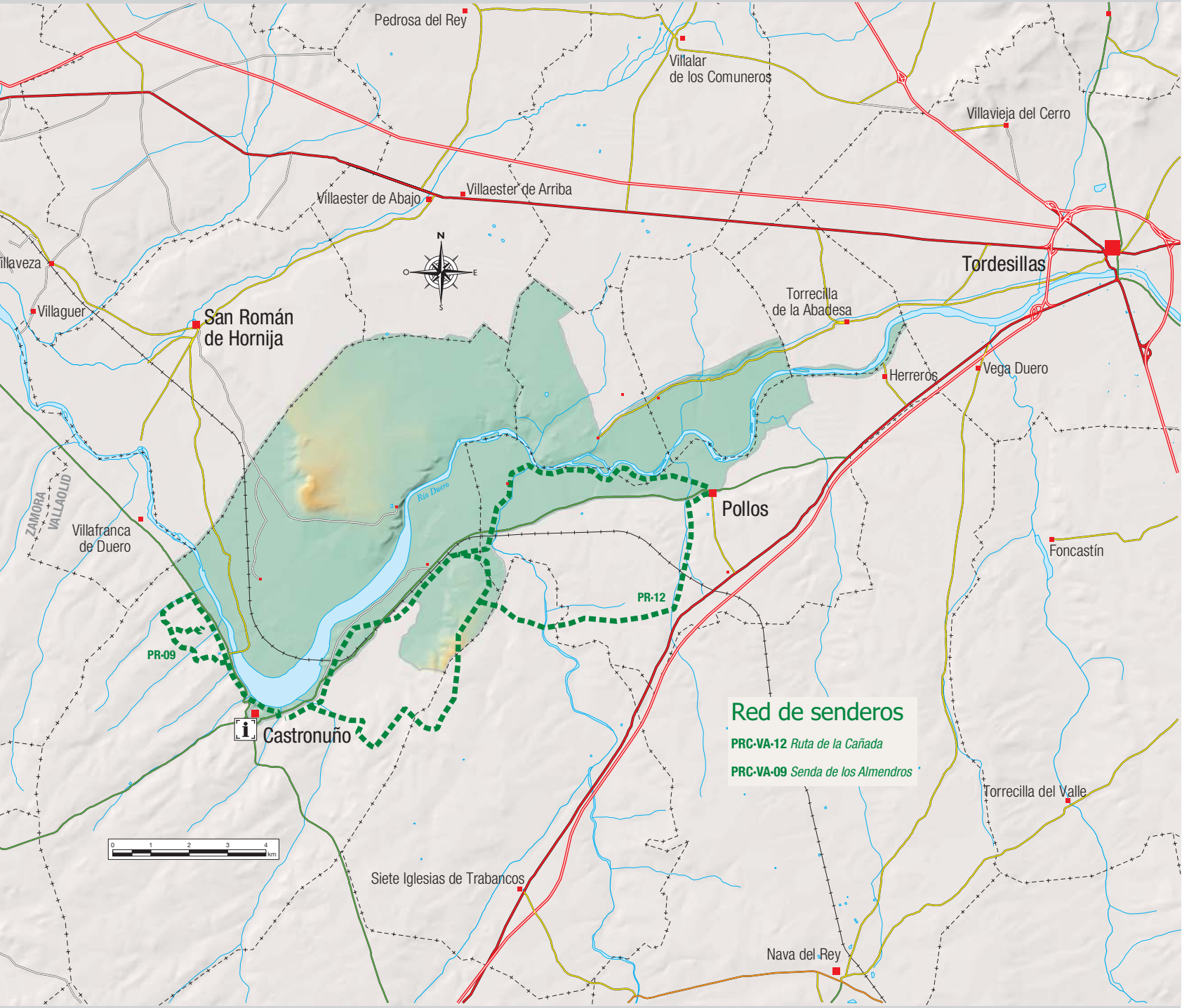
El sendero recorre una pista forestal que sale del municipio de Torrearévalo en dirección al acebal, uno de los grandes tesoros de la flora soriana y el mayor bosque natural de acebo que se conoce. Alternativa corta: dejando el vehículo en el aparcamiento situado a la entrada del acebal, quedando el sendero reducido a un paseo circular entre los acebos.



Valladolid
Riberas de Castronuño Vega del Duero
Reserva Natural

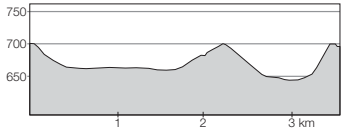
Castronuño

Castronuño (Valladolid)
Reserva Natural



PRC·VA·9 Senda de los almendros

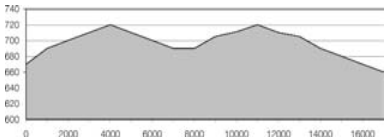
recorrido: circular
inicio y fin: Alto de «La Muela», en Castronuño
longitud: 6,5 km
desnivel: 50 metros
dificultad: baja



Huerto de almendros con vistas al embalse de San José. Totalmente accesible en su parte baja, con una pasarela que nos lleva al observatorio. Diversidad de formaciones vegetales por las que discurre: carrizal, bosque de ribera, pinares y cultivos de secano. Orientada a ver aves acuáticas o ligadas al carrizal.

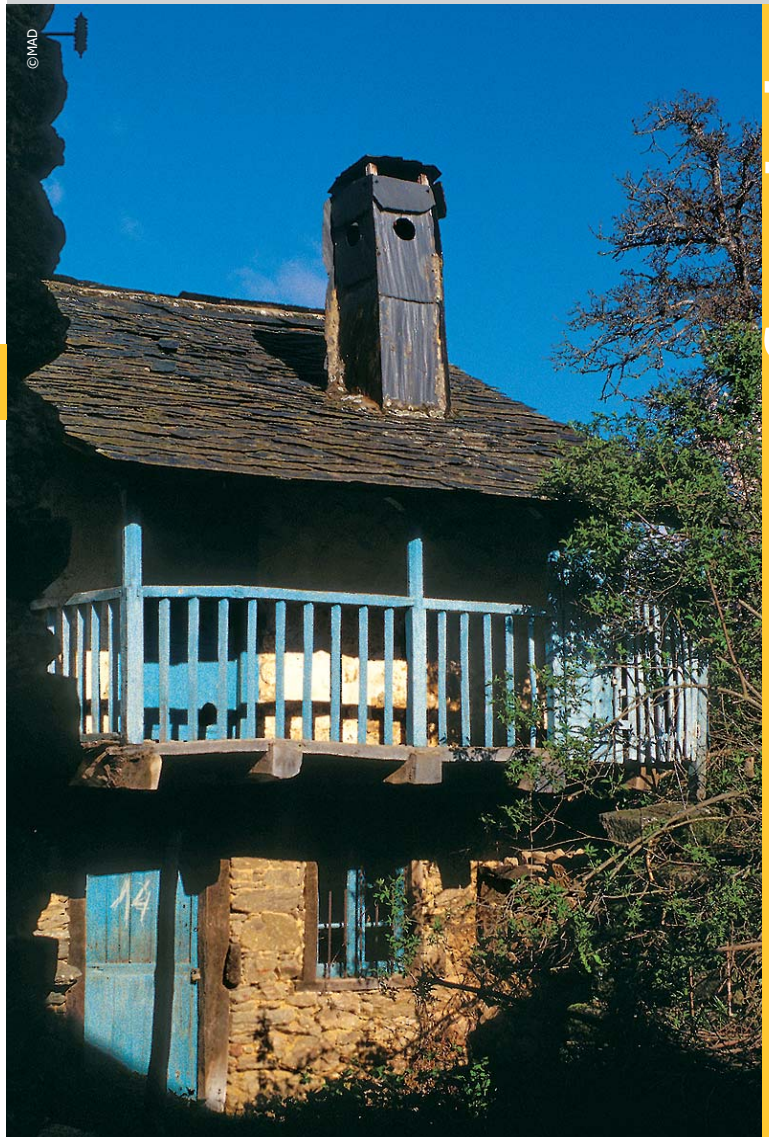
PRC·VA·12 Ruta de la Cañada Real

recorrido: circular
inicio y fin: Pollos
longitud: 33 km; opcional, 19 km
desnivel: 150 metros
dificultad: media-baja; precaución en algunos descensos pronunciados



Recorre la reserva a través de bosques de ribera, campos de cultivo, encinares, pinares y carrizal, por lo que se pueden observar muchas aves asociadas: garza real e imperial, aguilucho lagunero, abejarucos y cormorán. Recomendamos llevar prismáticos y realizar la ruta en bici. Vistas excepcionales de la Vega del Duero, con el encinar de Cubillas como telón de fondo.

Zamora
Lago de Sanabria y alrededores
Parque Natural



Sanabria (Zamora)
Parque Natural

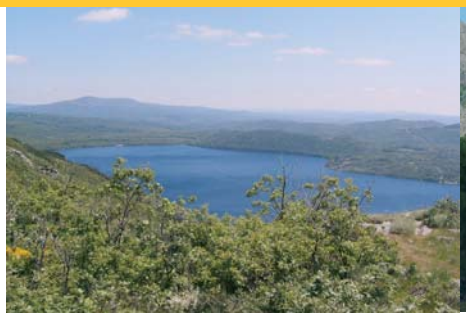
Red de senderos

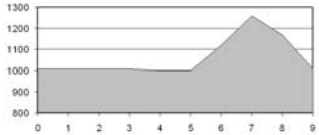
- **SENDA 1** *El Lago y los Monjes*
- **SENDA 2** *Vigo de Sanabria - Laguna de los Peces*
- **SENDA 3** *Cueva de San Martín y Cañón del Tera*
- **SENDA 4** *Ríos Cárdena y Segundera*
- **SENDA 5** *Ribadelago - Laguna de Sotillo y Sotillo de Sanabria*
- **SENDA 6** *Cascada de Sotillo*
- **SENDA 7** *Peces - Peña Trevinca*
- **SENDA 8** *A Porto por Valdesirgas y Valdeinfierno*
- **SENDA 9** *Laguna de las Veguas*
- **SENDA 10** *Cascada de los Vados*

ORENSE
ZAMORA
LEÓN
ZAMORA
Sierra Segundera
Sierra de La Cabrera Baja
Lago de Sanabria
conexión 5 y 6
N
S
E
O
1 0 1 2 3 4 5 km
La Baña
Losadilla
Porto
San Ciprián
Barrio de Rábano
Coso
San Justo
Murias
Cerdillo
San Martín de Castañeda
Vigo de Sanabria
Moncabril
Ribadelago Viejo
Ribadelago
Pedrazales
Trefacio
Villarino
Rozas
Galende
Cubelo
Barjacoba
Barrio de la Vega
Pías
Villanueva de la Sierra
Sotillo
Limianos
Quintana de Sanabria
Rabanillo
Valdespino
Illanes
San Román
El Puente
Sampil
Cobreros
Barrio de Lomba
Avedillo de Sanabria
San Miguel de Lomba
Riego de Lomba
Castellanos
Castro de Sanabria
Santa Colomba de Sanabria
Las Hedradas
Chanos
Hedroso
Lubián
Aciberos
Padornelo
San Martín del Terroso
Puebla de Sanabria
Lobeznos
Requejo
Terroso
Pedralba de la Pradería
Ungilde

El lago y los monjes

recorrido: circular
inicio y fin: Ribadelago Viejo
longitud: 9 km
desnivel: 250 m
dificultad: baja; adecuada para realizar con niños; desde Ribadelago Viejo hasta el camping «El Folgoso» es posible hacer la senda en bicicleta

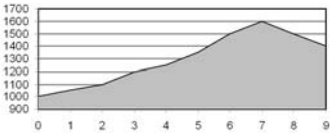




Para evitar el tramo de carretera, podemos recortar el sendero al tramo que une San Martín con Ribadelago (ida y vuelta, 3h). A la altura del camping «Los Robles» recomendamos desviarse para visitar Bouzas, uno de los parajes más bellos. Además, se pueden ver los restos del balneario de agua sulfídrico-sódica.

Cañón del Tera

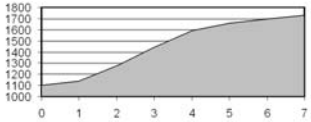
recorrido: circular
inicio y fin: Ribadelago Viejo
longitud: 10 km
desnivel: 600 m
dificultad: alta; riesgo en la temporada lluviosa



Una de las sendas más adecuadas para observar el modelado glaciar. Encontramos muestras interesantes de flora (acebos, enebros, tejos…) en las vaguadas que discurren hacia el Tera. La Cueva de San Martín merece una parada, sobre todo en verano para refrescarse en el río. Verano, nunca en época de lluvias.

Cañón del Forcadura

recorrido: lineal
inicio: Vigo de Sanabria
fin: Laguna de los Peces
longitud: 7 km
desnivel: 630 m
dificultad: media

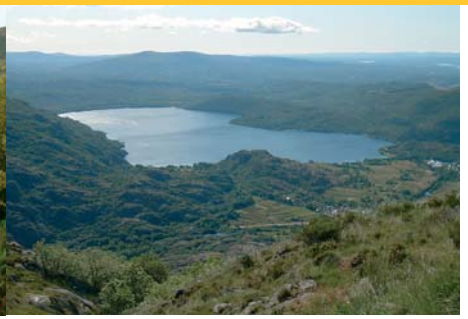


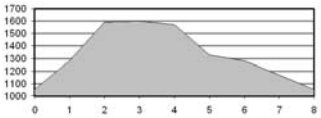
Puede ampliarse con la senda 9; una vez en la Laguna de Los Peces, continuar hasta la de Yeguas (5 horas y media en total). En el pueblo de Vigo podremos admirar la ermita de la Virgen de Gracias, un puente del siglo XVII y una variada muestra de arquitectura popular.

Otoño y primavera.

Cañones del Cárdena y Segundera

recorrido: circular
inicio y fin: Moncabril (Ribadelago Viejo)
longitud: 9 km
desnivel: 600 m
dificultad: media-alta

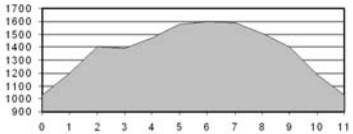




Se puede subir por el Pico del Fraile y bajar por el Cañon del Cárdena o al revés. Al inicio de la subida por el Pico del Fraile podemos ver un colmenar restaurado. Buenas vistas panorámicas desde el Pico y durante la subida. El perfil representa la ruta subiendo por el Pico y bajando por el Cañón.

Ribadelago Nuevo - Sotillo de Sanabria

recorrido: lineal
inicio: Ribadelago Nuevo
fin: Sotillo de Sanabria
longitud: 11 km
desnivel: 600 m
dificultad: media



Para bajar a Sotillo desde la laguna es mejor hacerlo por la conexión y así disfrutar de las cascadas (7 h de duración) y de una de las principales masas de abedules del Parque.

Otoño y primavera.

Cascadas de Sotillo

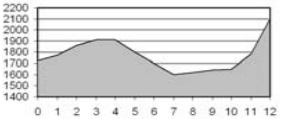
recorrido: circular
inicio y fin: Sotillo de Sanabria
longitud: 6 km
desnivel: 400 m
dificultad: media; se puede hacer con niños tomando precauciones en el descenso

Discurre por un bosque húmedo muy bien conservado en el que destacan algunos ejemplares de acebo de gran porte. En invierno puede contemplarse la cascada helada.

Otoño y primavera.

De Peces a Trevinca

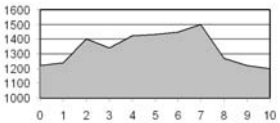
recorrido: lineal
inicio: Laguna de los Peces
fin: Laguna de los Peces
longitud: 24 km
desnivel: 400 m
dificultad: alta; no se recomienda con previsión de niebla



Posibilidad de pasar la noche en los refugios de *Vega de Conde*. Esta senda llega hasta *Peña Trevinca* (2.127 m), la cima del espacio protegido.

Camino de Porto

recorrido: circular
inicio y fin: Porto
longitud: 10 km
desnivel: 280 m
dificultad: media

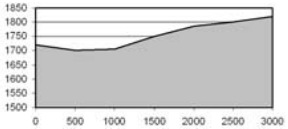


La senda asciende hacia el embalse de Valdesirgas, flanqueado por una rica vegetación de rebollos, abedules, fresnos, serbales, avellanos, tejos, sauces y serbales. Desde el paraje de *Las Covaceras* se divisa el Valle de «Valdeinfierno». Porto es una localidad pintoresca situada en la cabecera del río Bibey.

Otoño y primavera.

Laguna de Yeguas

recorrido: lineal
inicio: Laguna de los Peces
fin: Laguna de los Peces
longitud: 6 km
desnivel: 100 metros
dificultad: baja; adecuada para realizar con niños

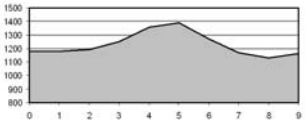


En la Laguna de Yeguas podemos ver los chozos de pastores del pueblo de Murias. Ideal para hacer con niños. El gráfico muestra el perfil del itinerario empezando en la Laguna de los Peces (1.720 m) y terminando en Yeguas (1.820 m).

Otoño y primavera.

Cascadas de los Vados

recorrido: lineal
inicio: Ribadelago Viejo
fin: Ribadelago Viejo
longitud: 18 km
desnivel: 220 metros
dificultad: baja; adecuada para realizar con niños

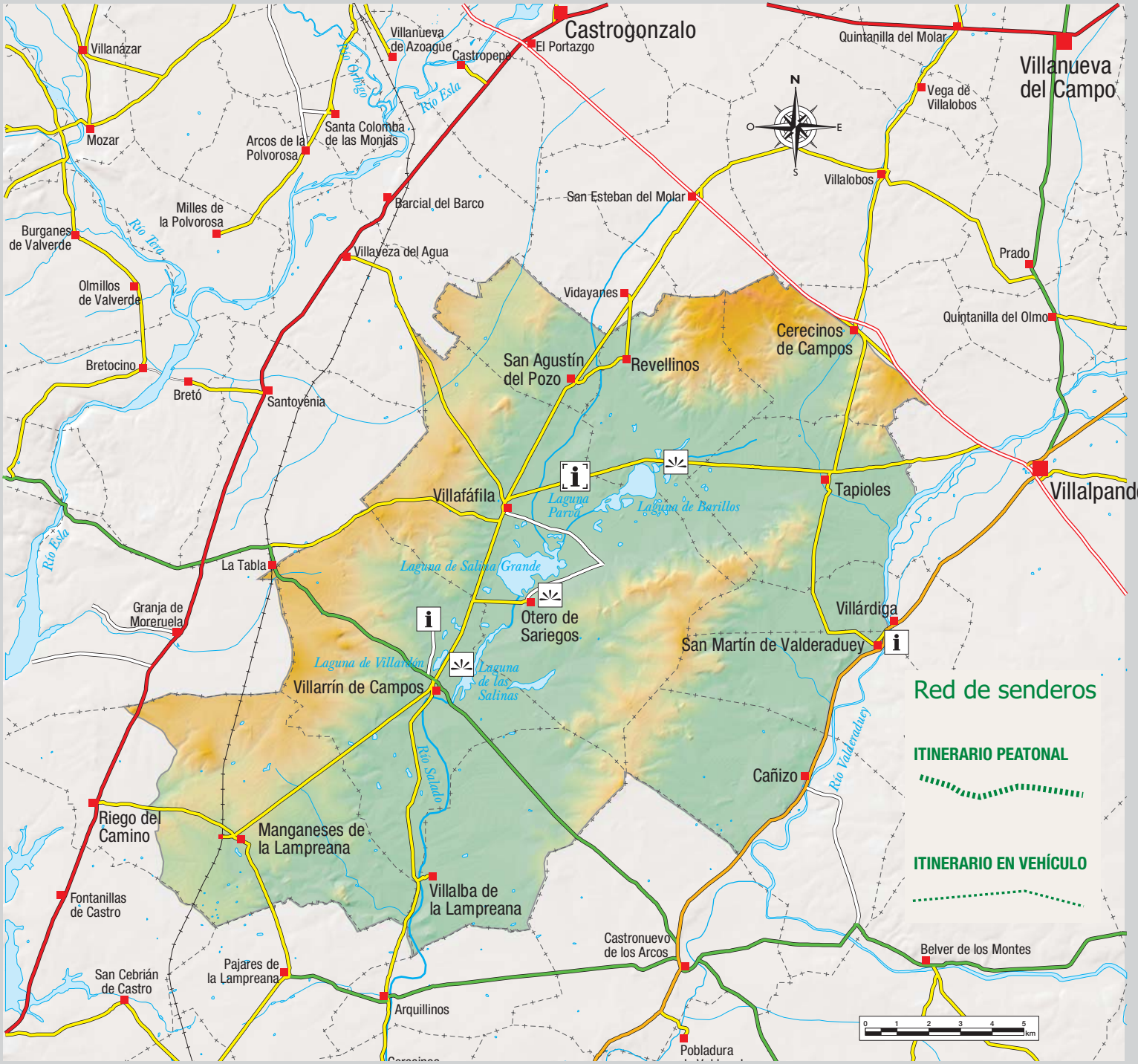


En el transcurso de la senda podemos ver un viejo molino y el colmenar de San Ciprián que protegía las colmenas del ataque de los osos. También se pueden ver las huellas que dejaron en el terreno el paso de los pesados «carros chillones».

Otoño y primavera.

Zamora
Lagunas de Villafáfila
Reserva Natural

Villafáfila (Zamora)
Reserva Natural



Sendero de la Salina Grande

recorrido: circular
inicio y fin: Otero de Sariegos
longitud: 10 km
desnivel: 0 metros
dificultad: baja; podemos encontrar zonas encharcadas a la salida de Villafáfila

Es una ruta muy interesante para observar fauna en la laguna más grande de la Reserva. En invierno, miles de ansares y patos; en primavera, gran variedad de limícolas. En verano se seca la laguna. Los puntos de mayor interés son el observatorio de aves de Otero de Sariegos y el puente romano de Villafáfila.

De toño a primavera.