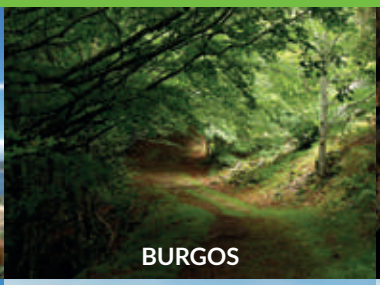
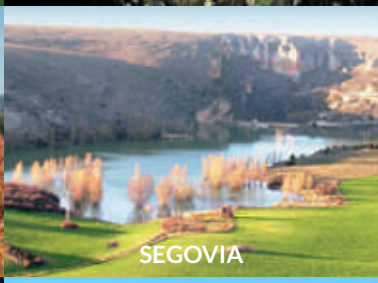
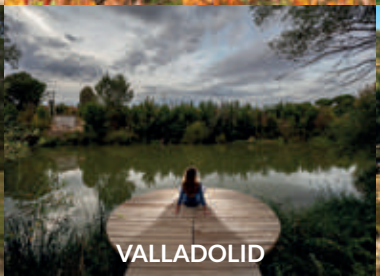
CASTILLA Y LEÓN

CASTILLA Y LEÓN

NATURALEZA Y SENDERISMO







Junta de Castilla y León

PRESENTACIÓN

Castilla y León es una de las regiones europeas con mayor riqueza natural. El producto turístico de Naturaleza en Castilla y León es incomparable. Su extenso territorio atesora frondosos bosques, macizos montañosos, inigualables valles, cuevas únicas, impresionantes cañones fluviales, ríos y lagos con una historia que se remonta a millones de años.

La diversidad de Espacios Naturales en Castilla y León la convierte en un destino preferente. Para garantizar su conservación, la Junta de Castilla y León creó en 1991 la Red de Espacios Naturales (REN), en la que actualmente se integran 35 **Espacios Naturales Protegidos** por sus valores ecológicos, geológicos y paisajísticos.

Además, Castilla y León cuenta con **10 de las 48 Reservas de la Biosfera declaradas por la UNESCO** que existen en España, que da una buena idea de la importancia que el desarrollo sostenible tiene en nuestra comunidad.

Destacar también la importancia del **Geoparque Mundial Unesco Las Loras** que ocupa parte del norte de las provincias de Burgos y Palencia, único Geoparque Mundial reconocido por la UNESCO en Castilla y León.

En esta publicación proponemos un recorrido por los espacios naturales de nuestras 9 provincias a través de una **selección de 90 senderos** realizada conjuntamente con la Consejería de Fomento y Medio Ambiente, y la Fundación Patrimonio Natural, además de incluir también algunas propuestas de senderos destacadas por su patrimonio y/o por su flora y fauna, que invitan a recorrer la riqueza paisajística y los ecosistemas de nuestro territorio.

En general, se trata de senderos señalizados en su mayoría para todos los públicos, con una dificultad media o baja, localizados próximos a localidades de interés, y con un atractivo especial por sus recursos. Los hemos designado con una sencilla nomenclatura que incluye las iniciales de la provincia y una numeración, indicando cada uno de los 10 senderos sugeridos por provincia para que los puedas localizar fácilmente en el mapa que adjuntamos y en la web de turismo.

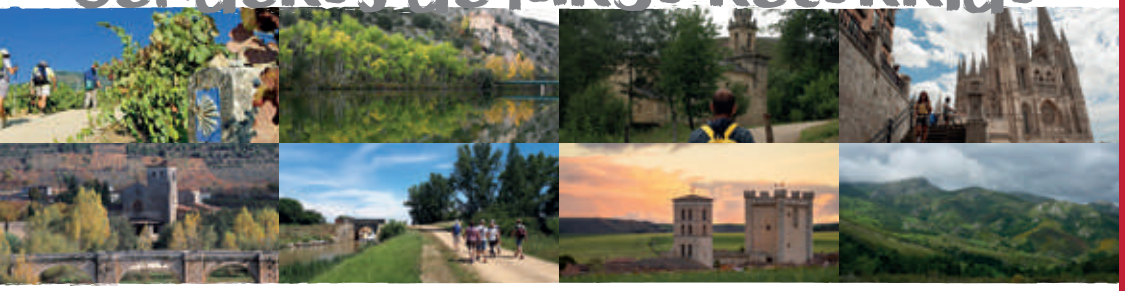
Asimismo, te damos a conocer **7 senderos de largo recorrido** que con diferentes intereses te sumergen en una experiencia de atractivo histórico, paisajístico, combinando turismo, contacto con la naturaleza, cultura y deporte.

Más información: *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

ÍNDICE

	PÁG
Senderos de largo recorrido	4
Ávila	6
Burgos	10
León	14
Palencia	18
Salamanca	22
Segovia	26
Soria	30
Valladolid	34
Zamora	38
Espacios naturales	42
Plano desplegable Naturaleza y Senderismo	43

Senderos de largo recorrido



CAMINO DE SANTIAGO FRANCÉS

Provincias que atraviesa: Burgos-Palencia-León • **Longitud: 401 km aprox.**

Declarado por el Consejo de Europa Primer Itinerario Cultural Europeo en 1987 y Patrimonio Mundial por la UNESCO en 1993, recorre las provincias de Burgos, Palencia y León, a lo largo de unos 400 km. El Camino fue pionero de las rutas de viajes, y es, sin duda, una de las Rutas más frecuentadas por peregrinos de todo el mundo, que lo recorren atraídos por su atractivo patrimonio, sus paisajes y su inmensa espiritualidad. Por él se introdujeron estilos medievales como el románico y el gótico, que ampararon la construcción de monasterios, iglesias, catedrales y de toda una infraestructura dispuesta para facilitar el paso de los peregrinos. Te animamos a que recorras el Camino, te detengas en todas sus joyas patrimoniales y disfrutes de la hospitalidad de la gente castellano y leonesa, la diversidad y pureza de su paisaje y su rica y variada gastronomía.

www.turismocastillayleon.com/caminoscyl

RUTA DEL DUERO

Provincias que atraviesa: Soria-Burgos-Valladolid-Zamora-Salamanca • **Longitud: 729 km aprox.**

Esta ruta estructurada en 20 etapas te llevará a recorrer la comunidad de este a oeste siguiendo el curso del río Duero, desde Duruelo de la Sierra, hasta llegar a Vega de Terrón, en la frontera con Portugal. Descubrirás enclaves monumentales que recuerdan la importancia del río a lo largo de su historia; 294 Bienes de Interés Cultural y Conjuntos Históricos de gran belleza y valor histórico-cultural como: Soria, Almazán, Berlanga de Duero, El Burgo de Osma, San Esteban de Gormaz, Langa de Duero, Peñaranda de Duero, Gumiel de Izán, Vadocondes, Haza, Peñafiel, Fuentidueña, Simancas, Tordesillas, Toro, Zamora o Fermoselle. Además, recorre los viñedos de las comarcas vitivinícolas más afamadas del sur de Europa, lo que ha dado lugar al desarrollo de cuatro Rutas del Vino Certificadas que podrás disfrutar en el camino: Ruta del Vino Ribera del Duero, Rueda, Toro y Arribes del Duero. Destaca también su riqueza paisajística, atravesando espacios naturales convertidos en reservas medioambientales y faunísticas de gran importancia, como son el Parque Natural de la Laguna Negra y Circos Glaciares de Urbión, Parque Natural de los Arribes del Duero y la Reserva Natural Riberas de Castronuño-Vega del Duero.

www.rutadelduero.es

VÍA DE LA PLATA

Provincias que atraviesa: Salamanca-Zamora-León • **Longitud: 384 km aprox.**

Transcurre en Castilla y León por el trazado histórico declarado Bien de Interés Cultural. Utilizada como camino natural de comunicación entre sur y norte de España desde tiempos prehistóricos, fue en tiempos de los romanos, cuando este itinerario se consolida con la construcción de diferentes calzadas. Desde la Sierra de Béjar (donde se conserva una calzada romana única en España) hasta la Vía de la Carisa, podrás admirar retazos importantes de la antigua vía romana y disfrutar de las monumentales ciudades que se establecieron en sus márgenes, como Helmántica (Salamanca), Ciudad Patrimonio Mundial; Ocellum Duri (Zamora), conocida como la "Capital del Románico" en España y León, ciudad cuyo pasado romano se vincula con la explotación de las minas de oro de Las Médulas y el desarrollo de la Vía de la Plata. Disfrutarás de una variada gama de paisajes, de los terrenos de robles y encinas del Sistema Central a suaves ondulaciones, penillanuras, tierras de vino y cereales, zonas de páramos y las extraordinarias estribaciones de la Cordillera Cantábrica.

www.turismocastillayleon.com/caminoscyl · *www.rutadelaplata.com*

RUTA DEL CAMINO DEL CID

Provincias que atraviesa: Burgos-Soria • **Longitud: 337 km aprox.**

Esta ruta nos conduce por los parajes que transitó el caballero Rodrigo Díaz de Vivar en su marcha hacia el destierro. La historia se mezcla con la leyenda en esta ruta que, atravesando las provincias de Burgos (GR160) y Soria, sigue los pasos que, según el Cantar del Mío Cid, recorrió este guerrero. Son zonas en las que el pasado medieval parece estar vivo. En vuestro camino encontraréis fortalezas, como la califal de Gormaz, castillos, iglesias o monasterios, que componen bellos Conjuntos Históricos como Covarrubias, Santo Domingo de Silos, Peñaranda de Duero, Langa de Duero, San Esteban de Gormaz, el Burgo de Osma y Berlanga de Duero, y por supuesto, lugares muy vinculados a la historia y leyenda cidianas, como Vivar del Cid, San Pedro de Cardeña o Burgos. A esta ruta histórica llamada El Destierro, totalmente señalizada, acompaña un entorno de gran riqueza paisajística, valles poblados de sabinares, robles y encinas, que se alternan con cultivos de secano y las vides que dan el fruto para los vinos de la D.O. Ribera del Duero. Atraviesa Espacios Naturales, entre los que destacan el sabinar del valle del Arlanza y La Yecla, el espacio soriano del río Duero, o los Altos de Barahona.

www.caminodelcid.org

CANAL DE CASTILLA

Provincias que atraviesa: Palencia-Valladolid • **Longitud: 230 km aprox.**

El Canal de Castilla transcurre por la meseta entre las provincias de Palencia, Burgos y Valladolid. Tiene tres ramales: El Norte (Alar del Rey a Calahorra de Ribas), el de Campos (desde Calahorra de Ribas a Medina de Rioseco) y el Sur (desde el Serrón término de Grijota, pasando por Palencia capital hasta Valladolid). Bien de Interés Cultural desde 1991, fue construido en los siglos XVIII y XIX, y es uno los proyectos más relevantes de Ingeniería Civil de la España Ilustrada. A través de caminos de sirga, podrás disfrutar de la riqueza monumental, paisajística y faunística del recorrido. Encontrarás esclusas, dársenas, un gran número de puentes y molinos y fábricas de harina, como la de San Antonio, en Medina de Rioseco, o la de Abarca. Podrás disfrutar de ciudades como Palencia y Valladolid, y Conjuntos Históricos de gran valor patrimonial como Dueñas, Becerril de Campos, Fuentes de Nava, Medina de Rioseco, Montealegre de Campos o Villalba de los Alcores. Déjate sorprender por sus paisajes cambiantes en los que se integran los páramos, las riberas de los ríos, las llanuras de Tierra de Campos y las viñas de la Ruta del Vino Cigales.

www.canaldecastilla.org

SENDEROS DEL CLARETE GR296

Provincias que atraviesa: Palencia-Valladolid • **Longitud: 93,1 km aprox.**

Los Senderos del Clarete atraviesan los doce municipios que engloba la Ruta del Vino Cigales: Cabezón de Pisuerga, Cigales, Corcos, Cubillas de Santa Marta, Dueñas, Fuensaldaña, Mucientes, Quintanilla de Trigueros, Trigueros del Valle, San Martín de Valvení, Santovenia de Pisuerga y Valoria la Buena. La ruta vincula el vino de la D.O. Cigales con su cultura, historia, patrimonio, gastronomía y paisaje. Recorre infinidad de viñedos, vistas al río Pisuerga con sus cortados, chozos, el Monte de Dueñas, campos de cereal y páramos y sus tradiciones en torno al vino por caminos seguros y señalizados aptos para todo tipo de senderistas.

https://rutadelvinocigales.com/wp-content/uploads/2019/02/Folleto-Topogu%C3%ADa- GR-296-Senderos-del-Clarete.pdf

SENDERO HISTÓRICO GR1

Provincias que atraviesa: Palencia-León • **Longitud: 156,8 km**

El Sendero Histórico une el Mar Mediterráneo con la costa atlántica gallega, desde Ampurias a Finisterre. Un recorrido histórico por zonas y localidades que alcanzaron gran esplendor en la Alta Edad Media. Con una dificultad media-alta a través de Castilla y León, se recorren casi 90 km. En su tramo palentino, la mayoría del trazado discurre por el Parque Natural de la Montaña Palentina, visitando preciosos valles y collados característicos de la montaña cantábrica. Permite disfrutar de paisajes espectaculares y visitar pueblos de larga historia que destacan por su arquitectura de montaña y por sus iglesias, muchas de ellas ejemplos de arte románico. A continuación, el tramo leonés discurre por el norte de la provincia de León, a través del Parque Regional de Picos de Europa.

https://www.fclm.com/buscador-senderos-homologados/

Ávila

Parque Regional Sierra de Gredos

Cerro de la Escusa

Casa del Parque Hoyos del Espino (Gredos)

Valle de Iruelas

La provincia de Ávila reúne una singular y fantástica muestra de espacios naturales protegidos. Sierra de Gredos y Valle de Iruelas son dos tesoros naturales de la provincia abulense, que además posee tres Casas del Parque.

Al sur de la provincia se encuentra la **Sierra de Gredos**, todo un símbolo natural donde descubrir senderos escondidos, gargantas y lagunas para disfrutar de principio a fin a través de rutas que **te sorprenderán por su fauna, por la observación de cabras montesas y más de 230 especies de vertebrados catalogados**, entre los que destacan endemismos tales como la salamandra de Almanzor o el sapo de Gredos, haciéndote sentir la magia de la naturaleza.

Te proponemos que recorras el sendero de La Rubía en el que disfrutarás de una espectacular vista del **barranco de las Cinco Villas**, la calzada romana y el Pico del Torozo. O de una ruta accesible, como la que se inicia en la Casa del Parque El Risquillo, desde el mirador se puede observar la encajonada garganta del Río Pelayo y los tradicionales bancales del Sur de Gredos.

En el límite oriental de la Sierra de Gredos se descubre la **Reserva Natural del Valle de Iruelas**, cuyas laderas aparecen cubiertas de un precioso bosque formado entre otros, por los pinos negral y laricio, de los que se conservan ejemplares centenarios. En este enclave está instalada **la colonia más numerosa de buitres negros de Castilla y León**.

Si vas en familia, te recomendamos el Sendero de El Castañar, un sendero que empieza y termina en un antiguo refugio de piedra y parte hacia el **castaño centenario conocido como "el abuelo"**, árbol singular de la comarca.

No te pierdas en Arenas de San Pedro, las **Cuevas del Águila**, se calcula que tienen 1 millón de años y están situadas al sur de la provincia de Ávila, **en pleno valle del Tiétar**.

Más información: *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

Propuesta de Senderos

A1. SENDA DE LA RUBÍA. Parque Regional Sierra de Gredos.

La ruta comienza en el Puerto del Pico. Se ascenderá hasta la Pradera de la Rubía, donde hay un antiguo chozo de cabreros, dejando el Pico El Torozo a la espalda. Se puede reposar en el Refugio de "Las Campanas", vislumbrando el pico de La Mira hacia el oeste. Descendiendo por una pista forestal rodeada de pinos resineros en los parajes del camino del puerto del Arenal y la Centenera, se llega hasta el Alto o Collado de la Centenera. Esta ruta se puede hacer en ambos sentidos, comenzando en el Puerto el Pico o en el Alto de la Centenera.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-de-la-rubia

- **Inicio:** Puerto del Pico (1.389)
- **Fin:** Alto de la Centenera (1.352 m)
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 5,4 km (solo ida)
- **Desnivel:** Subida 310 m y des. 350 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.319820, - 5.016700

A2. RUTA ACCESIBLE DE LA CASA DEL PARQUE 'EL RISQUILLO'. Parque Regional Sierra de Gredos. Sendero Casa del Parque.

La senda comienza en el parking de la Casa del Parque El Risquillo y se realiza sobre una pasarela de madera. Cuenta con pendientes adaptadas y paneles interpretativos accesibles sobre la fauna y flora del lugar. Discurre por un pinar de pino resinero. Podremos observar la huella de la resinación y con suerte algunos ejemplares de su fauna. La ruta pasa cerca de un robledal de roble melojo. Desde el mirador se puede observar la encajonada garganta del Río Pelayo y los tradicionales bancales del Sur de Gredos. El recorrido finaliza en el jardín de la Casa del Parque.

https://medioambiente.jcyl.es/web/es/participacion-educacion-ambiental/programa-castilla-leon-accesible.html

https://patrimonionatural.org/casas-del-parque/casas-del-parque/casa-del-parque-de-sierra-de-gredos-zona-sur-el-risquillo

- **Inicio:** Parking de la Casa del Parque El Risquillo
- **Fin:** Jardín de la Casa del Parque El Risquillo
- **Recorrido:** Accesible y semicircular
- **Longitud:** 0,450 km
- **Desnivel:** de subida 20 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.220824, -5.143704

A3. SENDA DEL PUERTO DEL PEÓN. Parque Regional Sierra de Gredos.

El camino se inicia en el km 6 de la Carretera de Hoyos del Espino a la Plataforma. Durante los primeros 4 km se asciende suavemente hasta el nacimiento del arroyo de la Covacha. Cruzando el arroyo, la senda continúa por un empinado zig-zag hasta llegar a un collado.
El camino por la vertiente sur es un pronunciado descenso en zig-zag por la senda empedrada. Más abajo el camino se introduce en un pinar de pinos resineros junto al río Cantos hasta llegar al refugio de Domingo Fernando y después a la pista forestal donde finaliza esta senda.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-del-puerto-del-peon

- **Inicio:** Ctra. Hoyos-Plataforma (1.553 m)
- **Fin:** Domingo Fernando (1.160 m)
- **Recorrido:** Ida y vuelta
- **Longitud:** 11,7 km (ida)
- **Desnivel:** 477 m de ascensión al Pto. y 870 m descenso a Domingo Fernando
- **Dificultad:** Media
- 40.307491, -5.190680

A4. PINAR DE NAVARREDONDA. Parque Regional Sierra de Gredos.

Esta senda comienza y finaliza en el Parador de Turismo de Gredos. Discurre bajo un pinar maduro de pino silvestre o albar.
Una gran cantidad y variedad de especies de aves dependen para subsistir de El Pinar de Navarredonda de Gredos. Entre ellas se encuentran el pico picapinos, arrendajo, trepador azul, carbonero garrapinos, verderón serrano, agateador, milano, búho chico, etc. A lo largo del recorrido se encuentran numerosos bancos de piedra donde pararse a observar la flora y la fauna.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-del-pinar-de-navarredonda

- **Inicio y Fin:** Parador de Gredos
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 3 km
- **Desnivel:** 90 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.355153, -5.113174

A5. SENDA DE LA GARGANTA DE BOHOYO. Parque Regional Sierra de Gredos.

Esta senda fue el camino tradicional utilizado por pastores, cazadores y primeros montañeros para acceder a Cinco Lagunas, Almanzor, la Galana e incluso la Laguna Grande. Esta ruta que se inicia en la carretera de Navamediana a Bohoyo recorre la Garganta de Bohoyo, una de las gargantas norteñas más bonitas de la Sierra de Gredos y va remontando el valle hasta su nacimiento en la Hoya del Belesar. La vegetación varía a medida que ascendemos, desde el sotobosque de la parte baja, brezales, escobonales hasta llegar a los prados de altura y finalmente los roquedos de granito, donde se encuentran algunas plantas rupícolas, musgos y líquenes.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-de-la-garganta-de-bohoyo

- **Inicio:** Ctra. de Bohoyo (1.173 m)
- **Fin:** Collado del Belesar (2.384 m)
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 15,7 km (ida)
- **Desnivel:** de subida 1.250 m
- **Dificultad:** Alta debido a la longitud del recorrido
- 40.312860, -5.429651

A6. SENDA DEL CARRIL DE LOS GALAYOS. Parque Regional Sierra de Gredos.

Este camino asciende por la garganta del Río Pelayo. La senda comienza en la Plataforma del Nogal del Barranco, ascendiendo por un camino empedrado con varias fuentes. Dejando el río Pelayo a la izquierda se alcanza la base de los Galayos en la zona de la Apretura, donde comienza el desnivel más importante. Gracias al trazado de las Zetas, cruzando a la derecha del río, se salva este repecho para llegar hasta el Refugio Victory. Se puede disfrutar contemplando las sorprendentes formaciones de El cuchillar de los Galayos o escalar a la cima de estas esbeltas agujas graníticas.

https://patrimonionatural.org/senderos/carril-de-los-galayos-

- **Inicio:** Plataforma Nogal del Barranco (1.100 m)
- **Fin:** Refugio Antonio Victory (1.970 m)
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 6,51 km (ida)
- **Desnivel:** de subida 870 m
- **Dificultad:** Media-Alta, especialmente tramo final
- 40.234323, -5.162066

A7. RUTA DEL PUERTO DE CASILLAS AL POZO DE LA NIEVE. Reserva Natural Valle de Iruelas.

En esta ruta se pueden disfrutar de bellas panorámicas de la Reserva Natural del Valle de Iruelas, de los valles tributarios del río Alberche y del embalse del Burguillo. Se puede contemplar la antigua construcción del pozo de la nieve. La mejor época para realizarla es el otoño y la primavera por sus colores. Asimismo, se puede optar por alargar esta ruta otros 2 kilómetros y medio, continuando hasta el área recreativa de las Barrancas disfrutando de magníficas vistas del Castañar de El Tiemblo y del Valle de Iruelas.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-del-pozo-de-la-nieve

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-de-las-barrancas-al-pozo-de-la-nieve

- **Inicio:** Puerto de Casillas
- **Fin:** Pozo de la Nieve
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 3,7 km
- **Desnivel:** 40 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.343215, -4.575076

A8. SENDA DEL CERRO DE LA ESCUSA. Reserva Natural Valle de Iruelas.

Desde esta ruta se obtienen bellas panorámicas de la Reserva Natural del Valle de Iruelas y del Valle del Tiétar en la otra vertiente. El camino comienza en el Puerto de Casillas y en dirección oeste. A unos 500 metros, la ruta se desvía, tomando la pista que sale a la derecha. A lo largo de unos 2 km la ruta asciende entre pinos jóvenes. A partir de entonces, el camino describe un giro de más de 90º a la izquierda, descubriéndose ante nuestra mirada el impresionante Canto del Berrueco, las Praderas del Sol y el Cerro de la Escusa. La dificultad de la ruta y su altitud hace que no sea recomendable con hielo o nieve.

https://patrimonionatural.org/senderos/cerro-de-la-escusa

- **Inicio:** Puerto de Casillas (1.464 m)
- **Fin:** Cerro de la Escusa (1.959 m)
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 6 km (ida)
- **Desnivel:** de subida 495 m
- **Dificultad:** Alta
- 40.343806, -4.574227

A9. SENDA BOTÁNICA. Espacio Natural Valle de Iruelas.

La senda botánica de la Reserva Natural Valle de Iruelas permite conocer algunas de las especies vegetales más representativas de este Espacio Natural Protegido. En un grato paseo de unos 30 minutos, que comienza junto al aparcamiento situado frente al Camping Valle de Iruelas, descenderemos hasta alcanzar la carretera que retorna a dicho Camping. Los carteles informativos al pie de árboles y arbustos que se encuentran repartidos a lo largo de la senda, nos permiten conocer la gran diversidad de especies botánicas del Valle.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-botanica

- **Inicio y Fin:** Área Recreativa Siempre Verde
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 0,6 km
- **Desnivel:** Menos de 10 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.407687, -4.573055

A10. SENDA DE SAN GREGORIO. Reserva Natural Valle de Iruelas.

Iniciamos el recorrido en el km 3 de la pista forestal que lleva desde El Tiemblo a El Castañar. Se toma el camino que baja hacia el arroyo de la garganta de la Yedra. Más adelante comienza el ascenso hacia la sierra en dirección sur y enseguida se adentra en el pinar. Se alcanzará el arroyo del Caballo y hacia la derecha se puede observar la presa y el embalse del Linar del Rey. Otros puntos de interés del camino son la fuente denominada "El Pilón del Cura" y el refugio de las Colmenas finalizando en el área recreativa de El Regajo, en el castañar.

https://patrimonionatural.org/senderos/camino-de-san-gregorio

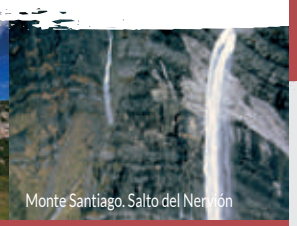
- **Inicio:** San Gregorio (863 m)
- **Fin:** Area Recreativa El Regajo (1.092 m)
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 4,6 km (ida)
- **Desnivel:** de subida 229 m
- **Dificultad:** Media-Baja
- 40.386238, -4.505514

BURGOS

Mirador sobre el río en Pesquera

Senda en Montes Obarenes

Complejo Kárstico de Ojo Guareña


Monte Santiago. Salto del Nervión

La provincia de Burgos acoge numerosos rincones naturales, descubre porqué:

Hoces del Alto Ebro y Rudrón. Parque Natural. Desde el punto de vista geológico ofrece atractivos como Pozo Azul, en Covanera, el río Rudrón, **la cascada de Orbaneja del Castillo, o el manantial que cae hasta el río Ebro.** No te pierdas la visita a localidades como Orbaneja del Castillo, Escalada, Pesquera de Ebro, Sedano o Valdelateja.

Monte Santiago. Monumento Natural. Su paisaje aparece dominado por un frondoso hayedo. En uno de sus más aislados recovecos se localiza el **espectacular salto del Nervión. Con más de 300 metros de altura** y peculiar forma de cola de caballo conforma una de las cascadas más grandes y hermosas de Europa Occidental.

Lagunas Glaciares de Neila. Parque Natural. Este territorio posee una **singularidad por sus formaciones de origen glaciar**. Destacan lagunas glaciares como la laguna Negra, laguna de la Cascada y laguna Larga, entre otras.

Montes Obarenes. Parque Natural. Limitado al norte por el río Ebro, en su interior comprende las sierras de Oña, La Llana, Pancorbo, Arcena y los propiamente llamados Montes Obarenes. En los cortados rocosos de este paisaje protegido tienen instalados sus nidos un gran número de aves rapaces. **El espacio natural atesora la villa de Oña, Santa Gadea del Cid y la pintoresca ciudad de Frías.**

Sabinares del Arlanza-La Yecla. Parque Natural. En este espacio se encuentran **los más extensos y mejor conservados sabinares de todo el planeta**. Algunas de las sabinas del Arlanza superan los dos mil años.

El desfiladero de la Yecla es una profunda y estrecha garganta que se puede recorrer andando por una serie de pasarelas. El relieve rocoso ha favorecido el desarrollo de una abundante población de aves rapaces. En pocos kilómetros se localizan las ruinas del monasterio de San Pedro de Arlanza, la villa de Covarrubias y el monasterio de Santo Domingo de Silos.

Ojo Guareña. Monumento Natural. El complejo kárstico de Ojo Guareña es el **conjunto de cuevas más extenso de la Península y uno de los diez mayores del mundo**, con un recorrido cercano a los 100 km. En su interior se han localizado varios santuarios prehistóricos y 53 especies de invertebrados cavernícolas. No te pierdas una visita a Espinosa de los Monteros.

Cañón del Río Lobos. Parque Natural. El cañón del río Lobos fue **uno de los primeros espacios protegidos de Castilla y León**, compartido entre las provincias de Soria y Burgos.

Más información *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

PROPUESTA DE SENDEROS

B1. SENDA DE LOS MIRADORES. Monumento Natural de Monte Santiago.

En Fuente Santiago, tomamos la pista hacia el mirador del Salto del Nervión a través del hayedo, la ruta pasa junto a la Lobera de Santiago, enseguida llegamos a los acantilados de sierra Salvada, donde numerosas surgencias brotan de las paredes dando nacimiento al Nervión, aquí en periodos de lluvias intensas encontramos saltos de agua que se precipitan al abismo. Desde el mirador del Salto del Nervión, la ruta va sobre acantilados, encontramos otra lobera y llegamos al mirador de Esquina Rubén, con su amplia panorámica. La ruta gira al sur a través de un hayedo en que descendemos al punto de partida.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-circular-de-los-miradores

- **Inicio y Fin:** Aparcamiento de Fuente Santiago (Casa del Parque)
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 6,28 km
- **Desnivel:** 163 m
- **Dificultad:** Media
- 42.941256, -3.000810

B2. SENDA DE LA DEHESA DEL AGUA. VARIANTE DEL PUERTO DE ORDUÑA. Monumento Natural de Monte Santiago.

En esta ruta circular de unos 17 kilómetros y de dificultad moderada, recorreremos el espacio natural de Monte Santiago. Desde el aparcamiento Dehesa del Agua la senda señalizada se interna en un bosque de pino silvestre, hayas y acebos hasta una amplia pradería. La ruta conduce a una balsa artificial desde donde nos dirigimos primero hasta el Pico del Fraile y más adelante hacia la ermita de la Virgen de Orduña, donde disfrutamos de la panorámica del valle de Orduña, seguimos un tramo junto al acantilado hasta adentrarnos en el hayedo que nos lleva hacia la balsa de agua del inicio del recorrido.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-de-la-dehesa-del-agua-variante-del- puerto-de-orduna

- **Inicio y Fin:** Aparcamiento de Dehesa del Agua
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 17,42 km
- **Desnivel:** 369 m
- **Dificultad:** Media
- 42.955301, -3.024780

B3. SENDA DEL VENTANÓN. Monumento Natural de Ojo Guareña.

En un primer tramo, el sendero discurre por una ladera cubierta por encinas, nos acerca hasta el espectacular puente natural "El Ventanón". Desde allí descendemos por una pista hasta la localidad de Villamartín. En el desafiante cortado rocoso descubrimos El Ventanón, impresionante arco natural de 30 m de ancho y 20 m de alto. Su origen se debe al paso de una antigua conducción de agua que con el transcurso de los siglos disolvió la caliza. Hoy, a través de este capricho de la naturaleza observamos los montes del Somo y la Merindad de Valdeporres.
Villamartín conserva una arquitectura popular vinculada a las labores del campo.

https://patrimonionatural.org/senderos/el-ventanon

- **Inicio y Fin:** Aparcamiento del Alto de la Concha (Cuevas de Ojo Guareña)
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 10,34 km
- **Desnivel:** 280 m
- **Dificultad:** Baja
- 43.034105, -3.664605

B4. SENDA ENTRE DESFILADEROS. Monumento Natural de Ojo Guareña.

Entre Desfiladeros es una sorprendente ruta circular, de escasa dificultad técnica, que parte de la Casa del Parque de Ojo Guareña, en Quintanilla del Rebollar. Los ríos y arroyos, de la cercana Cordillera Cantábrica, se han abierto paso entre estos desfiladeros para continuar su curso hacia el Nela. El paseo discurre por un bonito entorno natural entre desfiladeros y atraviesa las localidades de Hornillalatorre y Cornejo.

https://www.lasmerindades.com/es/ruta/prc-bu-40-entre-desfiladeros

- **Inicio y Fin:** Casa del Parque, en Quintanilla del Rebollar
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 11,80 km
- **Desnivel:** 239 m
- **Dificultad:** Baja
- 43.057378, -3.627939

B5. LOS ALTOS DE VALDIVIELSO. Parque Natural Hoces del Alto Ebro y Rudrón.

Se trata de una ruta circular que une las localidades de Porquera de Butrón con Tubilleja pasando después por Quintanilla – Colina. Se recomienda realizarla en este orden destacando las magníficas vistas del Valle de Zamanzas, al igual que de la Sierras de Albufera y Cielma. En la vuelta del recorrido nos encontramos con espectaculares bosques de roble y haya.

http://geoparquelasloras.es/wp-content/uploads/2016/04/Recorridos-P.N.-Hoces-Alto- Ebro-y-Rudr%C3%B3n.pdf

- **Inicio y Fin:** Porquera Tubilleja
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 31,9 km
- **Desnivel:** 468 m
- **Dificultad:** Media
- 42.851324, -3.715213

B6. SENDERO DE EL PIQUILLO. Parque Natural Lagunas Glaciares de Neila.

El sendero circular discurre en su mayor parte sobre antiguos caminos o sendas de pequeña anchura. El recorrido se inicia en Neila y asciende hasta la pradera de los Campillos dónde se bifurca. Tomando el camino de la vereda Iruela, el sendero recorre robledales, hayedos y pinares de Silvestre y zonas de pastizales. A lo largo del recorrido se obtienen magníficas vistas del pico Urbión, Cabeza Herrera o del Pico Tres Provincias. Alcanzado el Valle de la Cerrada se desciende hasta el paraje del Piquillo. El regreso hacia Neila se realiza por el barranco de Valdehesa.

https://patrimonionatural.org/ficheros/folletosendadelpiquillopdf291011_091323.pdf

- **Inicio y Fin:** Neila
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 9,7 km
- **Desnivel:** 345 m
- **Dificultad:** Media
- 42.061702, -2.999761

B7. SENDERO DE LAS LAGUNAS. Parque Natural Lagunas Glaciares de Neila.

El sendero comienza en el aparcamiento de las lagunas de Neila con un recorrido circular junto a la laguna de la Cascada, la ruta ofrece unas espectaculares vistas de todas las lagunas glaciares (Negra, Larga, Brava y de las Pradillas) y de las sierras de la Demanda y Urbión. Cuenta con algunos tramos de dificultad alta no apta para todos los públicos. Destacamos las magníficas vistas del alto de la Campiña y de los entornos naturales como la zona de La Cascada o la turbera flotante sobre la laguna Larga.

https://patrimonionatural.org/senderos/sendero-de-las-lagunas-de-neila

- **Inicio y Fin:** Aparcamiento Lagunas de Neila
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 8 km
- **Desnivel:** 404 m
- **Dificultad:** Media-Alta
- 42.045868, -3.035154

B8. SENDA AGUA Y ROCA. Del Ebro a los Obarenes.

Destacamos este sendero de gran recorrido, que une los Montes Obarenes con el río Ebro. Discurre por pistas forestales, caminos y sendas, que permiten al caminante disfrutar de la gran variedad de paisajes que nos ofrece esta zona. Son dignos de mención sus bosques de hayas, encinas y quejigos, así como sus atractivos cañones y desfiladeros. El sendero permite también conocer una comarca que se remonta a los primeros tiempos de la prehistoria, circunstancia que ha desarrollado un rico patrimonio cultural.

http://senderismocastillayleon.com/gr/gr-291-agua-rocadel-ebro-los-obarenes/

- **Inicio:** Santa Gadea del Cid
- **Fin:** Pancorbo
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 61 km (en 3 etapas)
- **Desnivel:** 218 m
- **Dificultad:** Media
- 42.715093, -3.058493

B9. CAMINOS DE MEDINA.

Este sendero de gran recorrido se ha diseñado sobre caminos históricos. Partiendo de Medina de Pomar, el sendero se dirige hacia la ribera del Nela y, pasado el pueblo de Miñón, cruza el rio Trueba en Santurde. De allí se dirige y atraviesa diferentes localidades pasando por la Sierra Pelada, dirección a Návagos. Después el sendero continúa hacia Paresotas y Perex de Losa, llegando finalmente a Gobantes. El último tramo de vuelta a Medina pasa por Quintanamacé, Rosales y San Martín de Mancobo, retornando al punto de inicio por el barrio de San Esteban. La ruta cuenta con un gran número de puntos de interés.

https://www.lasmerindades.com/es/ruta/gr-186-caminos-de-medina

- **Inicio y Fin:** Medina de Pomar
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 74 km (en 4 etapas)
- **Desnivel:** 1.550 m
- **Dificultad:** Media
- 42.929079, -3.480561

B10. RUTA LAS SALINAS DE POZA.

Este itinerario nos adentra en el diapiro de Poza de la Sal. La ruta parte con una fuerte ascensión al corazón del diapiro, que es un fenómeno geológico que consiste en el afloramiento a la superficie de grandes masas salinas. Se pasa junto a algunas antiguas granjas, que conservan los restos de los pozos y eras, hasta alcanzar el almacén de la Magdalena. Un camino carretero bordea el Castellar y conduce hasta el almacén de Trascaso. Tras pasar por el castillo, el recorrido regresa a su inicio.

http://senderismocastillayleon.com/sendero/prc-bu-67/

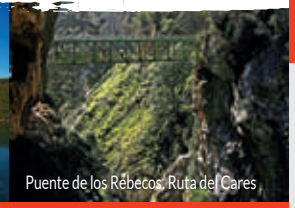
- **Inicio y Fin:** Poza de la Sal
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 5 km
- **Desnivel:** 215 m
- **Dificultad:** Media
- 42.673412, -3.513067

León

Parque Natural Babia y Luna

Vista desde el Pico Mampodre hacia Riaño

Monumento Natural Lago de Truchillas


Puente de los Rebecos. Ruta del Cares

Con cinco espacios naturales protegidos y siete reservas de la biosfera, la mayor concentración del mundo, recorrer la provincia de León es descubrir lo que es disfrutar al máximo de la naturaleza.

En **Picos de Europa. Parque Nacional**, déjate impresionar por las mayores cumbres de nuestra región: Torre Cerredo, el Llambrión, Torre Blanca y la Peña Santa de Castilla. Las cuatro superan los 2.500 metros de altura. Adéntrate en los pasadizos tallados en la roca y disfruta de las vistas de sus cortados en la **Garganta del Cares, uno de los lugares de mayor interés paisajístico de la Península**, el punto de partida de la ruta es la aldea de Caín.

Al sur se alza el **Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre**, donde descubrirás en su **hábitat osos, rebecos y urogallos**.

Valles de Babia y Luna. Parque Natural, **disfruta de un paisaje de montaña de altura**, casi la mitad del espacio supera los 1.500 m y alcanza su cota máxima, los 2.417 m en Peña Ubiña. Los contrastes entre las encrespadas crestas calizas y los suaves y verdes fondos de los valles, con varios espectaculares desfiladeros, harán las delicias de tu viaje.

Si quieres saber lo que es un circo glaciar, tienes que recorrer el **Monumento Natural Lago de la Baña**. El perfecto circo glaciar rodea al lago, rematado por las altas cumbres de Peña Trevinca y Peña Surbia, de más de 2.000 m de altura. Destaca la **enorme y bien conservada morrena glaciar.**

Presidido por los 2.122 metros de altitud del pico Vizcodillo, máxima altura de la sierra de la Cabrera, se extiende el **Monumento Natural Lago de Truchillas**, un paisaje que te enamorará por los bosquetes mixtos de abedules, tejos, acebos y serbales, el reflejo en sus aguas de las laderas cubiertas de matorral y la riqueza de su fauna, con **el más raro de los mamíferos continentales: el desmán ibérico.**

En el Bierzo, al noroeste de los montes Aquilanos y junto al valle del río Sil, se encuentra el **Monumento Natural las Médulas**, sin duda es la mina de oro más grande excavada por los romanos en todo su imperio. Los 300 millones de metros cúbicos extraídos para el lavado del mineral han configurado con el paso del tiempo y la erosión **uno de los parajes histórico-arqueológicos con más valor y belleza de España**, declarado Patrimonio Mundial en 1997.

Más información *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

Propuesta de senderos

L1. SENDA PERIMETRAL. Monumento Natural Las Médulas.

Este itinerario comprende los municipios de Borrenes, Carucedo y Puente de Domingo Flórez. Se recomienda comenzar en el pueblo de Orellán, aunque también hay otros accesos junto a la Casa del Parque de Carucedo. Desde Orellán se asciende hacia el mirador, lugar ideal para contemplar el paisaje de Las Médulas. Cruzando el depósito de la Horta se llega al Canal de Peña Escribida, desde donde el camino se dirige hacia el área recreativa de Braña. En el Mirador de las Pedrices, se obtiene una panorámica del sector occidental de la mina de oro. Finalmente, se desciende hasta el pueblo de Las Médulas, desde donde se inicia la senda en ascenso hasta Orellán.

https://patrimonionatural.org/espacios-naturales/monumento-natural/monumento-natural-las-medulas

- **Inicio y Fin:** Las Médulas u Orellán, indistintamente
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 10,5 km
- **Desnivel:** 404 m
- **Dificultad:** Media
- 42.461339, -6.767361

L2. SENDA DE LOS ZUFREIROS DEL FRADE. Monumento Natural Las Médulas.

La ruta se inicia por una pista forestal ubicada entre Carucedo y La Barosa. El ramal de la derecha nos lleva hacia un ligero ascenso a través de un denso matorral de encinas y madroños. Se continúa hacia un tramo de menor pendiente con impresionantes vistas de los montes de Aspara y El Frade, donde se pueden ver alcornoques entre la espesa masa de encinas. El tramo final transcurre junto al área recreativa antes de llegar a los formidables alcornoques denominados "Zufreiros del Frade", de porte excepcional.

https://patrimonionatural.org/espacios-naturales/monumento-natural/monumento-natural-las-medulas

- **Inicio y Fin:** Lago de Carucedo
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 5,5 km (ida y vuelta)
- **Desnivel:** 188 m
- **Dificultad:** Baja
- 42.493242, -6.792684

L3. SENDA DE FUENTES DEL SIL. Parque Natural Babia y Luna.

El itinerario tiene su comienzo y final en la localidad de La Cueta de Babia, uno de los pueblos con mayor altitud en la provincia de León. Partiendo del aparcamiento situado a la entrada del pueblo, se atraviesa el núcleo de La Cueta para salir por una pista forestal que discurre a orillas del río Sil. Transcurre por gargantas con pendientes pronunciadas y las praderas de Cebolledo, desde donde se asciende hasta la majada y chozo de Covalancha. En el regreso podemos admirar la maravillosa panorámica del valle del Tremeo y la laguna de Las Verdes.

https://patrimonionatural.org/casas-del-parque/casas-del-parque/casa-del-parque-de-babia-y-luna

- **Inicio y Fin:** La Cueta de Babia
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 13 km
- **Desnivel:** 450 m
- **Dificultad:** Media-Alta
- 43.013681, -6.187263

L4. SENDA DE LAS NAVES EL PANAZAL. Parque Natural Babia y Luna.

El trayecto une las localidades de San Emiliano y Villafeliz de Babia y atraviesa los pastizales del Puerto de Pinos y el valle del arroyo del Puerto. Desde San Emiliano se asciende hacia la peña Castro a los pies de la sierra de los Grajos, con un paisaje de relieve kárstico. Tras el paraje de Naves, se asciende hacia la vega de Gorgoberos y se desciende hacia la majada de Los Navares. La vega del Panazal es un valle en el que se forman terrazas fluviales por la erosión del río y desemboca en una garganta que nos lleva al manantial de La Loba, cerca ya del final de la ruta.

https://patrimonionatural.org/casas-del-parque/casas-del-parque/casa-del-parque-de-babia-y-luna

- **Inicio:** San Emiliano y Villafeliz de Babia
- **Fin:** Villafeliz de Babia y San Emiliano
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 16,3 km
- **Desnivel:** 560 m
- **Dificultad:** Media-Alta
- 42.971022, -6.000802

L5. CAÑADA REAL LEONESA ORIENTAL. Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre.

El recorrido se inicia atravesando la localidad de Prioro por la Calle Real y la de la Trashumancia y continuando por una pista hacia la vega del Cea, que solapa su trazado al de la Cañada Real Leonesa Oriental. Tras el primer desvío, encontramos las ruinas de un canal de agua que alimentaba un aserradero hidráulico. El ascenso termina al encontrar la pista que nos conduce hasta las inmediaciones de la ermita del Pando. Encontramos bosques de conglomerado y robles y en el collado de Pando Viejo, el tramo de la antigua calzada de posible origen romano.

https://patrimonionatural.org/senderos/canada-real-leonesa-oriental

- **Inicio:** Prioro
- **Fin:** Collado del Pando Viejo
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 4 km
- **Desnivel:** 313 m
- **Dificultad:** Media
- 42.8943223, -4.96305

L6. SENDA MONTE RANEDO. Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre.

La ruta comienza en Lario, frente a la Casa del Parque de Valdeburón. Un tramo de carretera local nos lleva a las proximidades de Polvoredo, donde la ruta se desvía hacia la Peña del Prao Las Cortinas, un amplio pastizal desde donde se divisan espinos albares, piornales y bosque. Desde La Collada se ve una panorámica del valle de Pedroya. Atravesando un hayedo, una suave pendiente nos conduce hacia la solana del valle de Hornedo. En una pradera se ha realizado una recreación de un chozo de pastores con su corral. El paseo por el Monte Ranedo nos conduce hacia la vega del Esla, iniciando después el descenso hacia Lario.

https://patrimonionatural.org/senderos/monte-ranedo

- **Inicio y Fin:** Lario (Casa del Parque Valdeburón)
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 6,4 km
- **Desnivel:** 225 m
- **Dificultad:** Baja
- 43.040920, -5.090474

L7. ARQUITECTURA POPULAR SAJAMBRE. Parque Nacional Picos de Europa.

El recorrido pone en valor la arquitectura tradicional de la zona, entre los que el hórreo es uno de los elementos más interesantes. Se proponen tres recorridos en los que el punto de inicio es Oseja de Sajambre. El primero recorre el tradicional Camino Real de Sajambre a través de Vierdes y Pío, dos pueblos que conservan casas portaladas tradicionales y algún hórreo. El segundo ramal transita hacia Ribota, que se distingue por la buena conservación de su caserío de piedra y su conjunto de hórreos. Y el tercer ramal, el más largo, revela impresionantes miradores naturales en el valle y continúa la Senda del Arcediano hasta Soto de Sajambre, donde encontramos casas corredor, la escuela-museo y los lavaderos.

https://parquenacionalpicoseuropa.es/wp-content/uploads/2020/07/arquitectura-popular-sajambre.pdf

- **Inicio y Fin:** Oseja de Sajambre (Centro Visitantes La Fonseya)
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 8,5 km
- **Desnivel:** 600 m
- **Dificultad:** Media
- 43.136497, -5.038187

L8. ARQUITECTURA POPULAR VALDEÓN. Parque Nacional Picos de Europa.

La ruta se inicia en Posada de Valdeón y continúa por Soto y Caldevilla, donde, además de custodiar los hórreos más antiguos de la montaña oriental leonesa, destacan la capilla del Carmen y la iglesia de San Pedro. El segundo ramal se encamina hacia Cordiñales, que atesora edificaciones tradicionales y un viejo molino. Transcurre por el camino del Busto y comparte un tramo con la ruta del Cares. El tercer ramal transcurre por Prada y Santa Marina, localidades que conservan diferentes tipos de casas tradicionales, así como un importante conjunto de hórreos.

https://parquenacionalpicoseuropa.es/wp-content/uploads/2020/07/arquitectura-popular-valdeon.pdf

- **Inicio y Fin:** Posada de Valdeón
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 8,2 km
- **Desnivel:** 324 m
- **Dificultad:** Baja
- 43.142668, -4.938007

L9. RUTA DEL LAGO DE LA BAÑA. Monumento Natural del Lago La Baña.

El trayecto comienza a 2 km del pueblo de La Baña, por una pista de tierra que se desvía a la izquierda de la carretera del puerto de Fonte da Cova. Se desciende hasta la confluencia de varios ríos que dan origen al río Cabrera. En la subida se disfruta de las magníficas vistas de la charca conocida como La Laguna. El camino forestal da paso a laderas de piornos y brezos y nos conduce hacia la pista forestal en la que destaca un pintoresco abedul con forma de candelabro junto a un merendero. El valle destaca por apreciables ejemplos de morfología glaciar, cerrado por un circo de montañas de más de 2000 m y que alberga a sus pies el lago.

https://patrimonionatural.org/senderos/sendero-lago-de-la-bana

- **Inicio y Fin:** La Baña (N-126, Km 57,5)
- **Recorrido:** Lineal, ida y vuelta
- **Longitud:** 4 km (ida y vuelta)
- **Desnivel:** 100 m
- **Dificultad:** Baja
- 42.266554, -6.739658

L10. RUTA DEL LAGO DE TRUCHILLAS. Monumento Natural del Lago de Truchillas.

El aparcamiento situado a 1,5 km de Truchillas, junto al puente sobre el río Lago, marca el punto de salida de la ruta, que continúa junto al río, protegido por bosquetes de abedul, aliso y roble. Tras el ascenso hacia la "Cuesta Millín", se accede a un valle de praderas. Al llegar a la "Llama de los Cochinos", en la que se ven antiguos chozos, al ser antigua zona de pastos, el camino se abre paso hacia la vista del lago. El lago de Truchillas alberga especies únicas y en sus aguas todavía podemos encontrar truchas, nutrias y desmanes.

https://patrimonionatural.org/senderos/sendero-lago-de-truchillas

- **Inicio y Fin:** Truchillas (aparcamiento a 1,5 km del pueblo)
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 11 km (ida y vuelta)
- **Desnivel:** 554 m
- **Dificultad:** Media
- 42.230163, -6.476069

Palencia

Cañon de la Horadada - Las Loras

Covalagua

Parque Natural Montana Palentina

Vista dede el Pico Curavacas-Vidrieros-Fuentes Carrionas

Sendas, rutas cicloturistas, montañismo invernal, escalada, avistamiento de aves, la montaña palentina te dejará huella.

Descubre el singular relieve a base de fantásticas crestas de más de 2.500 metros de altura, impresionantes precipicios y profundos valles del **Parque Natural Montaña Palentina**. **Recorre los ríos que la atraviesan hasta llegar a sus fuentes**, tan aisladas que incluso es posible descubrir en ellas las **huellas de osos pardos**. El primero de ellos nace en el corazón más escarpado de la montaña –la laguna de Fuentes Carrionas-. El Pisuerga brota de una zona –Fuente Cobre- de más suavidad paisajística.

Déjate sorprender por el **único Geoparque Mundial reconocido por la Unesco en Castilla y León**, el **Geoparque Mundial Unesco Las Loras**. Su territorio ocupa parte del norte de las provincias de Burgos y Palencia incluyéndose en él la zona occidental del parque natural de las hoces del alto Ebro y Rudrón, la zona de especial protección para las aves de Humada Peña Amaya, en la parte burgalesa, y los monumentos naturales y paisajes protegidos de Covalagua y las Tuerces, en la palentina.

Sus espectaculares paisajes son su seña de identidad. Las loras son enormes páramos calizos de más de 1.000 m de altitud que se elevan como fortalezas. Rodeadas éstas por profundos valles excavados por el Ebro, el Pisuerga o el Rudrón otorgan a este territorio de una gran variedad de ecosistemas y restos arqueológicos que dan paso a la Cordillera Cantábrica.

Te impresionarán los procesos cársticos que han ocurrido y que siguen produciéndose, en los estratos de caliza, y que han dado como resultado un catálogo de formaciones rocosas y cavidades de una gran belleza. Los anteriormente citados **Monumentos Naturales de las Tuerces y Covalagua son dos de los lugares más importantes de España para poder disfrutar de estos paisajes tan singulares**.

Al noroeste, se encuentran el **Paisaje Protegido de Covalagua y el Monumento Natural de la Cascada de Covalagua**, destacan sus dolinas, lapiaces, simas, cuevas y surgencias. Descubre en su interior la **famosa cueva de los Franceses**. Cerca de Covalagua se localiza el Conjunto Histórico de Aguilar de Campoo.

Las Tuerces formadas por el **Paisaje Protegido de Las Tuerces y el Monumento Natural del Laberinto de las Tuerces** están situadas en las estribaciones más occidentales de los páramos de Las Loras. Forman un laberinto en el que se alternan grandes bloques de formas caprichosas. **Gigantescas setas pétreas, puentes y arcos naturales, callejones y covachuelas que dan lugar a un encantado paisaje que invita al paseo y a la contemplación**.

Más información *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

Propuesta de Senderos

P1. RUTA POR LA LAGUNA DE LA NAVA. Espacio Natural Laguna de la Nava.

El Humedal de la Nava se encuentra en la carretera local que une Mazariegos y Fuentes de Nava. En la Casa del Parque de La Laguna nos explicarán la historia de este humedal, su importante ecosistema y la ruta sugerida. Tiene 420 has y zonas de conservación y protección para las aves, actualmente es una laguna artificial que fue recuperada hace más de una década. Denominada en el pasado "El Mar de Campos" es una cita ineludible para cualquier amante del turismo ornitológico.

www.avespalencia.org/index.php/turismo-ornitologico/rutas-ornitologicas-en-tierra-de-campos

- **Inicio y Fin:** Fuentes de Nava
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 5,7 km
- **Dificultad:** Baja
- 42.060189, -4.748468

P2. SENDA DE FUENTE COBRE-NACIMIENTO RÍO PISUERGA. Parque Natural Montaña Palentina.

Es uno de los más frecuentados de la Montaña Palentina. Se inicia en el aparcamiento de Santa María de Redondo para realizar un hermoso recorrido a través del Valle de Redondos, para adentrarnos en bosques de paseo muy agradable entre rebollos, robles, hayas, ... Al llegar a un claro en las cercanías de un antiguo chozo de pastores, tomamos el sendero de la derecha para llegar a la Fuente o Cueva Cobre. Sólo la cavidad inicial de la cueva es visitable, el interior requiere conocimientos o equipo espeleológico.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-de-fuente-cobre

- **Inicio y Fin:** Santa María de Redondo
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 13 km
- **Desnivel:** 400 m
- **Dificultad:** Media
- 42.991648, -4.428119

P3. SENDA DE LAS LAGUNAS DE LAS LOMAS. Parque Natural Montaña Palentina.

Esta senda nos lleva al Pozo de las Lomas, laguna de origen glaciar cuaternario situada a 2080 m, en una ruta de gran interés paisajístico, en el que el senderista además de disfrutar con la visión de la laguna recorrerá una zona de montaña con vistas a espectaculares cumbres, tales como las agujas de Cardaño o el Curavacas. En cuanto a la vegetación, predominan las praderas de alta montaña y zonas de matorral (brezos, genistas, escobas). El punto de partida se sitúa en el aparcamiento ubicado en Cardaño de Arriba.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-de-la-laguna-de-las-lomas

- **Inicio y Fin:** Cardaño de Arriba
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 12 km
- **Desnivel:** 640 m
- **Dificultad:** Media-Alta
- 42.9711027,-4.7569435

P4. SENDA DE LA TEJEDA DE TOSANDE. Parque Natural Montaña Palentina.

La Tejeda de Tosande es un rincón de ensueño en la Montaña Palentina. Se trata de una de las concentraciones de tejos más destacadas de la Península Ibérica y de Europa Occidental. Sobresale por la abundancia de ejemplares muchas veces centenarios, con incluso 1,5 m de diámetro y más de 15 m de altura. Realizar este recorrido, es descubrir bosques mágicos, comenzando por un encinar mediterráneo, que da paso a un robledal para, en la parte alta, adentrarnos en un hayedo, en el que se encuentra la citada tejeda.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-de-la-tejeda-de-tosande

- **Inicio y Fin:** Dehesa de Montejo
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 10,5 km
- **Desnivel:** 200 m
- **Dificultad:** Media
- 42.825387, -4.516822

P5. SENDA DEL BOSQUE FÓSIL. Parque Natural Montaña Palentina.

Este sendero nos lleva al yacimiento conocido como el bosque fósil. Una pared de arenisca en la que aparecen impresos los restos de un bosque costero de hace más de 300 millones de años, considerado como uno de los más importantes en su género en España. Además, discurre por un bosque caducifolio, donde destacan los robles albares, rebollos, acebos, ... y cuenta con tres miradores, el de Peña Celada, el del Bosque y el de La Pernía, desde los que disfrutaremos de panorámicas de la montaña palentina. Experiencia apta para familias.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-del-bosque-fosil

- **Inicio y Fin:** Verdeña
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 3 km
- **Desnivel:** 120 m
- **Dificultad:** Baja
- 42.941469, -4.461132

P6. SENDA DEL ESCULTOR "URSI". Parque Natural Montaña Palentina.

Este sendero homenajea al escultor palentino Ursicino Martínez, "Ursi", en el que se aúna arte y naturaleza. La ruta discurre en pleno Valle de Santullán entre bosques, miradores y originales esculturas, mientras disfrutamos de las vistas de la cuenca del Duero y la Montaña Palentina. Desde el parking de Villabellaco avanzamos hasta el Santuario de Ntra. Señora del Carmen, para atravesar un área recreativa y adentrarnos en un bosque de rebollos hasta el Alto de los Castillos, iniciamos el descenso, atravesamos la carretera de Perapertú y Valle de Santullán deleitándonos con su belleza, abandonamos el pueblo descendiendo hasta alcanzar la iglesia de San Pedro.

https://museoursi.com/?page_id=102

- **Inicio y Fin:** Villabellaco
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 11 km
- **Desnivel:** 300 m
- **Dificultad:** Media
- 42.892537,-4.3114677

P7. SENDA DEL OSO. Parque Natural Montaña Palentina.

La Senda del Oso palentina es un itinerario señalizado circular con más de 12 km de sendero uniendo las localidades de Cervera de Pisuerga, Arbejal y los parajes de Peña del Oso y Peñas Negras, contando con un tramo accesible. Un panel informativo, situado junto al puente de San Roque, en la salida de Cervera de Pisuerga por la C-627, nos señala el inicio de nuestro recorrido. Esta ruta nos muestra lugares increíbles como el Chozo del Tremedal, el Mirador del Portillo de Carro y el de las Matas, el embalse de Requejada, el monumento al oso, Piedras Negras, ...

https://www.cerveradepisuerga.eu/rutas-detalle.php?idRuta=8

- **Inicio y Fin:** Cervera de Pisuerga
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 12,2 km
- **Desnivel:** 270 m
- **Dificultad:** Media
- 42.869935, -4.498735

P8. SENDA DEL ROBLÓN DE ESTALAYA. Parque Natural Montaña Palentina.

Esta senda nos lleva al Roblón de Estalaya, también conocido como "el Abuelo", un ejemplar de roble albar (Quercus petraea), con más de 800 años, un perímetro de más de 10 m y una altura superior a los 17 m, lo que le convierte en uno de los árboles de mayor tamaño de Castilla y León. El sendero discurre por un bosque caducifolio, donde destacan los robles albares, hayas, rebollos, acebos, ...; y praderas abiertas desde las que disfrutaremos de panorámicas de las cumbres de la montaña palentina y el embalse de Requejada. Recorrido apto para familias.

https://www.cerveradepisuerga.eu/rutas-detalle.php?idRuta=4

- **Inicio y Fin:** Carretera Vañes
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 4,6 km
- **Desnivel:** 125 m
- **Dificultad:** Baja
- 42.924446,-4.471898

P9. SENDA DE LA CASCADA DE MAZOBRE. Parque Natural Montaña Palentina.

Este itinerario discurre paralelo al Arroyo Mazobre, por un camino cómodo y con algún desnivel. En sus poco más de 3 km de recorrido podremos ver la cara norte del hermoso pico Espigüete, para llegar a un mirador desde donde contemplar una hermosa Cascada. Desde el mirador parte un pequeño sendero que desciende hasta la misma base de la cascada. La época ideal para hacer la ruta es primavera, con el deshielo, para contemplar la cascada en pleno esplendor. El inicio de la ruta está en un aparcamiento que se encuentra en Pino Llano.

https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/senda-de-la-cascada-de-mazobre-montana-palentina-3275675

- **Inicio y Fin:** Cardaño de Abajo
- **Recorrido:** Lineal, ida y vuelta
- **Longitud:** 6,6 km
- **Desnivel:** 320 m
- **Dificultad:** Baja
- 42.951036,-4.761576

P10. SENDA DEL GIGANTE DEL VALLE ESTRECHO. Parque Natural Montaña Palentina.

El Gigante del Valle Estrecho es el protagonista de una leyenda que invita a recorrer los altos de una sierra conocida como Peñalbilla, que separa el Valle Estrecho del Valle del Arroyo Agueros donde se encuentra Santibáñez de Resoba. El recorrido de la senda, que discurre a unos 1400 metros de altitud, permite contemplar panorámicas de estos valles, sus pueblos y sus ríos, extensos bosques de roble y haya y las principales elevaciones de su entorno, como Peña Redonda, Peña Escrita o Santa Lucía. La senda se divide en dos tramos claramente diferenciados.

https://patrimonionatural.org/senderos/senda-del-gigante-del-valle-estrecho

- **Inicio y Fin:** Santibáñez de Resoba
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 4,4 km
- **Desnivel:** 113 m
- **Dificultad:** Baja
- 42.905555, -4.627777

Salamanca

Cascada. Parque Natural Las Batuecas-Sierra de Francia

Senda de los Castaños Centenarios

Vista de los Arribes del Duero

Vistas desde la Peña de Francia

La provincia de Salamanca atesora algunos de los pueblos y paisajes más bellos y singulares de España. Las Arribes y las Batuecas son espacios de gran interés en esta región.

El Parque Natural de las Arribes del Duero es un espacio natural privilegiado en uno de los cañones más **profundos y extensos de la Península Ibérica**, en el que destaca una rica y variada flora y fauna, como el alimoche, especie emblemática, y una importante presencia de rapaces, entre las que sobresale el águila real, el águila perdicera, el halcón peregrino y el búho real. El relieve pertenece al zócalo paleozoico.

Adéntrate en Las Arribes y contempla sus bellos y escabrosos paisajes formados por los ríos Duero, Huebra y Uces. En el cañón de este último, descubrirás **una de las cascadas más espectaculares de toda la península: el Pozo de los Humos**, donde el agua cae desde una altura superior a los 40 metros.

Te proponemos que admires el paisaje desde sus miradores, como el Mirador de Peña La Vela, al que podrás llegar desde el aparcamiento por una ruta conocida como la Ruta de los Contrabandistas, una singular forma de interpretar el territorio a través de las rutas de contrabando y de conocer una parte romántica de la historia no escrita.

Visita las localidades de Aldeadávila de la Ribera, San Felices de los Gallegos o Vilvestre. Desde Aldeadávila de la Ribera y Vilvestre, podrás realizar un crucero en barco al corazón de Las Arribes.

El Parque Natural de Las Batuecas-Sierra de Francia te revelará un valle secreto, protegido por montañas, en el que disfrutar de un verdadero jardín botánico en el que están representadas todas las especies del mundo mediterráneo. Un lugar donde han encontrado refugio algunas especies de fauna ibérica, como la cabra montés, el corzo, el jabalí, ... Además de valiosas pinturas rupestres del Neolítico que se descubren en las cuevas y abrigos del valle. Un espacio **repleto de leyendas, en el que disfrutar de la cultura y el patrimonio de pueblos** como La Alberca, Mogarraz, Miranda del Castañar, San Martín del Castañar, Sequeros o Villanueva del Conde.

En lo más profundo del valle está enclavado el convento carmelita de San José. De su puerta parte un recorrido a pie que se dirige hacia las cascadas del chorro y que permite conocer de primera mano las bellezas paisajísticas de las Batuecas.

Más información *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

Propuesta de Senderos

SA1. CAMINO DE LAS RAÍCES (CAMINOS DE ARTE EN LA NATURALEZA). Sierra de Francia.

La Alberca cuenta con un interesante recorrido senderista llamado "El Camino de las Raíces", se trata de una de las propuestas de Caminos de Arte en la Naturaleza. El camino, marcado por las huellas de la memoria, atraviesa espacios donde se puede apreciar la presencia humana a través de signos en el paisaje que reflejan la vida de sus habitantes a través de 6 obras de "Land Art". Cuenta con puntos de especial interés como la ermita de Majadas Viejas, los restos de la ermita de San Marcos y la laguna del mismo nombre. El tiempo aproximado de realización es de 2 h 45 min.

http://www.salamancaemocion.es/es/que-hacer/actividades-en-la naturaleza/senderismo/camino-de-las-raices

- **Inicio y Fin:** La Alberca
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 8 km
- **Desnivel:** 162 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.487538, -6.105264

SA2. CAMINO DEL HIERRO. Parque Natural Arribes del Duero.

El Camino de Hierro es un recorrido peatonal que discurre por un tramo de línea férrea cerrada al tráfico, que conjuga la grandiosidad de la ingeniería civil más representativa del siglo XIX con una naturaleza privilegiada, ya que se encuentra en pleno parque natural de las Arribes del Duero.
El recorrido empieza por los paseos laterales de la vía y atraviesa una sucesión de túneles y puentes que nos permiten ver los impresionantes cortados y el cauce del río Águeda, que desemboca en el Duero, finalizando el itinerario en el único muelle fluvial de Castilla y León. Requiere reserva previa.

https://www.caminodehierro.es/

- **Inicio:** Estación de La Fregeneda
- **Fin:** Muelle de Vega Terrón
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 17 km (opción ruta reducida 8 km)
- **Desnivel:** Solo de bajada, 330 m
- **Dificultad:** Media
- 40.989276, -6.837019

SA3. MONFORTE DE LA SIERRA- MIRANDA DEL CASTAÑAR. Parque Natural de Las Batuecas-Sierra de Francia.

El sendero comienza en Monforte de la Sierra y discurre entre cerezos, viñas y olivos hasta el río Milano, que atravesamos por un pequeño puente de piedra. Junto al río vemos vegetación de ribera como fresnos, avellanos y alisos que dan paso a bosques con predominancia de robles, castaños y madroños. El itinerario finaliza en el hermoso pueblo de Miranda del Castañar, declarado Conjunto Histórico.

https://patrimonionatural.org/ficheros/caminocepeda-monfortedelasierrapdf031011_184531.pdf

- **Inicio:** Monforte de la Sierra
- **Fin:** Miranda del Castañar
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 6,8 km
- **Desnivel:** 323 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.4831934, -6.0562089

SA4. SENDA ACCESIBLE "VALLE DE BATUECAS". Parque Natural de Las Batuecas-Sierra de Francia.

Desde el aparcamiento una pasarela de madera suspendida junto al río Batuecas lleva a los visitantes hasta el Monasterio de las Batuecas, donde finaliza el recorrido. El monasterio es de clausura estricta y no puede ser visitado.
Durante el itinerario, dos puentecillos atraviesan las cristalinas aguas del río y vamos encontrando paneles informativos sobre la flora y fauna del lugar, en la que destacan las alisedas, los alcornoques, madroños y el sotobosque de piorno serrano, lavanda, jara y brezo. En cuanto a la fauna podemos encontrar cabra montés, mirlo acuático, salamandra, trucha común y bermejuela.

http://www.salamancaemocion.es/es/que-hacer/actividades-en-la-naturaleza/senderismo/senderismo-accesible

- **Inicio:** Parking 1. Ctra. La Alberca-Las Mestas
- **Fin:** **Monasterio de San José de las Batuecas**
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 1,5 km
- **Desnivel:** 25 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.454123, - 6.13482

SA5. SENDA DE LOS CASTAÑOS CENTENARIOS "RUTA ACCESIBLE". Parque Natural de Las Batuecas-Sierra de Francia.

Se trata de una senda ideal para personas con discapacidad física, familias o personas mayores. Parte del Área Recreativa de El Casarito, en pleno parque natural de Sierra de Francia-Batuecas. Los senderos son pistas de hormigón impreso y terrizos compactados, con un desnivel inferior al 7%, así como algunas plataformas de madera. Adentrándonos en la ruta podemos encontrar ejemplares de roble rebollo, castaños de más de 500 años, helechos, majuelos, brezo, musgos, ... Cada 200 metros aprox. encontramos bancos para poder descansar y disfrutar de los sonidos de la naturaleza, así como paneles interpretativos sobre la flora y la fauna.

https://www.turismosierradefrancia.es/docs/Senda-de-los-Castanos-Centenarios.pdf

- **Inicio y Fin:** Área Recreativa El Casarito
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 1,6 km
- **Desnivel:** 20 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.521733, -6.138123

SA6. SENDA DEL DUERO. Parque Natural Arribes del Duero.

Esta ruta abarca el último tramo de la Senda del Duero por el territorio de Arribes del Duero en Salamanca. Puede realizarse en dos o tres etapas, tomando como referencia las poblaciones de Hinojosa y/o La Fregeneda. Son muchos los atractivos: los bosques de encinas del entorno, las desembocaduras de los ríos Huebra y Águeda y las cascadas "cachoneras" que éstos van formando, los bancales de cultivos, así como las vistas que se suceden al caminar sobre el desfiladero natural que crea el Río Duero.

http://www.lasendadelduero.com/rutas-por-el-duero/sendero-gr-14/etapa-40-saucelle-hinojosa/

https://patrimonionatural.org/ficheros/01005101831320desplegablegr-14pdf100510_183132.pdf

- **Inicio:** Salto de Saucelle
- **Fin:** Vega Terrón
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 51,2 km
- **Desnivel:** 218 m
- **Dificultad:** Media-Baja
- 41.041431, -6.805358

SA7. SENDERO DE LAS CIUDADES AMURALLADAS.

El GR80 es un recorrido circular que recorre las históricas y fronterizas ciudades amuralladas de Almeida, Ciudad Rodrigo, Aldea del Obispo y su Fuerte de la Concepción. Desde las sendas que recorrieran ejércitos de soldados a lo largo de la historia, se puede contemplar el entorno de gran biodiversidad y otear los particulares "arribes" de los ríos Turones y Águeda desde el teso Garagalla. El camino nos lleva, asimismo, a conocer los grabados rupestres del yacimiento arqueológico de Siega Verde, reconocidos como Patrimonio Mundial desde 2010.

https://www.terranostrum.es/senderismo/gr-80-sendero-de-las-ciudades-amuralladas

- **Inicio:** Almeida en Portugal/ Aldea del Obispo en Salamanca
- **Fin:** Almeida en Portugal/ Fuentes de Oñoro en Salamanca
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 110 km (6 etapas)
- **Desnivel:** 1.270 m
- **Dificultad:** Media
- 40.709276, -6.794440

SA8. RUTA DE LAS MAJADAS DEL ROSTRO. Parque Natural Arribes del Duero.

La ruta se inicia en el Monumento al Cabrero, frente a la oficina de turismo, y va descendiendo por los bancales de viñas y olivos hasta el río Duero. Se pasa junto al mirador del Picón de la Mariota para acabar en el Ecomuseo de las Majadas del Rostro, donde se muestra la forma de vida tradicional de los cabreros, que convivían con sus cabras en estas construcciones de piedra (majadas) durante todo el año. Se puede continuar hasta la Playa del Rostro, donde es posible realizar un paseo en barco o alquilar piraguas.

https://aldeadavila.es/aldeadavila/documentos/turismo/Rutas.pdf

- **Inicio:** Aldeadávila de la Ribera
- **Fin:** Ecomuseo Majadas/ Playa del Rostro
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 6,7 km
- **Desnivel:** 6 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.217107, -6.619212

SA9. RUTA DE LOS CONTRABANDISTAS. Parque Natural Arribes del Duero.

La localización fronteriza de Hinojosa le afectó enormemente durante las guerras hispano-portuguesas, pero también favoreció las relaciones comerciales con Portugal. En ocasiones la agricultura y la ganadería no daban recursos económicos suficientes para la subsistencia de los habitantes, que encontraban en el contrabando un modo de conseguir ingresos. Estos intercambios ilegales motivaron que se abrieran puestos fronterizos con guardinhas en la parte portuguesa y carabineros en la española. Los contrabandistas ideaban pasos por las tortuosas sendas de los arribes hasta los angostos vados del Duero, que se pueden descubrir en la ruta, o atravesaban el río con el sistema de guindaleta, una rudimentaria tirolina.

http://hinojosadeduero.es/El-municipio/Patrimonio-Natural/Rutas-Senderismo

- **Inicio:** Hinojosa de Duero
- **Fin:** Peña La Vela
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 7,5 km (3,2 km desde Parking)
- **Desnivel:** 180 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.986622, -6.796783

SA10. RUTA CASCADAS DE PINERO Y POZO DE LOS HUMOS. Parque Natural Arribes del Duero.

Desde Masueco caminamos rodeados por huertos y árboles frutales hasta la Cascada de Pinero, un precioso salto de agua situado en el regato de la Puente El Picón, justo antes de desembocar en el río Uces. Llegamos después al Pozo de los Humos, una caída de 50 metros que forma una maravillosa cortina de agua que levanta una nube de vapor semejante al humo, de ahí su nombre. Al encontrarse en el parque natural de Arribes del Duero, es posible ver rapaces como el águila, milano, alimoche, cigüeña negra, lechuza, búho...

https://masueco.es/rutas-de-senderismo

- **Inicio:** Iglesia de Masueco
- **Fin:** Cascada del Pozo de los Humos
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 12,8 km
- **Desnivel:** 226 m
- **Dificultad:** Media-Baja
- 41.204556, -6.589122

Segovia

Parque Natural Hoces del río Duratón

Parque Natural Hoces del río Riaza

Ruta de los Siete Picos. Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama

Senda del embalse de Linares del Arroyo

La provincia de Segovia es muy rica en cuanto a espacios naturales. Los ríos Duratón y Riaza dan forma a espectaculares hoces que presiden el interés natural de la extensión segoviana, que se complementa con el hayedo de Riaza y la sierra de Guadarrama.

El Parque Natural de las Hoces del río Duratón está situado al norte de Segovia. En esta zona, el río Duratón se ha encajonado en un profundo cañón que, en algunos lugares, alcanza más de 100 metros de desnivel. Un verdadero paraíso para las rapaces, con abundantes colonias de buitres leonados y alimoches. Recorre el parque a través de sus senderos y disfruta del espectáculo, uno de los tradicionales es el Camino de San Frutos, que comienza en el aparcamiento de la ermita de San Frutos, uno de los lugares más atractivos del Parque por sus impresionantes vistas.

Parque Natural. Hoces de Río Riaza. El río Riaza ha excavado en las duras rocas calizas de los páramos segovianos uno de los mayores conjuntos de hoces, cañones, acantilados y desfiladeros que se pueden contemplar en el interior de la Península Ibérica. Además de su espectacular paisaje, en este solitario espacio se localiza una importante concentración de aves rapaces. Las laderas y los escarpes rocosos están cubiertos por bosques de sabina albar.

Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama y Parque Natural de la Sierra Norte de Guadarrama. La sierra de Guadarrama se sitúa entre las sierras de Gredos y de Ayllón a lo largo de unos 80 kilómetros; su pico más alto es el Peñalara, con 2.428 metros.

Descubre en tu recorrido los bosques de pino silvestre, robledales y encinares en las zonas más bajas. Así como ciervos, jabalíes, corzos, gamos, tejones, gatos monteses, etc.

Espacio Natural. Hayedo de Riofrío de Riaza. Este hayedo es, junto a los existentes en Madrid, Guadalajara, Tarragona y Sicilia, uno de los cuatro más meridionales de Europa.

Estos hayedos son una visita obligada si quieres comprender el mundo de la flora peninsular, no sólo por su interés biogeográfico, sino también por su bello paisaje. Serbales, robles, acebos, abedules y tejos acompañan a las hayas y enriquecen aún más este privilegiado espacio. Acércate a la encantadora villa de Riaza, llena del más típico sabor de la arquitectura popular serrana.

Más información *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

Propuesta de Senderos

SE1. CAMINO NATURAL DE LA SIERRA NORTE DE GUADARRAMA. Parque Natural Sierra Norte de Guadarrama.

El Camino Natural recorre en su mayoría la vía pecuaria recorriendo la totalidad de la Sierra de Guadarrama a lo largo de la provincia de Segovia, la mayor parte del trazado en su parte baja. Presenta una longitud de casi 150 kilómetros. Se visitan localidades como El Espinar, Otero de Herreros, Sotosalbos, Collado Hermoso, Navafría, Arcones, Villarejo, Riaza y Ayllón, y se divisan siempre a la izquierda otras muchas localidades.

https://www.mapa.gob.es/es/desarrollo-rural/temas/caminos-naturales/caminos- naturales/sector-centro/canada-real-soriana-occidental/default.aspx

- **Inicio:** El Espinar
- **Fin:** Villarejo, Santo Tomé del Puerto (continúa hasta Ayllón)
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 103 km dentro del ENP (145 km en total hasta Ayllón)
- **Desnivel:** 256 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.722950, -4.248364

SE2. RUTA DEL ARCIPRESTE DE HITA. Parque Natural Sierra Norte de Guadarrama.

Es una ruta sencilla que se puede hacer con niños en un entorno con encanto y con una gran carga histórica. La ruta llega a la peña del Arcipreste que se sitúa a 1550 metros de altitud, son un conjunto de rocas de granito con formas redondeadas características de esta zona de la sierra.
Está situada en el antiguo paso del puerto de Guadarrama, lugar de paso obligatorio para viajeros que iban y venían de Madrid a Segovia. La peña rinde homenaje a Juan Ruiz, el Arcipreste de Hita, y su obra más importante, el Libro del Buen Amor.

https://patrimonionatural.org/ficheros/5d2845b19243d_Folleto-31,5X30-El-Espinar.pdf

- **Inicio y Fin:** Estación del Espinar
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 15,2 km
- **Desnivel:** 410 m
- **Dificultad:** Media
- 40.742757, -4.171335

SE3. RUTA LA ACEBEDA DE PRÁDENA. Parque Natural Sierra Norte de Guadarrama.

Esta ruta se inicia en el área recreativa "El Bradal" que conduce a la acebeda de Prádena, donde contemplamos un impresionante bosque de acebos.
La visita se puede complementar con la cueva de los Enebralejos. Esta cueva, situada en los alrededores de Prádena, tiene 3.670 m de longitud y es la cavidad de mayor desarrollo conocido en el borde norte del Sistema Central. Está organizada en tres pisos y tiene un gran valor arqueológico, espeleológico y turístico.

https://turismosierrasegovia.es/ruta-acebal-de-pradena/

- **Inicio y Fin:** Área Recreativa el Bardal (Prádena)
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 7,1 km
- **Desnivel:** 259 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.129000, -3.690879

SE4. SENDA DE LAS PESQUERÍAS REALES. Parque Natural Sierra Norte de Guadarrama.

El camino de pesquerías discurre por la margen izquierda del Río Valsaín, mandado construir por el Rey Carlos III con el objeto de poder disfrutar de la pesca de la trucha. Las obras comenzaron en 1767 y para su construcción hubo que talar árboles y levantar en la orilla del rio muros de piedra, levantar pasaderas para atravesar el rio y construir pesqueros a modo de escalinatas para poder pescar.

https://www.parquenacionalsierraguadarrama.es/es/visita/descargas?task=download.send&id=154&catid=2&m=0

- **Inicio:** Embalse de Pontón Alto (Real Sitio de San Ildefonso). Se puede iniciar en puntos intermedios
- **Fin:** Puente de la Cantina (Real Sitio de San Ildefonso
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 18 km
- **Desnivel:** 370 m
- **Dificultad:** Baja
- 40.903906, -4.029341

SE5. RUTA CAMINO SCHMIDT.
Parque Natural Sierra Norte de Guadarrama.

El Camino Schmidt es un sendero de montaña que enlaza el puerto de Navacerrada con el puerto de la Fuenfría. Fue trazado a principios del S. XX, debe su nombre al excursionista Eduardo Schmidt, socio número 13 de la Real Sociedad Española de Alpinismo Peñalara fundada en el año 1913. La señalización se realizó en 1926.
Se trata de una ruta clásica de montañismo en la sierra de Guadarrama perfectamente señalizada. Se realiza por la vertiente norte por los pinares del valle de Valsaín, y en la vertiente sur por los de Cercedilla. Unidos conforman una de las masas forestales mejor conservadas de pino silvestre del sistema Central. Se recomienda realizarla en otoño, primavera y verano.

http://www.webdelagranja.com/files/rutas/Ruta_H_Puerto_de_Navacerrada-Puerto_de_la_Fuenfria-_Puerto_de_Navacerrada_tcm7-190329.pdf

- **Inicio:** Puerto de Navacerrada
- **Fin:** Puerto de la Fuenfría
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 5,9 km
- **Desnivel:** 140 m
- **Dificultad:** Media
- 40.790903, -4.009197

SE6. SENDA DE LOS DOS RÍOS.
Parque Natural Hoces del Río Duratón.

Sobre la primera hoz que describe el Río Duratón se alza la villa medieval de Sepúlveda. Partiendo de su casco urbano se extiende esta senda que permite recorrer la historia y la naturaleza de este espacio natural.
Desde la iglesia de Santiago (casa del parque) hasta la iglesia de la Virgen de la Peña, se recorrerán algunos de los rincones más interesantes de la villa.
A partir de ahí el caminante podrá elegir recorrer parameras, cortados y bosques de ribera, observados siempre por la silueta del buitre leonado.

https://patrimonionatural.org/ficheros/sendadosriospdf260213_072519.pdf

- **Inicio y Fin:** Casa del Parque Natural Hoces del río Duratón
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 5,6 km
- **Desnivel:** 270 m
- **Dificultad:** Media
- 41.296810, -3.751330

SE7. SENDA DEL EMBALSE DE LINARES DEL ARROYO.
Parque Natural Hoces del Río Riaza.

Empezando en Maderuelo, esta senda circular recorre la margen izquierda del embalse de Linares del Arroyo, (nombre del pueblo que fue sumergido tras su construcción en 1952), parte del camino de la antigua estación de ferrocarril, así como varios caminos de uso agropecuario, contemplando cultivos y enebrales.
En algunos tramos la senda está muy poco marcada. Época recomendada otoño y primavera.

https://patrimonionatural.org/ficheros/5d2840afe1d9f_10-PRC_SG_10-Senda-_Embalse-de-Linares-del-Arroyo.pdf

- **Inicio y Fin:** Aparcamiento de los Huertos. Maderuelo
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 4 km
- **Desnivel:** 120 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.486466, -3.524455

SE8. SENDA ENTRE PUENTES.
Parque Natural Hoces del Río Riaza.

El punto de partida es un aparcamiento en Montejo de la Vega de la Serrezuela.
A mitad de la ruta se llega al Área de Interpretación del Refugio de Rapaces. En esta zona se pueden ver paneles didácticos que permiten apreciar la flora, la fauna y el legado que Félix Rodríguez de la Fuente dejó en este lugar.
A escasos 100 metros está el puente Peña Portillo. Tras cruzarlo, se llega al punto de mayor interés de la senda: la Peña Portillo. Una impresionante pared vertical de tonos rojizos, en cuyas rocas y huecos anidan colonias de buitres leonados y de otras aves rapaces. Es un lugar impresionante. La ruta es sencilla y apta para todos los públicos.

https://patrimonionatural.org/ficheros/5d283ea8c8238_05-PRC_SG_5-Senda-Entre-_Puentes.pdf

- **Inicio y Fin:** Aparcamiento Fuente de la Vega. Montejo de la Vega
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 6 km
- **Desnivel:** 22 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.549591, -3.642865

SE9. LA SENDA DE LOS PESCADORES.
Riberas del Río Cega.

La Senda de los Pescadores empieza su recorrido junto a la Autovía A-601, tomando la salida nº 57. Se accede al río Cega, por debajo del puente de la autovía, y en el antiguo puente de la vieja carretera podemos aparcar y empezar la senda andando junto al Cega. Todo el recorrido está señalizado, y en los diferentes tramos se puede volver por el pinar al punto inicial. Iremos caminando por barrancos de hasta 60m de profundidad, en medio de la llanura arenosa de origen sedimentario que forma la comarca de Tierra de Pinares. La especie de árbol que domina en la comarca es el Pinus Pinaster. Época recomendada: otoño, primavera, verano.

https://www.cuellar.es/naturaleza/senderismo/la-senda-de-los-pescadores/

- **Inicio y Fin:** Salida 57 de la autovía de pinares, Junto al río Cega
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 15,6 km
- **Desnivel:** 60 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.363413, -4.297844

SE10. CAMINO DE LA ERMITA DE HONTANARES.
Sierra de Ayllón.

Esta ruta comienza en el pueblo de Riaza, avanzamos por la calle Santiago Apóstol hasta que llegamos a una pista de tierra, por la que bajamos al río Riaza, avanzamos por un sencillo recorrido que nos conduce hasta la Pradera del Collado. Para continuar hacia la Ermita de la Virgen de Hontanares, debemos incorporarnos a la pista forestal y girar a la izquierda. El Santuario se construyó en el siglo XVII. A tan solo un kilómetro de la Ermita de Hontanares, localizamos el mirador de Piedras Llanas, un bonito paraje desde el que se puede divisar unas bellas vistas del Sistema Central e Ibérico, y donde podemos descubrir, mejor con unos prismáticos, los pueblos rojos y negros de la Sierra de Ayllón.

http://www.riaza.es/web/86299/82

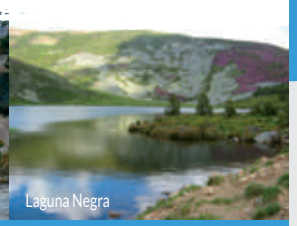
- **Inicio y Fin:** Plaza de Riaza
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 10,4 km
- **Desnivel:** 600 m
- **Dificultad:** Media
- 41.2796260, -3.477076

Soria

El Hayedo de Moncayo

Urbión

La Fuentona


Laguna Negra

Los paisajes sorianos sorprenden por su variedad y singularidad. Soria posee la mancha boscosa más extensa de la Península, en la que la estrella indiscutible es el pino. Descubre la naturaleza soriana a través de sus espacios naturales:

Parque Natural Cañón del Río Lobos. Declarado Parque Natural en 1985, fue una de las primeras zonas protegidas en Castilla y León. La protección abarca los más de 20 kilómetros del cañón y toda su zona de influencia. En su interior y próximos se conserva un valioso conjunto de restos artísticos, pueblos y villas, tales como la ermita de San Bartolomé, Ucero, San Leonardo de Yagüe y el Burgo de Osma.

Además de extensos bosques de sabina y pino laricio, se dan cita un centenar de parejas de buitres leonados, así como corzos, jabalíes, ardillas, nutrias tejones y gatos monteses.

Parque Natural Laguna Negra y Circos Glaciares de Urbión. Situado en los términos municipales de Duruelo de la Sierra, Covaleda y Vinuesa. Su paisaje glaciar fue modelado hace dos millones de años y en él se localiza el pico de Urbión, con 2.228 m, y ecosistemas ligados al glaciarismo como la laguna Negra, laguna Larga, laguna Helada, ... Una masa de pinos cubre los valles y forma parte de la mayor extensión boscosa de la Península Ibérica. Cuenta con algunas de las más variadas especies de la fauna regional.

Reserva Natural Sabinar de Calatañazor. El de Calatañazor es uno de los bosques de sabinas mejor conservados del planeta, algunos de sus ejemplares alcanzan más de 300 años de existencia. En tu visita acércate al bello pueblo medieval de Calatañazor.

Monumento Natural La Fuentona. Conocida también como Ojo de Mar, la Fuentona de Muriel de la Fuente es una bella surgencia de origen kárstico en la que tiene su nacimiento el río Abión. Su interior oculta un gran entramado de cuevas y galerías subterráneas por las que circula el agua.

Reserva Natural Acebal de Garagüeta. El Acebal de Garagüeta está situado al norte de la provincia de Soria, entre los puertos de Piqueras y Oncala. Visítalo en los meses de otoño e invierno y déjate maravillar por su esplendor y por la gran diversidad de sus aves.

Espacio Natural Cerro Pelado. El interés de este lugar proviene del yacimiento en el que se descubrieron los primeros fósiles europeos de micromamíferos de la era Terciaria, tratándose de un Sitio Paleontológico.

Además, si estas en Soria capital, puedes acercarte al Monte de Valosandero, espacio de interés natural, te proponemos una ruta (SO4) para que lo puedas recorrer.

Más información: www.turismocastillayleon.com/senderismo

Propuesta de Senderos

SO1. SENDA DEL RÍO LOBOS. Parque Natural Cañón del Río Lobos.

Ruta lineal a lo largo del cauce del río Lobos que, por su longitud, es recomendable dividirla en varios tramos. El recorrido de un extremo del Parque Natural al otro son 25 km, enlaza el puente romano de Hontoria del Pinar (Burgos) con el puente del nacedero del río Ucero, próximo a la localidad de Ucero (Soria). Cuenta también con otro punto de acceso intermedio que es el Puente de los Siete Ojos. En conjunto es un trazado llano y fácil de recorrer, pero hay que tener en cuenta que, en época de lluvia, el cauce del río es mayor y puede dificultar el paso en algún tramo..

https://patrimonionatural.org/ficheros/5e9d7264375c9_PR-SO-BU-65-SENDA-DEL- RiO.pdf

- **Inicio:** Ucero
- **Fin:** Hontoria del Pinar
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 25 km
- **Desnivel:** 100 m
- **Dificultad:** Media
- 41.733028, -3.045644

SO2. RUTA DE LAS GULLURÍAS. Parque Natural Cañón del Río Lobos.

Gulluría es el nombre que se le da a una especie de alondra que se puede encontrar durante el recorrido. Aunque al inicio requiere salvar una pendiente algo pronunciada, el resto de la ruta no representa dificultad. El sendero permite conocer los restos de antiguas caleras, magníficas vistas del castillo de Ucero o del propio cañón y atravesar zonas con plantas aromáticas, sabinas, pino silvestre, quejigo o gayuba. El final de la etapa coincide con el tramo de La senda del río que enlaza la ermita de San Bartolomé con la Casa del Parque.

https://patrimonionatural.org/ficheros/PRC- 67%20SENDA%20DE%20LAS%20GULLUR%C3%8DAS-20210518-092752.pdf

- **Inicio y Fin:** Casa del Parque Natural Cañón del Río Lobos
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 9 km
- **Desnivel:** 150 m
- **Dificultad:** Media
- 41.721873, -3.049263

SO3. SENDA DEL CASTILLO. Parque Natural Cañón del Río Lobos.

Interesante ruta que se desarrolla a lo largo del río Ucero, en el tramo que va desde su nacimiento hasta el propio pueblo de Ucero. Pasa por la Casa del Parque del Cañón, el castillo de Ucero y un tramo del canal romano que abastecía de agua a la antigua ciudad de Uxama (El Burgo de Osma). Si te animas a atravesar este pequeño tramo de unos 135 ms por dentro del canal se necesitaría una linterna, aunque lo conveniente sería no molestar a los murciélagos que pudieran habitar. Las vistas que ofrece el entorno del castillo son inmejorables.

https://patrimonionatural.org/ficheros/5e9d723b6d4c3_PR-SO-66-SENDA-DEL- CASTILLO.pdf

- **Inicio y Fin:** Ucero
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 6 km
- **Desnivel:** 82 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.717537, -3.050097

SO4. SENDERO MONTE VALONSADERO. Monte Valonsadero.

Es la más larga de las 5 rutas que anuncia el panel informativo donde se inicia el recorrido y, por lo tanto, también la que atraviesa más parajes de gran belleza. La Vega de Baturio, el Azud de Buitrago, abrigos rupestres, los ríos Duero y Pedrajas, bosque de robles, praderas para pasto del ganado... forman parte del recorrido y del total del conjunto de la riqueza natural paisajística, geológica, flora y fauna que contiene el monte. Valonsadero pertenece al Ayto. de Soria y cuenta con una superficie de 2.793 Has.

http://senderismocastillayleon.com/sendero/prc-so-61-valonsadero

- **Inicio y Fin:** Casa del Guarda, Monte de Valonsadero (Soria)
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 20 km
- **Desnivel:** 230 m
- **Dificultad:** Media-Alta
- 41.814131, -2.550134

SO5. EL HAYEDO DEL MONCAYO.

El mayor desnivel de la ruta lo vamos a encontrar al principio. Hay un primer recorrido lineal hasta la pista de Agramonte y, después, el recorrido circular que transcurre entre hayas con un desnivel muy suave. El hayedo está divido por el barranco de Agramonte (recorrido por aguas rápidas y sirve de frontera natural entre Castilla y Aragón), aunque el total de la ruta transcurre por territorio Soriano. Durante el trayecto se puede disfrutar de hermosas vistas, entre otras, las del Castillo de Vozmediano.

http://senderismocastillayleon.com/sendero/prc-so-79-sendero-hayedo-del-moncayo/

http://www.agreda.es/hayedo-del-moncayo-0

- **Inicio y Fin:** Aldehuela de Ágreda
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 9,8 km
- **Desnivel:** 300 m
- **Dificultad:** Media
- 41.826908, -1.882657

SO6. SENDA DE LAS LAGUNAS GLACIARES. Parque Natural Laguna Negra y Ciclos Glaciares de Urbión.

Magnífica ruta circular que une la Laguna Negra con el Pico de Urbión, en su totalidad son 13 kms, lo que supone una duración de unas 4 horas. El inicio del recorrido se realiza bordeando la laguna por la parte izquierda, para después rebasar unos cortados rocosos y llegar a un terreno despejado ya de arbolado. A partir de ahí se puede elegir un itinerario de ida hacia el pico de Urbión pasando por la Laguna Helada y hacer la vuelta pasando por la Laguna Larga. En la Casa del Parque de la Laguna Negra y Circos Glaciares de Urbión os informarán de todos los detalles para facilitaros la experiencia.

https://patrimonionatural.org/casas-del-parque/casas-del-parque/casa-del-parque- laguna-negra-y-circos-glaciares-de-urbion

- **Inicio y Fin:** Laguna Negra
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 13 km
- **Desnivel:** 480 m
- **Dificultad:** Alta
- 41.997653, -2.847153

SO7. SENDA DE LOS ABUELOS DEL BOSQUE. Parque Natural Laguna Negra y Ciclos Glaciares de Urbión.

En Covaleda, existen unos árboles de extraordinarias dimensiones que destacan sobre manera del resto: Los Abuelos del Bosque, que han sobrevivido gracias a la labor llevada a cabo por los gestores de estos montes. Paseo agradable, balizado y muy recomendable para disfrutar por un concurrido bosque de estos ejemplares, así como de las vistas de masas de pinos y hayas que no dejan indiferente.
Al inicio del sendero se llega tomando la pista forestal asfaltada que sale desde el P.K. 57,4 de la carretera SO-850 junto al polígono industrial Cabañeros de Covaleda, dirección a Picos de Urbión.

https://www.covaleda.es/turismo/senda-de-los-abuelos/

- **Inicio y Fin:** Cruce de Tejeros (Covaleda)
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 1,9 km
- **Desnivel:** 42 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.968336, -2.827983

SO8. RUTA POR EL VALLE LA PAÚL. Parque Natural Laguna Negra y Ciclos Glaciares de Urbión.

La distancia y el desnivel requieren estar en forma física ya que el recorrido puede suponer unas 5 horas. El territorio de Covaleda se encuentra en la cabecera del Duero entre la sierra de Urbión, hacia el Norte, y la sierra de la Umbría o Resomo, hacia el Sur. Partiendo de esta localidad, la ruta nos va conduciendo por bellos parajes: Mojapies, Corrales de la Paúl, Raso de la Corbetera, Raso Paules Altas, Laguna del Terrerón, Chozo del Farrista, Pino Zamplón, Arroyo Jaramillo, Hayedo del Acebillo y Mojapies de nuevo al fin del trayecto.

https://www.covaleda.es/turismo/ruta-pr-76/

- **Inicio y Fin:** Covaleda
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 16,5 km
- **Desnivel:** 670 m
- **Dificultad:** Media
- 41.939200, -2.884639

SO9. SENDA DEL ARROYO. Parque Natural Laguna Negra y Ciclos Glaciares de Urbión.

Ruta acondicionada para senderistas que supone una alternativa al acceso a la Laguna Negra por la pista asfaltada para vehículos, desde el aparcamiento del Paso de la Serrá. Está debidamente señalizada y con paneles de interpretación explicativos del entorno. El paisaje está cubierto de pinos, helechos, hayas y se van atravesando los arroyos a través de rústicos puentes. Termina el recorrido en el aparcamiento superior, a unos 200 metros de la Laguna Negra. Atractiva y sencilla ruta pero que requiere calzado de montaña.

https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/la-laguna-negra-33790289 https://lalagunanegra.org/sendero-del-bosque

https://lalagunanegra.org/entradas-2

- **Inicio:** Aparcamiento del Paso de la Serrá
- **Fin:** Laguna Negra
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 1,7 km
- **Desnivel:** 218 m
- **Dificultad:** Media
- 41.998247, -2.826903

SO10. SENDA DEL ACEBAL. Reserva Natural del Acebal de Garagüeta.

Senda local balizada. Se accede desde el pueblo de Arévalo de la Sierra, dónde también se encuentra la Casa del Parque del Acebal de Garagüeta, de muy recomendable visita al ser centro de referencia de los bosquetes más extensos de acebo del Sistema Ibérico. El itinerario de la ruta recorre los puntos más interesantes del acebal: La Choza del Vaquero, los sestiles y los canchales de piedra entre otros. También incluye un paseo por entre los acebos y permite disfrutar de unas panorámicas excepcionales de los alrededores. Ideal para hacer en familia.

https://patrimonionatural.org/casas-del-parque/casas-del-parque/casa-del-parque-del-acebal-de-garagueta

Visitas guiadas: https://www.elacebarillo.com/

- **Inicio y Fin:** Aparcamiento del Alto de la Cruz
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 4,7 km
- **Desnivel:** 78 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.964850, -2.420481

Valladolid

Senda de la Atalaya

Senda de Los Cortados

Ruta del Vino Cigales. Senderos del Clarete

Reserva Natural. Riberas de Castronuño

La riqueza natural del río Duero se hace patente en tierras vallisoletanas, donde se encuentra la **Reserva Natural Riberas de Castronuño** - Vega del Duero, un verdadero paraíso que destaca por su importancia para la nidificación y como zona de invernada de muchas y variadas aves acuáticas.

El tramo del río Duero entre las localidades de Tordesillas y Castronuño alberga un interesante bosque de ribera, formado principalmente por chopo negro, sauce, álamo blanco, fresno y majuelo.

Recorre la reserva, mientras disfrutas de la naturaleza y observas sus aves. Las Riberas de Castronuño - Vega del Duero destacan por su importancia para la nidificación y como zona de invernada de muchas aves acuáticas. Entre las que destacan las colonias de garza real e imperial, martinete y aguilucho lagunero, así como gran cantidad de ánades reales y cormoranes, y presencia habitual de otras especies como patos cuchara, porrones comunes, porrones moñudos, silbones, martín pescador …

Más información *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

Propuesta de Senderos

V1. CAÑADA REAL, RUTA LARGA. Reserva natural Riberas de Castronuño - Vega del Duero.

Con una longitud de 33 km y una dificultad media, esta ruta larga de la Cañada Real, permite realizarla tanto caminando como en bicicleta y mezcla la espectacular naturaleza de las Riberas de Castronuño, con el patrimonio monumental de sus pueblos, como la torre de la iglesia de San Nicolás de Pollos. 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, abejaruco y cormorán. Recomendamos llevar prismáticos. Vistas excepcionales de la vega del Duero, con el encinar de Cubillas como telón de fondo. La Cañada Real, conserva su anchura y no ha sido invadida por los campos limítrofes.

https://patrimonionatural.org/ficheros/folletorutacicloturistadelacanadapdf260111_1 62130.pdf

- **Inicio y Fin:** Pollos
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 33 km
- **Desnivel:** 150 m
- **Dificultad:** Media
- 41.444099, -5.123764

V2. SENDA DE LOS ALMENDROS. Reserva natural Riberas de Castronuño - Vega del Duero.

Este pequeño recorrido, de tan solo 3,4 km, comienza en el parque urbano de la Muela, y discurre al lado del Río Duero. Tiene también un observatorio de aves: la cercanía al agua y la vegetación de ribera nos permite observar tanto aves acuáticas como pajarillos forestales, así como disfrutar de los árboles y orlas arbustivas que los cobijan. Una empinada subida al Mirador del Pinar, que llega a la excepcional atalaya, pone el colofón de esta senda. Un maravilloso ejemplo de biodiversidad.

http://www.provinciadevalladolid.com/es/rutas/rutas-senderismo/senda-almendros- castronuno

- **Inicio y Fin:** Castronuño
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 3,4 km
- **Desnivel:** 50 m
- **Dificultad:** Media
- 41.391191, -5.264313

V3. CAÑADA REAL, RUTA CORTA. Reserva natural Riberas de Castronuño - Vega del Duero.

Al igual que la ruta larga, parte de Pollos, pero con menos kilometraje, 19km y su comienzo está a tan solo 8 km de la ruta larga. Su encanto reside en el entorno natural que nos acompaña, su flora y su fauna, así como el Río Duero y otros de igual valor, como el prado de la Alegría o el Arroyo de Trabancos. Destaca también, la colonia de abejarucos, y consta de un área Recreativa. Esta ruta, nos permite, recorrerla a pie o en bicicleta, como su alternativa larga.

https://patrimonionatural.org/ficheros/folletorutacicloturistadelacanadapdf260111_1 62130.pdf

- **Inicio y Fin:** Pollos
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 19 km
- **Desnivel:** 150 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.444099, -5.123764

V4. ENTRE CAMPIÑAS Y HUMEDALES.

La ruta comienza y acaba en el municipio de Aldeamayor de San Martín y atraviesa su urbanización, Aldeamayor Golf. En el camino que une el pueblo con la urbanización, existe un pequeño tramo con carril bici. En el transcurso del sendero, los humedales de Salgüeros de Aldeamayor, constituyen uno de los espacios de mayor interés natural de Castilla y León. Durante el recorrido, podemos encontrar parques infantiles recreativos con paneles informativos de la ruta. En el último tramo del recorrido, abandonamos la senda urbana, para adentrarnos en el único camino agrícola de la ruta..

http://senderismocastillayleon.com/sendero/prc-va-28-campinas-humedales/

- **Inicio y Fin:** Aldeamayor de San Martín
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 14,8 km
- **Desnivel:** 41 m
- **Dificultad:** Media
- 41.508042, -4.637542

V5. SENDA DE LOS CORTADOS.

Este recorrido, transcurre por páramos cuestas y valles, paisajes típicos de la zona de Cabezón de Pisuerga. La ruta homologada, parte de las bodegas del municipio y una cuesta empinada nos lleva al Cerro de Altamira, donde poder admirar el Valle del Pisuerga y los Montes Torozos junto a unos antiguos restos vacceos. Los atardeceres en este punto son espectaculares. Comienza un descenso junto a los paredones verticales, para amantes de la geología. La senda del pinar nos llevará a vislumbrar el Puente de Cabezón, terminando así la ruta.

http://www.planetazul.es/DESCRIPCION_RUTAS/senda_cortados.html

- **Inicio y Fin:** Cabezón de Pisuerga
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 8,9 km
- **Desnivel:** 360 m
- **Dificultad:** Media
- 41.732132, -4.644644

V6. SENDERO DEL PINO PINILLA.

Entre un mar de pinos piñoneros, el Mirador de Carramonte nos muestra el Valle Arenosa y el Pico Transmorisco. Las sabinas nos conducen por un camino serpenteante a ver el Pino Pinilla un bonito ejemplan de Pino Piñonero. La flora y la fauna colindante forma un biotopo de un interés particular. Antiguas minas de yeso nos acompañan a las vistas de municipios de alrededor, como Santiago del Arroyo, desde el Mirador de Mesegar. Al final del recorrido, la fuente del Pilón, en las cercanías de Portillo.

http://senderismocastillayleon.com/wp-content/uploads/2018/03/sendero/PRC-VA- 31-Pino-Pinilla.pdf

- **Inicio y Fin:** Portillo
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 12,1 km
- **Desnivel:** 67 m
- **Dificultad:** Media
- 41.480510, -4.584448

V7. EL ALCORNOCAL DE FONCASTÍN.

Esta senda circular y llana recorre la zona norte del municipio de Foncastín, justo al lado del arroyo Zapardiel y acompañado de alcornocales siendo uno de los tesoros botánicos más importantes de la provincia de Valladolid. Un pequeño ascenso nos lleva al monte de Valgalindo, en una plana terraza fluvial. Lo más interesante del sendero, mezcla especies como encinas, quejigos, pinos y los ya señalados alcornoques. Finalmente, la senda termina entre viñedos para entrar en la localidad de Foncastín, un pueblo de casas blancas y plazas porticadas.

http://www.planetazul.es/DESCRIPCION_RUTAS/alcornocal_valdegalindo.html

- **Inicio y Fin:** Foncastín
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 9,1 km
- **Desnivel:** 88 m
- **Dificultad:** Media
- 41.436458, -5.020894

V8. SENDERO DEL RÍO ERESMA.

De recorrido corto y situado en la zona sur de la provincia, esta senda llana, circula entre el Río Eresma y el arroyo Sangujero, en una zona de pinos y de ribera, por un bosque hasta un puente de madera, el Puente Mediana o Puente Viejo. El pino piñonero domina toda la zona, además de la vasta vegetación que enmarca al Río Eresma. Destacables son también las pequeñas playas fluviales muy próximas a la senda. Finalmente, se llega de nuevo al pueblo de donde parte, Hornillos de Eresma.

http://www.provinciadevalladolid.com/es/hornillos-eresma/naturaleza-aire-libre/prc- va-42-sendero-rio-eresma-hornillos-eresma

- **Inicio y Fin:** Hornillos de Eresma
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 8,7 km
- **Desnivel:** 1.70 m
- **Dificultad:** Media
- 41.363537, -4.715422

V9. SENDERO DE LA ATALAYA.

En Traspinedo, esta senda que atraviesa una zona recreativa está presidida por un gran roble en la cima del páramo y está acompañado por otras especies como enebros o pinos. Comparte parte del recorrido con el Sendero Negredo (PRC – VA 32), donde unas cuestas más empinadas nos llevan a contemplar el bello panorama del Valle del Duero. En medio de la ruta se encuentra la zona recreativa un hotel de insectos y el gran roble protagonista del sendero, que cuenta con más de 200 años de antigüedad. La pendiente nos hace descender hacia el final del camino en la zona de bodegas del pueblo.

https://traspinedo.ayuntamientosdevalladolid.es/el-municipio/de-interes-turistico/-/asset_publisher/8eJdTINyG7Wk/content/ruta-sendero-de-la-atayala-prc-va-49-

- **Inicio y Fin:** Traspinedo
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 5,4 km
- **Desnivel:** 215 m
- **Dificultad:** Media
- 41.574190, -4.480755

V10. RUTA DEL VINO DE RUEDA.

Esta senda se recorre entre Medina del Campo, La Seca, Rueda y Torrecilla del Valle entre llanuras al sur de la provincia. Parte de este sendero está habilitado también como ruta ecuestre. De baja intensidad, está rodeado de los viñedos del verdejo de la Denominación de Origen Rueda, que acompañan el paisaje. Caminos rurales y vías pecuarias engloban este sendero que cruza el Río Zapardiel y el municipio de Rueda. El espacio rural característico de este sector de las llanuras centrales de la cuenca del Duero tiene un relieve aluvial alomado de terrazas fluviales.

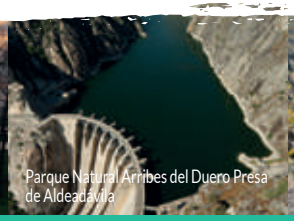
http://senderismocastillayleon.com/sendero/prc-va-34-ruta-de-los-vinos-de-rueda/

- **Inicio y Fin:** Medina del Campo
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 40 km
- **Desnivel:** 320 m
- **Dificultad:** Media
- 41.318797, -4.917948

Zamora

Lago de Sanabria

Lagunas de Villafáfila


Parque Natural Arribes del Duero Presa de Aldeadávila

Peña Redonda. Villerdiegua de la Ribera

Zamora es una provincia llena de contrastes naturales, con variados paisajes que conviven y dan como resultado un conjunto inigualable que te recomendamos visitar. El lago de Sanabria, Arribes del Duero, lagunas de Villafáfila y la sierra de la Culebra muestran el gran potencial biológico y paisajístico que tiene la provincia de Zamora.

Parque Natural Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto. En el Pleistoceno Superior, hace 100.000 años, un impresionante glacial con lenguas de hielo de más de 20 kilómetros sirvió de origen al actual lago de Sanabria. Hoy, sus 318 hectáreas de superficie y una profundidad que alcanza, hasta 51 metros, lo convierten en el mayor de la Península Ibérica y el único de origen glaciar de nuestro país, junto a más de 20 lagunas y turberas diseminadas por la sierra. Dentro de los lagos de origen glaciar es, además, el lago más grande de España.

El Parque Natural de Sanabria ofrece valiosos recursos históricos, artísticos y culturales. Junto al interesante monasterio cisterciense de Santa María, en San Martín de Castañeda, destaca Puebla de Sanabria.

Parque Natural Arribes del Duero. Un espacio natural privilegiado en uno de los cañones más profundos y extensos de la Península Ibérica, en el que destaca una rica y variada fauna y flora. Sus paisajes más bellos y escabrosos han sido formados por los ríos Duero, Huebra y Uces.

No te puedes perder, la localidad de Fermoselle, llamada "el balcón del Duero", caracterizada por sus impresionantes vistas sobre el cañón fluvial, cuenta con gran número de miradores, la iglesia de Nuestra Señora de la Asunción y la Casa del Parque, ubicada en el antiguo Convento de San Francisco.

Reserva Natural Lagunas de Villafáfila. Situado al noreste de la provincia de Zamora, se trata de uno de los más importantes humedales de todo el norte peninsular y el más significativo enclave para las aves acuáticas, esteparias y migratorias de Castilla y León. Aquí se asienta una de las aves más emblemáticas de Villafáfila: la avutarda, formando su mayor población en el ámbito mundial.

Además, si te interesan los ciervos y los lobos, tienes que visitar la Sierra de la Culebra, en su interior vive la mayor población de lobos de toda Europa Occidental y los ciervos más grandes de España, con ejemplares de más de 250 kg. Destacar también las corralas, testimonios etnográficos que nos acercan a las tradiciones de los antiguos pobladores de la sierra. A continuación, te hacemos una propuesta de sendero para que recorras este espacio (Z10), mientras observas en vuelo al buitre leonado.

Más información *www.turismocastillayleon.com/senderismo*

Propuesta de Senderos

Z1. SENDERO MIRADOR DE LAS ESCALERAS. Parque Natural Arribes del Duero.

El sendero se inicia en las inmediaciones de la Ermita de Santa Cruz, en la localidad de Fermoselle. Un recorrido entre almendros y olivos nos lleva hasta las ruinas de una antigua casa de carabineros. Detrás de ésta se halla el grandioso mirador, un extraordinario lugar desde donde se puede admirar la belleza de esta zona, que limita con Portugal. Las vistas sobre el Río Duero y la presencia de multitud de plantas aromáticas hacen del Mirador de las Escaleras un lugar privilegiado para la contemplación de este paisaje.

http://www.lasendadelduero.com/rutas-por-el-duero/senderismo/mirador-de-las- escaleras

- **Inicio:** Fermoselle
- **Fin:** Mirador de las Escaleras
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 3,5 km (ida)
- **Desnivel:** 311 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.315749, -6.398763

Z2. SENDA DE LA CASCADAS LOS VADOS. Parque Natural el Lago de Sanabria y Sierras de Segundera y de Porto.

Comenzamos en la Iglesia de Nuestra Señora de las Nieves de San Ciprián de Sanabria. Atravesamos huertas hasta llegar a un gran valle de praderas formado por el Arroyo de Trefacio. Una vez que cruzamos dos arroyos, bajo un denso bosque de robles, nos topamos con el Curmeneiro de Faldriego, un recinto utilizado para proteger las colmenas de posibles ataques y las ruinas de un pequeño molino harinero a la vera del arroyo. A partir de aquí comienza un ascenso por un camino de carros, cuyas marcas observaremos en las rocas del camino. Así alcanzamos las Cascadas de los Vados, un salto de agua que se asemeja a un tobogán por el cual el agua sigue su camino hacia el valle rodeado de abedules, fresnos, etc..

https://www.terranostrum.es/senderismo/cascadas-de-los-vados

- **Inicio:** San Ciprián de Sanabria
- **Fin:** Cascada de los Vados
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 8,5 km (ida y vuelta)
- **Desnivel:** 440 m
- **Dificultad:** Baja
- 42.172757, -6.659225

Z3. SENDA DEL LAGO Y LOS MONJES. Parque Natural el Lago de Sanabria y Sierras de Segundera y de Porto.

Desde el estacionamiento de la playa los Enanos nos dirigimos al camping y playa el Folgoso. Tras pasar el parking de esta segunda playa, sale un camino señalizado que nos adentra en el bosque. A través de una carretera atravesamos el pueblo de San Martín de Castañeda, conocido como el balcón de Sanabria, por sus preciosas vistas al lago. Puedes visitar el Monasterio de San Martín de Castañeda con sus Exposiciones y punto sobre el Plan Románico Atlántico. A la salida del pueblo se halla el Mirador de los Peces. Volvemos de nuevo al sendero en bajada hasta el pueblo de Ribadelago. Al llegar a Ribadelago, bordeamos el lago y paseamos por sus playas hasta llegar al punto inicial.

https://animalesviajeros.es/ruta-circular-al-lago-de-sanabria-la-senda-de-los-monjes/

- **Inicio y Fin:** Ribadelago Viejo
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 10 km
- **Desnivel:** 250 m
- **Dificultad:** Media
- 42.121636, -6.747170

Z4. RUTA CASCADAS DE ABELÓN. Parque Natural Arribes del Duero.

El inicio de la ruta transcurre entre fincas cercadas con muros de piedra junto a los que crecen hermosas encinas. En el tramo final parten dos ramales: Uno nos acerca hasta la Peña de la Campana, una bella formación geológica que corona un mirador sobre el Duero; y el otro nos conduce hasta la Cascada de Abelón donde podemos visitar los restos de antiguos molinos harineros o aceñas que aprovechaban la fuerza estacional del agua. Entre ellos destaca un singular molino de cubo, cuya fábrica es muy poco frecuente. En este espacio, dominado por el encuentro de los ríos Esla y Duero encajados entre enormes arribes, podremos observar a la cigüeña negra o grandes rapaces que utilizan las paredes verticales para ubicar sus nidos.

http://www.lasendadelduero.com/rutas-por-el-duero/senderismo/cascada-de-abelon/

- **Inicio y Fin:** Abellón
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 8,5 km (ida y vuelta)
- **Desnivel:** 670 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.447750, -6.058727

Z5. HACIA PORTO POR VALDESIRGAS Y VALDEINFIERNO.
Parque Natural el Lago de Sanabria y Sierras de Segundera y de Porto.

Esta senda, con inicio en Porto de Sanabria, se dirige al Embalse de Valdesirgas, pasando por los Prados de Valdeinfierno y el paraje de Las Covaceras. Parte del trazado discurre fuera de los límites del Parque Natural y nos acerca a los ecosistemas de montaña de su zona de influencia. En el alto, los pastizales se mezclan con zonas de turbera, que mantienen especies vegetales de gran interés. Además, las llamadas 'casas das vacas', construcciones de piedra para almacenar hierba y encerrar el ganado, nos muestran la importancia ganadera de estos paisajes. En Porto podemos encontrar otros buenos ejemplos de arquitectura tradicional como molinos, fraguas, chozos, ...

https://www.terranostrum.es/senderismo/sendero-porto-valdeinfierno-embalse-de- valdesirgas

- **Inicio y Fin:** Porto de Sanabria
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 10,5 km
- **Desnivel:** 250 m
- **Dificultad:** Media-Alta
- 42.167856, -6.895244

Z6. SENDA DE LA SALINA GRANDE.
Parque Natural de las Lagunas 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. Los puntos de mayor interés son el observatorio de aves de Otero de Sariegos y el puente romano de Villafáfila. Comenzamos la ruta en el pueblo de Villafáfila entre campos de cultivo salpicados por pequeñas lagunas y con numerosos palomares. Llegamos al regato del Tío Hachero, un cauce que vierte sus aguas en la laguna de La Salina Grande, a la que bordearemos durante nuestro recorrido. En Otero de Sariegos, atractiva por sus edificaciones, disfrutamos de unas espectaculares vistas de la laguna de la Salina Grande.

https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/villafafila-54525396

- **Inicio y Fin:** Otero de Sariegos
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 10,5 km
- **Desnivel:** 0 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.822046, -5.606565

Z7. SENDERO DE LOS MOLINOS.
Aliste.

Iniciamos esta ruta en Riofrío, caminando entre sus edificaciones de arquitectura tradicional realizadas con cuarcita y pizarra y avistando sus molinos, tomaremos un camino paralelo al río Becerril o Frío. En el interior del pueblo veremos un par de molinos, uno de ellos restaurado (La Culaga) y otro abandonado. Sorteamos el río a través de puentes y pontones. Llegamos a un molino abandonado (San Cibrián) y cruzamos el río, por esta margen izquierda el valle se hace más ancho, aparecen robles, majuelos, jaras a medida que nos alejamos del cauce. Seguimos el curso del río hasta alcanzar un conjunto de corrales (La Mayada). De aquí nos dirigimos hacia Sarracín de Aliste, pasando por el Área Recreativa del Picón. Por último, aguas abajo a un kilómetro de Riofrío de Aliste, se encuentra el molino restaurado de Juan Río.

https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-de-los-molinos-de-riofrio-de-aliste- serracin-24853569

- **Inicio:** Riofrío de Aliste
- **Fin:** Sarracín de Aliste
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 6 km
- **Desnivel:** 262 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.819936, -6.177036

Z8. SENDERO LAGUNA DE LOS PECES A PEÑA TREVINCA.
Parque Natural el Lago de Sanabria y Sierras de Segundera y de Porto.

Desde el parking de la laguna de los Peces tomamos un sendero que desciende para cruzar el Arroyo de los Covadosos. El sendero sube por la ladera para alcanzar el Collado Ventosa. Continuamos por la trocha bien marcada hasta que divisamos el Embalse de Vega de Conde. Subimos por la loma de la cara este, pasada la confluencia del Arroyo Maseirón con el río Tera. Desde la cima (2.127 metros), en la que yacen los restos de una cruz, contemplamos el paisaje que domina esta zona fronteriza entre las provincias de Zamora, León y Orense. Regresamos por el mismo camino

http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5431366

- **Inicio y Fin:** Laguna de los Peces
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 24 km
- **Desnivel:** 400 m
- **Dificultad:** Alta
- 42.169595, -6.734453

Z9. RUTA BANCO EL HULLÓN.
Parque Natural Arribes del Duero.

Partimos del aparcamiento de la piscina de Villadepera. Tras abandonar el pueblo, nos desviamos a la izquierda siguiendo las señales para coger un camino con perfil ligeramente descendente que más adelante se bifurca para alcanzar el mirador "Banco el Hullón", un coqueto y solitario banco al borde de los Arribes del Duero con unas vistas impresionantes. Ascendemos para regresar y como a 1,5 km desde El Hullón nos desviamos a la derecha para tomar la Senda del Duero hasta las cercanías del pueblo. Antes de llegar al mismo nos desviamos para regresar al punto inicial. Apto para familias y con un gran regalo a la vista.

https://pueblosdesayago.com/2017/05/15/mirador-banco-elhullon-arribes-villadepera/

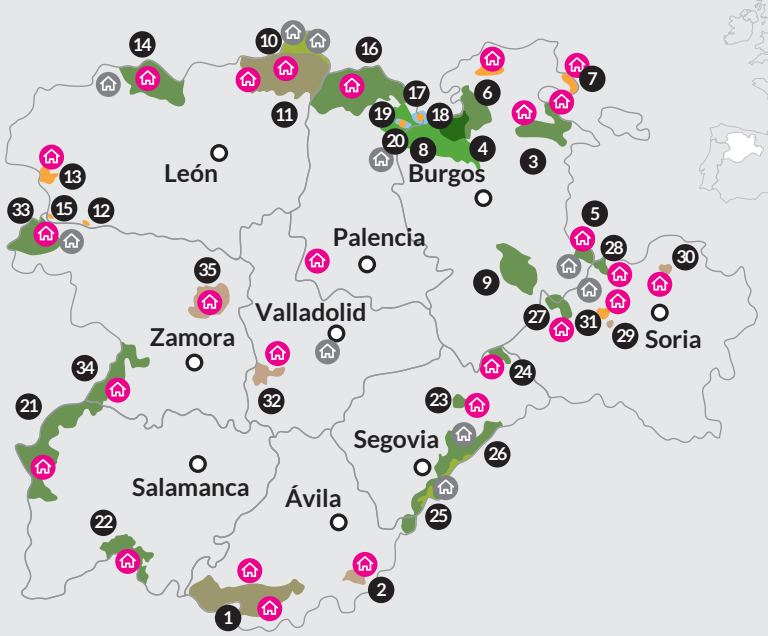
- **Inicio:** Villadepera
- **Fin:** Mirador de Hullón
- **Recorrido:** Lineal
- **Longitud:** 8 km
- **Desnivel:** 271 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.540372, -6.136420

Z10. RUTA DE VILLARDECIERVOS-CIONAL-PLAYAS.
Sierra de La Culebra.

Una preciosa ruta circular de poco más de 12 km de distancia y de dificultad fácil, donde se observan buenas panorámicas del Embalse de Valparaíso y Río Valdalla, además de atravesar montes, caminos y senda inter-playas. La ruta está balizada con colores blanco y amarillo a excepción de la senda inter-playas donde las balizas son de color rojo.

https://www.terranostrum.es/senderismo/zamora/sanabria-carballeda/villardeciervos/camino-de- villardeciervos

- **Inicio y Fin:** Villardeciervos
- **Recorrido:** Circular
- **Longitud:** 12,56 km
- **Desnivel:** 181 m
- **Dificultad:** Baja
- 41.943551, -6.285293



ESPACIOS NATURALES PROTEGIDOS

- Parque Nacional
- Parque Regional
- Parque Natural
- Geoparque
- Reserva Natural
- Monumento Natural
- Paisaje Protegido
- Casa del Parque
- Centro Temático

ÁVILA

1. Parque Regional Sierra de Gredos.
2. Reserva Natural Valle de Iruelas.

BURGOS

3. Parque Natural Montes Obarenes – San Zadornil.
4. Parque Natural Hoces del Alto Ebro y Rudrón.
5. Parque Natural Lagunas Glaciares de Neila.
6. Monumento Natural Ojo Guareña.
7. Monumento Natural Monte Santiago.
8. Geoparque de Las Loras
9. Parque Natural Sabinares del Arlanza - La Yecla.

LEÓN

10. Parque Nacional Picos de Europa.
11. Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre
12. Monumento Natural Lago de Truchillas.
13. Monumento Natural Las Médulas.
14. Parque Natural Babia y Luna.
15. Monumento Natural Lago de la Baña.

PALENCIA

16. Parque Natural Montaña Palentina.
17. Paisaje Protegido Covalagua.
18. Monumento Natural Cascada de Covalagua.
19. Paisaje Protegido Las Tuerces.
20. Monumento Natural Laberinto de Las Tuerces.

SALAMANCA

21. Parque Natural Arribes del Duero.
22. Parque Natural Las Batuecas – Sierra de Francia.

SEGOVIA

23. Parque Natural Hoces del Río Duratón.
24. Parque Natural Hoces del Río Riaza.
25. Parque Nacional Sierra de Guadarrama.
26. Parque Natural de la Sierra Norte de Guadarrama.

SORIA

27. Parque Natural Cañón del Río Lobos.
28. Parque Natural Laguna Negra y Circos Glaciares de Urbión.
29. Reserva Natural Sabinar de Calatañazor.
30. Reserva Natural Acebal de Garagüeta.
31. Monumento Natural La Fuentona.

VALLADOLID

32. Reserva Natural Riberas de Castronuño – Vega del Duero.

ZAMORA

33. Parque Natural Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto.
34. Parque Natural Arribes del Duero.
35. Reserva Natural Lagunas de Villafáfila.

Lleva en tu viaje tu mapa "Naturaleza y Senderismo" en Castilla y León, para que puedas situar los senderos y espacios naturales, recursos en la naturaleza como cuevas y las más de 30 Casas del Parque, donde monitores especializados proporcionan consejos para tener un mayor disfrute de la experiencia de la naturaleza en Castilla y León. Señalamos también localidades en sus proximidades que son Conjuntos Históricos que te permitirá planificar tu viaje adentrándote en el patrimonio, la cultura y las tradiciones de estos enclaves milenarios.

CASTILLA Y LEÓN

MAPA NATURALEZA Y SENDERISMO EN CASTILLA Y LEÓN

Junta de Castilla y León

Edita: FUNDACIÓN SIGLO PARA EL TURISMO Y LAS ARTES DE CASTILLA Y LÉON - **Diseño:** TRAMA COMUNICACIÓN Y DISEÑO
Depósito Legal: DL VA 905-2021 - **Edición:** noviembre 2021 - **Información:** todos los km indicados en esta publicación son aproximados
Foto portada VA: Copyright Pablo Requejo. Agradecemos también a Diputaciones y FDMESCYL por las fotografías cedidas.

CASTILLA Y LEÓN

turismocastillayleon.com

castillayleonesvida
visitcastillayleon

cylesvida

cylesvida

Junta de Castilla y León