

CAMINOS POR
sanabria y
carballeda
AL ALCANCE DE TODOS





CAMINOS POR
sanabria y
carballeda
AL ALCANCE DE TODOS

sanabria Y LA

Hemos abandonado las cuevas por confortables pisos, adosados y dúplex. Hemos llegado a la luna y la hemos convertido en un destino turístico para privilegiados. Hemos inventado la rueda, dominado el fuego, los reactores nucleares y las sábanas de franela. Nuestro amigo invisible quedó olvidado y dejamos de soñar cuando llegamos a adultos. Todo o casi todo cambia a lo largo de la vida.

Pero ¿y los caminos?

Nuestros caminos, como muchos otros, fueron creados hace siglos de la forma más sencilla: miles de pies pasando por el mismo lugar. Cambian su aspecto, pero no su esencia y siguen ofreciendo mucho tiempo después un gran abanico de posibilidades a quien por ellos transite. Caminar es una de las actividades más sanas y baratas que existen, permitiéndonos dejar el estrés a un lado, olvidar o recordar viejos tiempos, pasar un buen rato con los tuyos o a solas; sentirte libre. Apenas son necesarios un bastón, un buen par de botas y un hatillo cargado del espíritu adecuado para volver a saludar a gnomos y duendes, ver como caperucita y el lobo feroz son buenos amigos o como Pinocho conversa animadamente con un humero, primo lejano, en la ribera del río después de haber merendado con Rucio.

A carballeda

Por supuesto, estos caminos también tienen su parte de historia, como el Camino de Santiago o como el Cordel Sanabrés, que lleva hasta la misma plaza del Obradoiro tras abandonar los ricos pastos de nuestras sierras. Y las huellas de miles de anónimos labradores, ganaderos, arrieros y hasta caballeros de las órdenes militares los han llenado de vida que puedes comprender al recorrerlos.

Pero en su mayoría, los caminos unían pueblos, daban acceso a fincas, molinos y fuentes. Algunos han desaparecido por el desuso y otros siguen fieles a su cometido, o bien, sirven de excusa para dar un buen paseo y estirar las piernas o para buscar setas. Son éstos los caminos que queremos mostraros. Salvo contadas excepciones, se trata de rutas de dificultad mínima, evitando recorridos demasiado largos o fatigosos. Muchos de ellos aptos para realizar en familia.

Esperamos que los disfrutéis.

**También podéis descargar estas rutas en vuestro GPS de excursión a través de la página www.sanabriacarballeda.com (Qué ver y qué hacer/Caminos tradicionales).*

- 
- 
- 01 Rioconejos-Anta
AYTO. DE ASTURIANOS Y DE ROSINOS
 - 02 Asturianos a Entrepeñas
AYTO. DE ASTURIANOS
 - 03 Cernadilla, Camino de la Losera
AYTO. DE CERNADILLA
 - 04 Cobreros, Avedillo, Santa Colomba
AYTO. DE COBREROS
 - 05 Sotillo, Limianos, Cordel San Román
AYTO. DE COBREROS
 - 06 Peña Furada, Cubo de Benavente
AYTO. DE CUBO DE BENAVENTE
 - 07 Espadañedo, los Corralones
AYTO. DE ESPADAÑEDO
 - 08 San Pelayo
AYTO. DE FERRERAS DE ARRIBA
 - 09 Ferreras de Arriba, los Castaños
AYTO. DE FERRERAS DE ARRIBA
 - 10 El Puente, Galende, Rabanillo, Casa del Parque
AYTO. DE GALENDE
 - 11 Galende Pedrazaes Trefacio
AYTO. DE GALENDE/TREFACIO
 - 12 Castromil, camino de contrabando
AYTO. DE HERMISENDE
 - 13 Hermisende, prados y castaños
AYTO. DE HERMISENDE

- 14 Justel, Camino Carrizoso
AYTO. DE JUSTEL
- 15 Justel, Camino al Refugio
AYTO. DE JUSTEL
- 16 Chanos - Las Hedradas
AYTO. DE LUBIAN
- 17 Lubian Aciberos
AYTO. DE LUBIAN
- 18 El puente de los infiernos
AYTO. DE MANZANAL DE ARRIBA
- 19 Codesal, paseo
AYTO. DE MANZANAL DE ARRIBA
- 20 Dornillas-Gramedo-Espadañedo
AYTO. DE MANZANAL DE LOS INFANTES
MUELAS DE LOS CABALLEROS/ESPADAÑEDO
- 21 Lanseros, Peña la Mora
AYTO. DE MANZANAL DE LOS INFANTES
- 22 Molezuelas de la Carballeda, alrededores
AYTO. DE MOLEZUELAS
- 23 Sejas a Dornillas
AYTO. DE MANZANAL DE LOS INFANTES
- 24 Fresno de la Carballeda, Castro del Burro
AYTO. DE MOMBUEY
- 25 Fresno de la Carballeda, la Cama de los Moros
AYTO. DE MOMBUEY
- 26 Muelas de los Caballeros, los Molinos de la Ribera
AYTO. DE MUELAS DE LOS CABALLEROS

- 27 Muelas de los Caballeros, Aguas Blancas
AYTO. DE MUELAS DE LOS CABALLEROS
- 28 Otero de Bodas, alrededor del Muelo
AYTO. DE OTERO DE BODAS
- 29 Otero de Bodas, subida al Muelo
AYTO. DE OTERO DE BODAS
- 30 Palacios, Vime Rionegrito
AYTO. DE PALACIOS, ROSINOS DE
LA REQUEJADA, ASTURIANOS
- 31 Pedralba, Camino de Santiago por Lobeznos
AYTO. DE PEDRALBA DE LA PRADERIA
- 32 Rihonor de Castilla, Camino de la Raya
AYTO. DE PEDRALBA
- 33 Peque, Camino de la Presa el Caño
AYTO. DE PEQUE
- 34 Peque, Camino de la Perota
AYTO. DE PEQUE
- 35 Barjacoba, Curro de los Lobos
AYTO. DE PIAS
- 36 Villanueva-Pías
AYTO. DE PÍAS
- 37 Porto, Laguna Cancelos
AYTO. DE PORTO
- 38 Porto, el Acebral
AYTO. DE PORTO
- 39 Camino de las Herrerías
AYTO. DE PUEBLA DE SANABRIA
PEDRALBA DE LA PRADERÍA

- 40 El Puente Puebla
AYTO. DE GALENDE, AYUNTAMIENTO DE PUEBLA DE SANABRIA
- 41 Requejo, Paseo por el Río
AYTO. DE REQUEJO
- 42 Bosque de el Tejedelo Requejo
AYTO. DE REQUEJO
- 43 Rionegro, Camino de San Mamés
AYTO. DE RIONEGRO DEL PUENTE
- 44 Rionegro, Camino del Embalse
AYTO. DE RIONEGRO DEL PUENTE
- 45 Robleda, Cervantes, San Juan de la Cuesta
AYTO. DE ROBLEDA CERVANTES
- 46 Castellanos, Chaguaceda, Triufe
AYTO. DE PUEBLA DE S., ROBLEDA-CERVANTES
- 47 Cueva de la Mora Villarejo
AYTO. DE ROSINOS DE LA REQUEJADA
- 48 San Ciprian, los Vados
AYTO. DE SAN JUSTO
- 49 Cerdillo, Colmenar y Molino Botero
AYTO. DE TREFACIO
- 50 Rozas, Villarino, Trefacio
AYTO. DE SAN JUSTO/ TREFACIO
- 51 Arroyo Ciervas
AYTO. DE VILLARDECIERVOS
- 52 Alrededores de Villardeciervos
AYTO. DE VILLARDECIERVOS

Rioconejos Anta de Rioconejos Rioconejos

AYUNTAMIENTO DE ASTURIANOS

PUNTOS DE INTERÉS

Zona de baño(), molino.

RECOMENDACIONES

Llevar agua, calzado cómodo, en verano bañador y cámara de fotos.

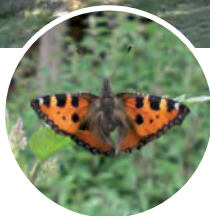
En las escuelas de Rioconejos está el punto de partida a este refrescante paseo que discurre a la vereda del río entre praderas, huertos familiares, bosques de robles y humeros, y en la que encontraremos estupendas zonas de baño.



Éste es el camino tradicional que unía las poblaciones de Rioconejos y Anta siguiendo curso arriba los ríos Negro y Conejos. De corto recorrido y fácil de realizar es recomendable para hacer

con niños. Además de disfrutar del paseo podemos ver muestras de arquitectura popular en ambos pueblos.

Comenzamos en las antiguas escuelas de Rioconejos descendiendo por sus calles hasta llegar, ya fuera del casco urbano, a la zona de ribera. Dejaremos nuestro camino por un rato para seguir una desviación a la izquierda que, tras atravesar un pequeño puente de madera, nos lleva entre praderas al molino de





DISTANCIA I 4 Km.

DURACIÓN I 1h.

TIPO DE RUTA I Circular.

COMO LLEGAR I a través de la N525, hasta Palacios de Sanabria y desde allí por la CL-622 dirección La Bañeza.

COORDENADAS INICIO I

N42 04.435 W6 27.717

CARTOGRAFIA I

Nº MTN50 0268-3 Asturianos

Rioconejos, primorosamente restaurado y que, testigo del tiempo, ha visto crecer los robles y verdear los prados que lo rodean.

Regresamos sobre nuestros pasos al camino inicial, dirigiéndonos hacia la izquierda, siempre acompañados del rumor del agua y de un hermoso bosque cuajado de robles y castaños. Más adelante nos encontramos con una playa fluvial que podemos aprovechar para darnos un buen baño. Continuamos camino hasta desembocar en la carretera.

Tras un pequeño descanso para dar un trago de la cantimplora, cruzamos para continuar la senda que conduce a la iglesia del Cristo de la Veracruz, ya en Anta. Rodeamos el templo y reaparece nuestro camino. Dejando atrás prados en los que pasta el



ganado y paredes flanqueadas por chopos y del árbol por antonomasia de la zona: el frondoso roble, para regresar a nuestro punto de partida en Rioconejos.

Asturianos Entrepeñas Asturianos



AYUNTAMIENTO DE ASTURIANOS

PUNTOS DE INTERÉS

Robledal de Lagonayos, embalse de Cernadilla, Camino de Santiago.

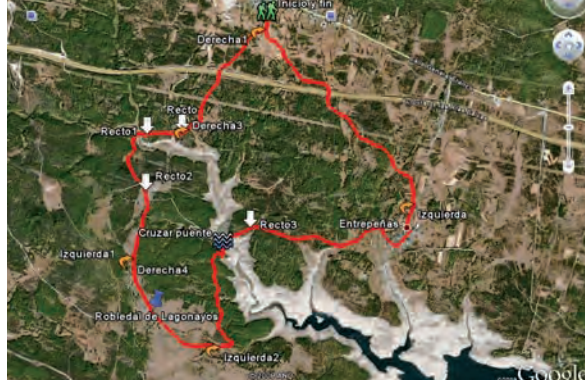
RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos y calzado cómodo. Posibilidad de hacerla en bicicleta.

La ruta, sencilla de andar, es perfecta para realizar en bici. Comienza a la izquierda de la iglesia de Asturianos. El camino inicial pronto se bifurca y nosotros tomaremos el de la derecha, que nos interna en un monte suave de praderas y robles. Al poco tiempo de empezar la marcha atravesaremos un puente sobre la autopista que nos conduce hacia el pantano. Por dos veces cruzaremos la cola del embalse de Cernadilla, en ocasiones cubierta de agua, como un pequeño entrante de aguas aceradas y tran-

quilas que, cuando lleva menos caudal, nos permite ver la vega que el pantano anegó y que aún conserva los cercados originales de piedra que se resisten a desaparecer.





DISTANCIA | 10,5 Km.
DURACIÓN | 2 h. 45 min.
TIPO DE RUTA | Circular.
COMO LLEGAR |
 A través de la N525
COORDENADAS INICIO |
 N42 02.979 W6 29.436
CARTOGRAFIA |
 N° MTN50 0268-3 Asturianos.



Poco a poco nos vamos acercando al pueblecito de Entrepueñas, que nos da la bienvenida entre pequeños huertos arbolados. A partir de aquí unimos nuestros pasos a los de los caminantes que recorren la Ruta Jacobea, que atraviesa el pueblo en dirección a Asturianos. Es fácil coincidir entonces con algún peregrino, sin duda gustoso de entablar conversación, o bien, con algún corzo o conejo despistado. Nos tocará nuevamente cruzar un puente sobre la autopista y, entre praderas, avistaremos ya la silueta de la iglesia de Asturianos, fin de nuestro recorrido.



Camino de la losera de Cernadilla

AYUNTAMIENTO DE CERNADILLA

PUNTOS DE INTERÉS

La antigua losera.

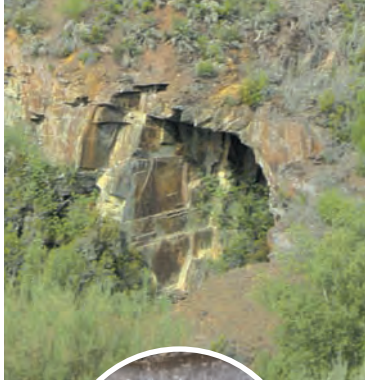
RECOMENDACIONES

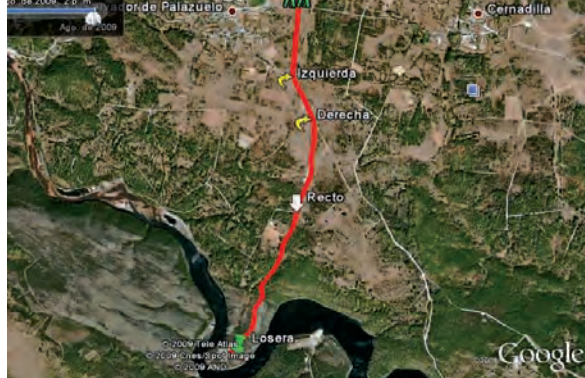
Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos.

El camino a la losera es una excusa perfecta para dar un paseo en familia, darse un baño y disfrutar de unas bellas vistas de la zona. Por la carretera secundaria que comunica Cernadilla con San Salvador de Palazuelo, a mitad de camino entre ambos pueblos, se dibuja a la izquierda una pista de tierra. Despejada y sin ninguna pendiente es posible hacer esta ruta tanto a pie como en bici, siendo ideal para ir con niños pequeños y carritos de bebé, por su sencillez y corto recorrido.

Cruzaremos por pastizales y campos antaño de cultivo y ahora conquistados por los carballos (variedad de roble) entre los cuales asoma algún castaño, cuya envergadura delata el sinfín de años que llevan aquí enterradas sus raíces.

Al paso cientos de olores os asaltarán, si es verano el tomillo y orégano predominan sobre el resto, en invierno, en cambio, es el olor a tierra mojada el que asciende desde el suelo impregnando el aire. El camino es sencillo y bien trazado. Encontraremos dos cruces en nuestro camino, tomaremos el primero a la derecha y después el de la izquierda que conduce, sin pérdida, al paraje conocido como “la losera” en la cola del pantano de Cernadilla, en el antiguo cauce del río Tera. En la otra orilla, casi suspendida sobre el agua, se encuentra una pequeña cantera de pizarra de la que hasta no hace muchos años se extraía la losa artesanalmente,





DISTANCIA I 5.4 Km.

DURACIÓN I 1h.

TIPO DE RUTA I Lineal.

COMO LLEGAR I A través de la N525 coger el desvío hacia San Salvador de Palazuelo, o bien hacia Cernadilla, después coger la carretera secundaria que une ambos.

COORDENADAS INICIO I
N42 01.326 W6 25.941

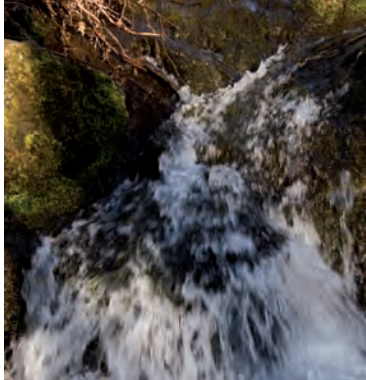
CARTOGRAFIA I
Nº MTN50 0268-4 Mombuey.

siendo transportada en barca de una orilla a otra. Esta cueva forma parte de la magia del lugar, las aguas calmadas sobre las que se dibujan las formas geométricas de las lajas, la contorsión de las ramas de salguera queriendo alcanzar el cristal de la superficie y los cientos de tonalidades del musgo, líquenes, hiedras y retamas convierten a este lugar en un remanso donde se escucha sólo el trinar de los pájaros y el viento entre los árboles o quizá los sonidos amortiguados de los pescadores que conocen la riqueza piscícola de este río, o bien, el bramido apremiante de los ciervos en época de berrea o incluso el bullicio de los niños en el agua en verano.

Desandando nuestro camino llegamos de nuevo a la carretera, donde comenzó la ruta, desde donde recomendamos visitar el pueblo de Cernadilla, cuya arquitectura popular os sorprenderá agradablemente.



Camino Cobreros Avedillo Santa Colomba San Miguel



AYUNTAMIENTO DE COBREROS

PUNTOS DE INTERÉS

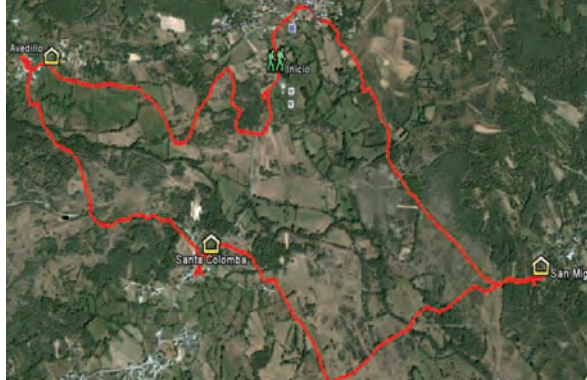
Ribera del Arroyo de la Mondeira. Pontones tradicionales. Flora y fauna.

RECOMENDACIONES

Calzado adecuado. En determinadas épocas, algunas zonas están muy encharcadas y dificultan el paso con bicicleta o carrito de bebé.

Camino entre distintos pueblos del municipio de Cobreros, situados en el entorno del arroyo de la Mondeira. Robledales, vegetación de ribera y posibilidad de encuentros con corzos, cigüeñas, etc. Iniciamos el paseo junto a una casa blasonada, vinculada a la familia de los Condes de Benavente, en la salida de Cobreros hacia Santa Colomba. Poco más adelante, a mano derecha, se sitúa el manantial de las termas Aguas Cheironas y las ruinas de





DISTANCIA | 9,5 Km.

DURACIÓN | 2 h. 30 min.

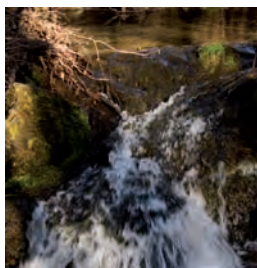
TIPO DE RUTA | Circular, con dificultades por agua y barro en temporadas.

COMO LLEGAR | Desde Puebla de S. carretera local hasta Cobrerros pasando por Castro de Sanabria y Barrio de Lomba.

COORDENADAS INICIO |
N42 04.197 W6 42.145

CARTOGRAFIA |
IGN N° MTN 50 0267-3 Cobrerros

la antigua Casa de Baños. Tras unos cuantos metros siguiendo la carretera nos internamos en el robledal y el camino nos lleva, serpenteando entre paredes de piedra y vegetación exuberante, tranquilamente hasta Avedillo. Tomaos un tiempo para ver su iglesia antes de buscar las señales que nos marcan el desvío a Santa Colomba. Al poco veréis el primer pontón sobre el arroyo, restaurado por el Parque Natural. La vegetación se hace ribereña y el rumor del agua nos invita a un pequeño descanso. Iniciamos una suave pendiente hasta cruzarnos con el Camino de Cubello, por donde los pastores subían los rebaños a los corrales naturales de la sierra. Por él bajaremos hacia Santa Colomba, entrando por una iglesia que, según algunos, pudo ser con la que toparon Don Quijote y Sancho. Debemos caminar unos cuantos metros por la carretera antes de desviarnos, de nuevo en paralelo al arroyo. Los robles clarean aquí, y nuestro recorrido hasta San Miguel discurre junto a antiguas tierras de labor, ahora mezcla de pastizal y monte bajo.



Tras el segundo pontón, justo antes de alcanzar San Miguel, vemos el cartel que nos guiará hasta Cobrerros, pero os recomiendo entrar un poco en el pueblo y admirar un hermoso soto de castaños, aparte de refrescaros en alguna de sus fuentes. El sendero de vuelta discurre plácido, de nuevo entre robles, hasta entrar en Cobrerros por el Barrio Abajo. Un paseo por sus calles, pasando bajo su Iglesia, os devolverá al punto de partida.

Camino Sotillo Limianos San Román Sotillo



AYUNTAMIENTO DE COBREROS

PUNTOS DE INTERÉS

Arquitectura Tradicional. Cordel Sanabrés. Castaño de San Román.

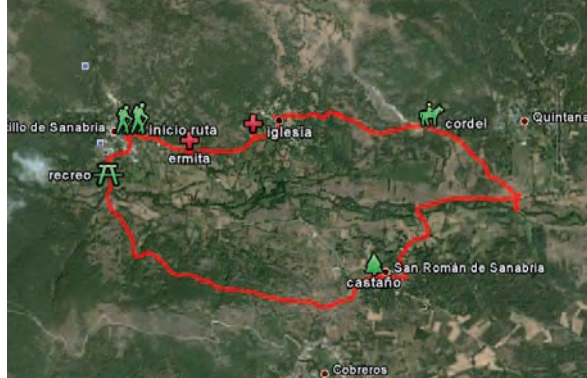
RECOMENDACIONES

Calzado cómodo. Cámara de fotos. Prismáticos. Guía de flora y fauna. Si hacemos el camino con carrito de niño, podemos encontrar complicaciones en primavera e invierno por las zonas de agua. Puede realizarse en bicicleta salvo escasos puntos en los que habrá que echar pie a tierra.

Si el camino se hace largo o si queremos evitar las únicas cuestas pronunciadas, desde el Cordel Sanabrés podemos regresar a Sotillo por carretera, siguiendo la orilla del Truchas. En ese caso debemos visitar, a la altura del cruce con la carretera de Limianos, el Molino Losao, restaurado por el Parque Natural.

Amable camino entre distintos pueblos del Valle del Truchas, con abundante arbolado y verdes prados. Nos permite admirar muestras de arquitectura tradicional, sendas históricas como el Cordel Sanabrés y árboles monumentales como el castaño de San Román. Esta ruta se puede hacer tanto en verano como en invierno, en solitario, en pareja o en familia, en fin, para cualquiera, aunque si eres papá o mamá y quieres llevar carrito, mejor en verano para evitar dificultades.

El punto de partida será la ermita del Bendito Cristo de Sotillo. Comenzaremos nuestro paseo flanqueados por paredes de tierra que se transforman casi sin que nos demos cuenta en duro granito, a través del cual escapa alguna raíz osada. Tras los muros de



DISTANCIA | 10 Km.

DURACIÓN | 3 h.

TIPO DE RUTA | Circular. Camino abierto con escasos puntos de relativa dificultad por piedras (rebollos). Según la estación, podemos encontrar agua o barro en tramos.

COMO LLEGAR | Puebla de Sanabria, por carreteras locales atravesando Castro, Barrio de Lomba y San Román a Sotillo.

COORDENADAS INICIO |

N42 05.510 W6 43.260

CARTOGRAFIA |

IGN N° MTN50 0267 Puebla de Sanabria

piedra aparecen los prados, antes cultivados y ahora ocupados por robles que luchan para librarse de la hiedra, que los abraza tenaz buscando la luz, mientras dan sombra y cobijo al caminante. Hacemos un alto en el camino, es la iglesia de San Tirso, que precede al pueblo de Limianos. Un consejo, sentaos tranquilamente y mientras descansáis, intentad descifrar las inscripciones de la fachada. ¿Repuestos? pues sigamos. Fijaos cómo el paisaje va cambiando, las gigantescas rocas con que os encontráis son piedras errantes, restos del glaciar que hace miles de años labró con mucha paciencia este paisaje tal cual lo veis ahora.

Más adelante llegamos al Cordel Sanabrés, una tradicional cañada por la que el ganado trashumante es conducido, aún hoy, hacia la montaña. Una vez llegados a este punto podéis continuar por la carretera hacia Sotillo, es un bonito y cómodo paseo. Si, por el contrario, os apetece hacer un poco de deporte y no os arredran las cuestas, continuad hasta San Román, donde os espera uno de los castaños más grandes de Sanabria (que no es poco decir) y que servirá de punto de referencia para seguir nuestro camino de vuelta a Sotillo, acompañados en todo momento por una impresionante vista del valle del río Truchas.



Ruta a Peña Furada

AYUNTAMIENTO DE CUBO DE BENAVENTE

PUNTOS DE INTERÉS

Vistas de la Sierra de la Cabrera, fauna y flora.

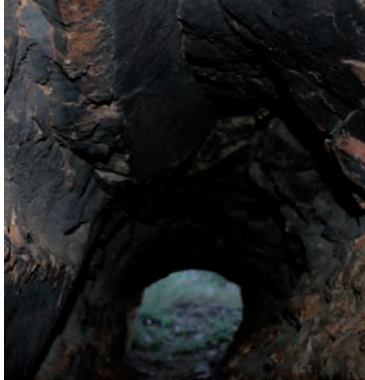
RECOMENDACIONES

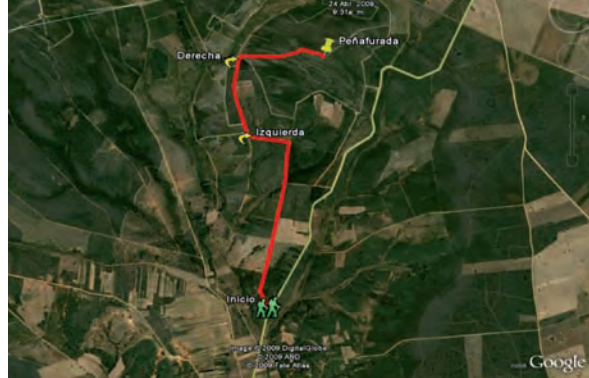
Calzado adecuado.

Nuestra ruta se inicia en Cubo de Benavente. Siguiendo la carretera en dirección a La Bañeza aparece a la izquierda una pista de tierra que da acceso a fincas de labor y pinares, donde comenzará nuestra excursión. Otra opción es la de continuar por este camino con el coche hasta la misma base del monte de la Peña Furada (2 km.). Una vez llegados allí, bien motorizados o por nuestros propios medios, comenzaremos a ascender pasado un pinar, donde aparece la señalización que indica la dirección a Peña Furada. Se sube por un cortafuegos poblado de monte bajo, que nos ofrece el paisaje de la Sierra de La Cabrera hasta el límite con la provincia de León y del valle de Cubo, con la Sierra de la Culebra al fondo.



Una flecha roja nos señalará la situación de la peña. Su nombre "furada" (agujereada), da una pista de lo que nos vamos a encontrar. Y es que se trata de una roca horadada, con un agujero de medio metro de anchura por dos de





DISTANCIA I 2,9 Km.

DURACIÓN I 1h.

TIPO DE RUTA I Lineal. Caminos abiertos sin dificultad.

COMO LLEGAR I Desde A-52, salida 49 Rionegro del Puente - N-525 - ZA-111 hasta Cubo. Ver Mapa.

COORDENADAS INICIO I
N42 08.139 W6 09.720

CARTOGRAFIA I
IGN N°MTN50 269-3 San Pedro de Ceque



longitud, que traspasa la piedra de lado a lado y cuyo origen y función se desconocen, lo que hace volar la imaginación popular que habla de un refugio de los “moros”, conociéndose como tales a cualquier civilización antigua que haya habitado estas tierras.

Al igual que el ascenso, la bajada es corta y poco pronunciada permitiéndonos disfrutar de la panorámica y de los aromas del monte.



Los Corralones

AYUNTAMIENTO DE ESPADAÑEDO

PUNTOS DE INTERÉS

castro-mina de época romana.

RECOMENDACIONES

Conviene informarse previamente sobre los castros en la comarca y completar el paseo con una visita por los pueblos de los alrededores.

La comarca de Carballeda esconde, al igual que la vecina y hermana Sanabria, bellos secretos casi inexplorados. Así, al igual que en Lubián se ubica el castro de Las Muradellas nos encontramos con el de los Corralones en Espadañedo, un pequeño pueblo carballés al cual se accede a través de Palacios de Sanabria por la N-525 desviándonos por la carretera C-622 en dirección A Muelas de los Caballeros y la Bañeza.

Los Corralones son, en pocas palabras, algo singular. El comienzo de la senda que os llevará hasta él está a la salida del pueblo, identificada con un panel informativo en el margen derecho de la carretera.

Siguiendo este camino veréis que todo el recorrido transcurre en llano, dejando a los lados prados y cortinas (pequeños huertos).

La senda presenta varias bifurcaciones que llevan a los pueblos vecinos, por ello, ante la duda, seguid las flechas que desde un inicio acompañan el recorrido y que os conducirán hasta el yacimiento.





DISTANCIA I 2,5 Km. Ida y Vuelta
DURACIÓN I 1h.
TIPO DE RUTA I Lineal y recorrido circular en el castro. Camino abierto y sendero. El recorrido del Castro está marcado con flechas amarillas para la ida y blancas para la vuelta.
COMO LLEGAR I A través de la N525, hasta Palacios de Sanabria y desde allí por la CL-622 dirección La Bañeza.
COORDENADAS INICIO I
 N42 06.910 W6 23.249
CARTOGRAFIA I
 N° MTN50 0268 Asturianos



Los amantes de la arqueología se quedarán sorprendidos al ver la obra de ingeniería realizada por los romanos. Sí romanos, el Castro de los Corralones, aunque lleva el nombre de “castro”, no fue construido ni ocupado por los celtas. Son varias las peculiaridades de este lugar: para su defensa se dotó de una muralla de piedra en todo el perímetro y un doble foso que llegó a tener ¡30 metros de profundidad! usando la técnica del desmonte mediante agua (ruina montium), la misma empleada en las Médulas, León. Para ello se desvió el caudal del arroyo de las Llagas, cercano al lugar. Y ¿por qué?, os preguntaréis, ¿para defenderse? Pues casi, su finalidad además de la de defensa era la de extraer oro y ser lavado en el lugar. Y es que Los Corralones fueron, en su día, una explotación aurífera. Conquistados hoy por la vegetación, su situación y su estructura le confieren una sorprendente belleza y un halo misterioso que nos hace viajar al pasado. Empezaremos el camino de vuelta por el mismo sendero que nos trajo, terminando de nuevo en el pueblo de Espadañedo.

Ruta de San Pelayo



AYUNTAMIENTO DE FERRERAS DE ARRIBA

PUNTOS DE INTERÉS

Área recreativa, corralones, avistamiento de fauna.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor.

Ruta que transcurre por caminos limpios y llanos, sin ninguna dificultad, con la presencia constante de la majestuosa Sierra de la Culebra. Es posible ver una gran variedad de aves: rapaces, abejarucos, herrerillos... y con suerte ciervos, corzos y zorros, entre otros mamíferos.

Comenzamos nuestro andar por el camino de tierra que se encuentra próximo a la panadería del pueblo. A mitad de trayecto el paisaje comienza a cambiar, dejaréis el suelo liso propio de los campos antaño cultivados para adentraros en un pequeño valle que da la sensación de estar excavado en plena falda de la sierra. Esta zona regada por aguas subterráneas, ofrece todo un espectáculo, pequeños manantiales que se deslizan por la ladera de la colina muriendo en diminutas pozas al lado del camino, vegetación exuberante y como no, mucha vida, ya que cientos de aves anidan aquí, alegrando el camino con un concierto digno de la mejor sinfónica. En esta zona se encontraba antiguamente la población de San Pelayo, que da nombre a la ruta y





DISTANCIA | 7.4 Km.

DURACIÓN | 2 h.

TIPO DE RUTA | Circular, por caminos de concentración. Sin dificultad. Según la época, podemos encontrar barro en algún tramo.

COMO LLEGAR | Desde N-631 salida Villanueva de Valrojo.

COORDENADAS INICIO |

N41 56.981 W6 12.934

CARTOGRAFIA |

Nº MTN50 IGN Hoja 307 Ferreras de Arriba

cuya huella se pierde arrinconada por la vegetación y el olvido de la Historia.

Este pequeño reducto, finaliza en una pequeña fuente habilitada recientemente por el Ayuntamiento de Villanueva de Valrojo y que marca la transición de nuevo a los pastos ocre y llanos entre los que se dejan ver varios corralones, edificaciones singulares de esta zona, consistentes en cer-

cos de piedra circulares, de unos dos metros de alto, y cubiertos de brezo, donde se encerraba al ganado para evitar que el lobo



lo atacara y que, hoy en desuso, forman parte inseparable de este paisaje. Poco a poco iremos aproximándonos al pueblo de Villanueva donde, si no llegamos muy cansados, merece la pena pasear por sus calles entre antiguos edificios que nos hablarán de tiempos pasados.



Camino de los Castaños



AYUNTAMIENTO DE FERRERAS DE ARRIBA

PUNTOS DE INTERÉS

Castaños. Ermita Cristo de las Aguas. Corralones – Centro de interpretación de la Vida Pastoril. Micología.

RECOMENDACIONES

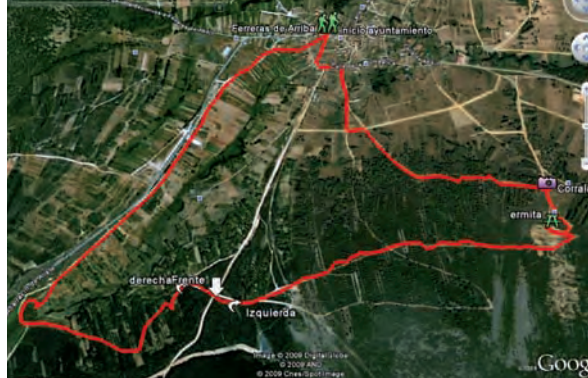
Evitar las horas de mayor calor. Para visitar el Centro de Interpretación hay que pedir cita en el Ayuntamiento.

Amable camino entre castaños en las estibaciones de la Sierra de la Culebra, apto para todos y perfecto como complemento a la visita al Centro de Interpretación de la Vida Pastoril.

Aunque no entraña dificultad, para hacer esta ruta es recomendable llevar un pequeño mapa, ya que los distintos cruces y desvíos pueden hacer que acabemos en la peña de La Lleira sin tenerlo planeado. Salimos del pueblo en dirección sudoeste, por un camino de concentración que discurre paralelo a la carretera de Sarracín de Aliste. Al poco de separarnos de ella ya encontramos las primeras

muestra de corralones, construcción de claro origen castreño para resguardar el ganado del frío y sobre todo del lobo. Estos se hallan en





DISTANCIA I 7,1 km.

DURACIÓN I 2 h. 30 min.

TIPO DE RUTA I Circular, por caminos de concentración. Sin dificultad. Según la época, podemos encontrar barro en algún tramo.

COMO LLEGAR I Desde N-631 salida Ferreras de Arriba.

COORDENADAS INICIO I

N41 53.925 W6 11.697

CARTOGRAFIA I

Nº MTN50 IGN Hoja 307
Ferrerías de Abajo

desuso y en diferente estado de conservación, pero nos preparan para lo que encontraremos después. A partir de aquí el camino se desarrolla entre pinos y castaños por las laderas de La Culebra. Ideal para realizar con niños de cualquier edad o, en temporada, para desempolvar nuestra cesta y buscar setas. El rey, por supuesto, el Boletus.

Así llegamos a la ermita, erigida por el empeño de los ferreros para albergar la imagen del Cristo de las Aguas. Es un buen lugar para tomarse un descanso y disfrutar de la vista de pájaro sobre el pueblo. Pocos



metros más allá se sitúan Los Corralones – Centro de Interpretación de la Vida Pastoril (concertar cita en el Ayuntamiento para visitas). Su estampa de piedra tosca y cubierta de brezo os recordará los poblados celtas y el origen de la arquitectura tradicional de la comarca.

Desde aquí tenemos varias posibilidades: alargar la ruta hacia el este para volver al pueblo por carretera, de frente (norte) y acabar también en la carretera; y si no queremos retrasar el almuerzo, tomar el camino de la izquierda (oeste) y llegar a nuestro punto de partida.

Camino el Puente Galende Rabanillo Casa del Parque

AYUNTAMIENTO DE EL PUENTE



PUNTOS DE INTERÉS

Orillas del Tera. Bosque de Robles. Centro de Recepción e interpretación “Casa del Parque Natural del Lago de Sanabria y alrededores”.

RECOMENDACIONES

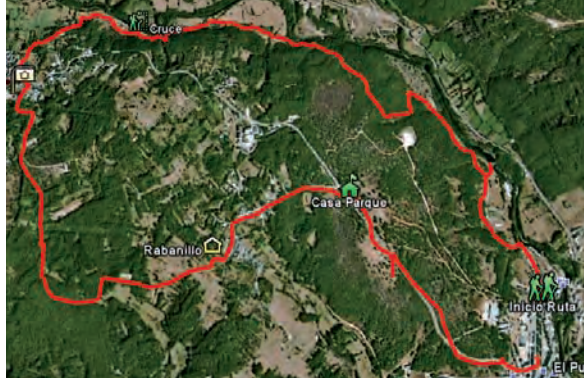
Consultar sobre un mapa los enlaces con otros caminos tradicionales. En los primeros días de primavera, el río baja espectacular.

Itinerario entre distintos pueblos del municipio de Galende, con posibilidad de elegir variaciones para adaptar el camino a nuestro gusto.

El camino se inicia poco más allá del crucero de El Puente, junto al antiguo cementerio. En el primer tramo avanzamos en paralelo al río Tera y la música de sus aguas nos acompañará en nuestro caminar. Nos encontramos con numerosos cruces y desvíos, pero no tenemos más que seguir las flechas amarillas que nos guiarán sin pérdida. Sin embargo, algunos de los senderos de nuestra derecha nos permiten desviarnos a la ribera y, en un descanso, disfrutar de la belleza del río.

Poco después, la señalización marca un brusco cambio de dirección y a continuación nos encontraremos con un repecho





DISTANCIA | 8,2 Km.

DURACIÓN | 2 h. 30 min.

TIPO DE RUTA | Circular, apta para bicicleta y carrito de niño, con alguna dificultad puntual.

COMO LLEGAR | Desde Puebla, Carretera ZA-104 hasta El Puente.

COORDENADAS INICIO |

N42 05.031 W6 38.500

CARTOGRAFIA |

IGN N° MTN 50 0267-2 Galende



considerable que nos llevará a la altura del pueblo de Cubelo. Os llamará la atención cómo el robledal se cuelga sobre el camino, dejando incluso sus raíces al aire. También es el momento de refrescaros en alguna de las fuen-

tes que hallaréis, justa recompensa tras la cuesta.

El camino se acerca, de nuevo, en suave bajada hacia el río mientras llegamos a Galende. Debemos atravesar el pueblo y tras cruzar la carretera del Lago, a la altura del supermercado, tomamos una calle asfaltada que sube hacia el monte. Unos metros más allá, unos letreros nos marcan la dirección hacia Ilanes y Quintana. Toca subir otra vez, qué se le va a hacer.

Seguimos las indicaciones hacia Ilanes paseando con tranquilidad por el robledal, hasta llegar a un cruce de caminos que marca el desvío a Rabanillo, donde se encuentra un banco para descansar. Según vamos llegando al pueblo, los robles clarean y aparece alguna mancha de pinos, manzanos y castaños. Entramos junto a la iglesia, de recio sillar y trabajado campanario. Tras cruzar el pueblo encontráis una calle que, entre farolas, lleva hasta la carretera del Lago (ZA-104) y a la Casa del Parque (centro de recepción del Parque Natural del Lago de Sanabria y Alrededores), cuya visita recomendamos. El tramo final del camino lo realizaremos siguiendo el carril bici que nos conducirá de regreso a El Puente.

Camino Galende Pedrazales Trefacio

AYUNTAMIENTO DE GALENDE Y TREFACIO

PUNTOS DE INTERÉS

Fauna y Flora: Robles, Castaños. Arquitectura Tradicional.

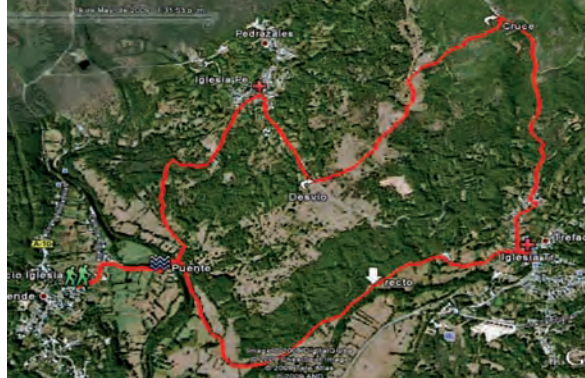
RECOMENDACIONES

Consultar sobre un mapa los enlaces con otros caminos tradicionales.

Antiguos caminos por los municipios vecinos de Galende y Trefacio, de los que Kruger llamaba “naturales”. Su escasa dificultad pone al alcance de todos los paisajes del entorno del río Tera y del Trefacio.

Iniciamos nuestro itinerario bajando desde la iglesia de Galende hacia el molino del río. Tras el puente se separan los caminos: nosotros cogeremos el de la izquierda, que entre prados, robles y castaños nos lleva en un suspiro hasta Pedrazales. Conviene perderse un tiempo por sus calles y admirar tanto las casas anti-





DISTANCIA | 8,4 Km.

DURACIÓN | 2 h. 15 min.

TIPO DE RUTA | Circular, apta para bicicleta y carrito de niño, con alguna dificultad puntual.

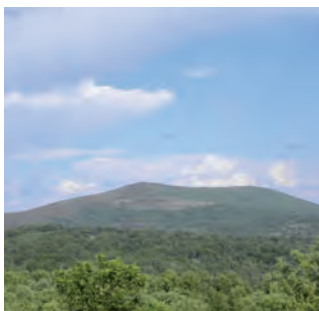
COMO LLEGAR | Desde Puebla, Carretera ZA-104 hasta Galende.

COORDENADAS INICIO | N42 06.330 W6 39.738

CARTOGRAFIA | IGN N° MTN 50 0267-2 Galende

guas como la adaptación de las nuevas construcciones a los modos de la arquitectura tradicional. No os perdáis la casona del S.XII, blasonada, antigua propiedad de los monjes de San Martín, hoy reconvertida en hotel rural.

Tenemos dos opciones para continuar hasta Trefacio: o bien por la carretera asfaltada, muy hermosa y resguardada por la arboleda, o bien, si queréis seguir pisando monte, por el camino de Vigo de Sanabria. En ambos casos abandonamos el pueblo por la parte este. Poco después de pasar el punto kilométrico número dos sale a nuestra izquierda una pista forestal que se interna en la montaña. Es prácticamente la única pendiente de nuestro recorrido y conduce, en su mayor parte entre monte bajo, hacia el cruce del camino de Trefacio, sin posibilidad de pérdida. Hay que bajar todo lo que hemos subido hasta que aparecen las primeras casas, después de una antena de telefonía y un depósito de agua, desde donde ya podemos divisar el pueblo. Trefacio también guarda orgullosas muestras de la más pura arquitectura popular. Hay que estar atentos a sus corredores y a los detalles decorativos. También merece la pena detenerse ante su bonita iglesia; junto a ella tomaremos el camino del cementerio –cuya ermita también os sorprenderá– y sin desviación alguna, en paralelo al río Trefacio, cuya música nos acompañará en todo momento, volvemos a nuestro punto de partida.



Ruta del contrabando de Castromil

AYUNTAMIENTO DE HERMISENDE

PUNTOS DE INTERÉS

Cruz da Touza, Penedo do Mozo, pueblo portugués de Moimenta

RECOMENDACIONES

Evitar épocas de calor, llevar cámara de fotos.

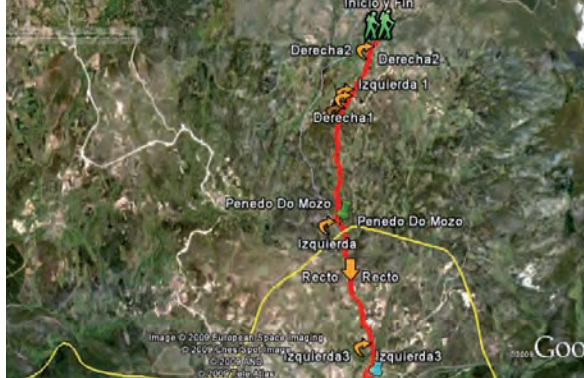


Paseo de fácil recorrido que une Sanabria con Portugal, permitiéndonos disfrutar del paisaje de la Raya y del contraste de pueblos tan cercanos como Castromil y Moimenta.

Este camino une las poblaciones de Castromil, en el municipio de Hermisende, y de Moimenta, ya en Portugal, con lo cual nuestra excursión en esta ocasión es internacional.

Se denomina “del contrabando” porque antiguamente, en tiempos de escasez, el contrabando constituía una actividad lucrativa (a la vez que clandestina) y permitía complementar las exiguas economías de los dos lados de la Raya. Pero no nos equivoquemos: éste no es el camino real que seguían los contrabandistas; de hecho, procuraban evitar las vías directas o los caminos más transitados que solían estar bien vigilados. Lo que sí es cierto es que no muy lejos de nuestro recorrido los fardos pasaban con frecuencia hacia ambos lados de la frontera.





DISTANCIA | 13 Km.

DURACIÓN | 3 h.

TIPO DE RUTA | Lineal.

COMO LLEGAR | Desde la A-52 dirección Orense, tomar salida a Hermisende y desde allí desvío a Castromil.

COORDENADAS INICIO | N42 00.128 W6 58.473

CARTOGRAFIA | IGN MTN50 304- Hermisende

En la plaza de Castromil, junto a un antiguo cruceiro llamado “la Cruz da Touza”, comienza nuestra ruta. Nos alejamos del pueblo siguiendo un ancho y bien marcado camino. Poco después una bifurcación que tomaremos a la izquierda nos conduce hacia un paisaje más abierto en el que progresivamente van desapareciendo los robles que hasta el momento nos acompañaban para dar paso al brezo y las escobas que pueblan las praderas. Los campos en primavera se cuajan de flores pero el resto del año también gozan de un espléndido colorido.

A mitad de trayecto un grupo de grandes rocas se cruzan en nuestro camino para indicarnos que, en la Edad Media, allí se reunieron los reyes de Portugal, Galicia y Castilla para establecer el límite de sus reinos, es el llamado “Penedo do Mozo” (“Penedo dos tres reis” para los portugueses), una “marra” o límite territorial en cuyas proximidades se encuentra el punto en que convergen los tres territorios. En una pradera cercana un abrevadero “internacional” permitía al ganado de ambos lados de la Raya beber de sus aguas sin provocar conflictos territoriales.

Continuamos ya por tierras portuguesas hasta avistar nuevamente praderas rodeadas de robles que llevan al pueblo de Moimenta. Éste se encuentra en el Parque Natural de Montesinhos, asomado a la sierra. Aquí encontramos ya la característica tipología constructiva de Portugal: casas de piedra y pintura blanca, con carpintería verde, teja en las cubiertas y escaleras de granito en el exterior.

Un buen café portugués para reponer fuerzas y regresaremos por el mismo camino a nuestro punto de comienzo.

Ruta de los castaños y prados de Hermisende

AYUNTAMIENTO DE HERMISENDE

PUNTOS DE INTERÉS

Castaños centenarios. Valle del río Pequeño. Praderías.

RECOMENDACIONES

Calzado adecuado.

Camino tradicional de acceso a tierras de labor, prados y sotos de castaños, centenarios como iglesias románicas y auténticos monumentos de la naturaleza.



Esta ruta, a pesar de estar situada en una zona montañosa, es sencilla de realizar y nos proporciona paisajes de monte y de valle, de bosque y pradera sencillamente impresionantes, como impresionantes son los castaños que le dan nombre.

Iniciamos nuestra ruta partiendo del Ayuntamiento por la carretera que lleva a La Tejera. Como quinientos metros después de pasar el Centro de Clasificación de Castañas, abandonamos el asfalto por el camino de tierra a la derecha, donde empieza la señalización. Enseguida nos encontramos con los primeros castaños que, pese a su tamaño considerable, son sólo un anuncio de lo que está por llegar. Tras un suave descenso llegamos a las orillas del río Pequeño. Casi escondida, al lado del puentecillo, se





DISTANCIA | 8 Km.

DURACIÓN | 2 h. 30 min.

TIPO DE RUTA | Circular, abierta y señalizada con escasos tramos de mínima dificultad.

COMO LLEGAR | Desde Autovía A52 salida 106 hasta Hermisende.

COORDENADAS INICIO | N41 58.117 W6 53.564

CARTOGRAFIA | N° MTN50 Hoja 304-2 Hermisende

encuentra una bonita poza en la que podéis ver como el agua se destila entre el musgo de las piedras. Unos metros más allá, se inicia otra ruta de senderismo: el camino de la Raya que se adentra en Portugal. Nosotros hemos de seguir la senda de la derecha hasta que volvamos a encontrarnos con el río.

Tras pasar el segundo puente, elegimos de nuevo la derecha para coronar la loma. En su punto más alto podéis deleitaros con el paisaje de praderías de la cuenca del Tuela. Bajamos hacia ellas por un camino de roca viva donde la erosión y el paso repetido de los carros han dejado marcadas las llamadas rodeiras, cicatrices de un tiempo pasado. Y así, según nos acercamos al pueblo, surgen de nuevo los castaños, ahora ya en pleno esplendor. Como todo ser vivo cada uno es diferente: uno semeja el perfil de un ciervo, otro alberga una cueva, otros han sido atacados

por el fuego pero sobrevivieron con hijos sanos y fuertes... Cuando visitamos obras de los hombres con esta antigüedad es fácil maravillarse; ante estos árboles el respeto es idéntico.

Entramos en Hermisende cerca del Puente y la zona recreativa del río Tuela. La hermosa torre de su iglesia nos guiará hasta el final del camino.



Camino Carrizoso

AYUNTAMIENTO DE JUSTEL

PUNTOS DE INTERÉS

Vistas de la sierra de Velilla y fauna de la zona.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos y agua .

El camino Carrizoso ofrece unas espectaculares vistas de las sierras colindantes, por un lado de la sierra de Perilla y, por el otro, la majestuosa Cabrera, siendo una buena opción a la hora de hacer una ruta de montaña con escasa dificultad.

Esta ruta se desarrolla en la Sierra de la Cabrera, esas montañas que parecen proteger la comarca desde el norte y que, perfectamente recortadas sobre el horizonte pueden divisarse desde cualquier punto de la Carballeda.

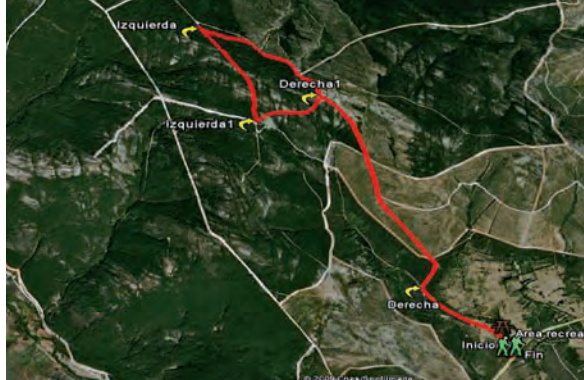


En las proximidades del pueblo de Justel, situándonos en la CL-622 dirección La Bañeza, irrumpe a la izquierda el camino Carrizoso. Su inicio es fácil de reconocer porque el suelo está cubierto de laterita, una arena de color granate, poco común en los caminos de la zona. A conti-

nuación, una agradable área recreativa ubicada bajo la sombra de los omnipresentes robles y, al otro lado del camino, llama la atención una pequeña laguna artificial, utilizada para coger agua en caso de incendio.

Pues es a partir de aquí donde comienza la senda, lo más parecido a una ruta de montaña fácil, recomendada para iniciados.





DISTANCIA | 7'8 Km.

DURACIÓN | 1 h. 40 min.

TIPO DE RUTA | Lineal, excepto en la parte superior que rodea la montaña.

COMO LLEGAR | A través de la N-525 coger el desvío hacia Muelas de los Caballeros a la altura de Palacios por la CL-622 hacia la Bañeza.

COORDENADAS INICIO |

N42 08.891 W6 18.476

CARTOGRAFIA |

Nº MTN50 0268-2 Muelas de los Caballeros



Los repechos son pocos y de escasa dificultad.

El camino despejado discurre entre matas de brezo que, en época de floración, despliega sus mejores galas, vistiendo el monte de morado, con la compañía de tupidos pinares, cuyo aroma tiene la virtud de hacernos respirar mejor, llenando nuestros pulmones de aire puro y perfumado. El camino que seguiremos es siempre el más despejado y, poco a poco, nos dirige sin problemas hasta lo alto de la montaña, donde en la primera encrucijada debemos virar a la derecha y después siempre a la izquierda rodeando la cumbre hasta volver al desvío. Este último tramo es, por tanto, circular, permitiéndonos contemplar la sierra desde distintas perspectivas.

Regresando por el mismo camino a través del cual hemos llegado, un descanso bien merecido y un buen bocadillo a la sombra de los robles, son la mejor forma de ponerle punto final a esta ruta.

Subida al refugio de Justel

AYUNTAMIENTO DE JUSTEL

PUNTOS DE INTERÉS

Espectaculares vistas de la Sierra de Velilla y de la Cabrera, fauna y flora.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos.

Una ruta para internarnos en la Sierra de La Cabrera y disfrutar de sus paisajes y, con un poco de suerte, avistar algún animal salvaje en su medio natural.

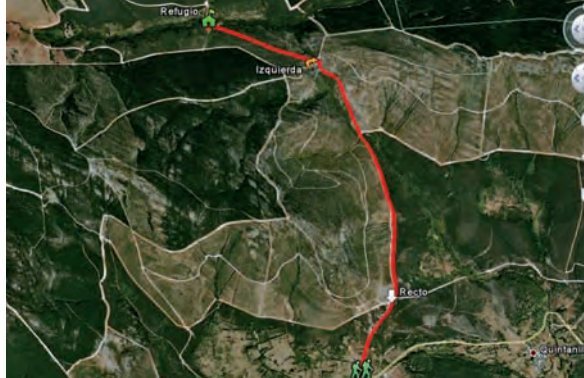
Justo frente al pueblo de Justel, nace el camino por el cual recorreremos los montes de este pueblo, montes enclavados en la sierra de Velilla, que forman parte del macizo rocoso de La Cabrera, frontera natural entre la comarca de la Carballeda y León.



Las Llamas es el nombre con el que se conoce a la zona por la que discurre nuestro camino, el cual, siempre despejado de maleza, de gran anchura y fácil tránsito, presenta escasas cuestras, sencillas en su mayoría.

El sendero parece avanzar derecho a las entrañas de la montaña, aunque el trayecto se para en seco en un valle dominado por los riscos de Velilla, en el cual la contemplación de la naturaleza puede ser una excusa perfecta para dejar pasar aquí el tiempo.





DISTANCIA I 4 Km.

DURACIÓN I 1h.

TIPO DE RUTA I Lineal.

COMO LLEGAR I A través de la N-525 coger el desvío hacia Muelas de los Caballeros a la altura de Palacios por la CL-622 hacia la Bañeza.

COORDENADAS INICIO I

N42 09.083 W6 17.803

CARTOGRAFIA I

Nº MTN50 0268-2

Muelas de los Caballeros.

Destaca, en cuanto a flora, la profusión de distintas clases de brezo, especialmente apreciado por las abejas, que con sus flores elaboran una miel de excelente calidad y sabor. Además su floración constituye un espectáculo único, convirtiendo el monte en un tupido tapiz cárdeno salpicado del verde oscuro y geométrico de los pinares, segundo de los atractivos de la zona, en los que se puede encontrar gran variedad de setas comestibles, siendo una de las más preciadas y reconocidas el boletus.

Este lugar es el escenario donde se desarrolla la vida de numerosas especies de fauna salvaje que encuentran aquí refugio y alimento, como el ciervo, el corzo, el zorro, el misterioso y huidizo lobo y también majestuosas rapaces como halcones y águilas reales que nos vigilarán desde el cielo. Todo esto puede ser disfrutado mientras descansamos en el agradable refugio de montaña que supone la meta de nuestro recorrido. La vuelta la realizaremos por el mismo camino.



Chanos Las Hedradas Camino de Santiago

AYUNTAMIENTO DE LUBIÁN



PUNTOS DE INTERÉS

Tejos centenarios junto a la iglesia, vistas sobre la sierra, camino de Santiago.

RECOMENDACIONES

cámara de fotos, calzado adecuado, recomendado a finales de primavera y en verano, evitar las horas de mayor calor.

Chanos, viene a significar llano, quizá porque este pequeño pueblo perteneciente al montañoso ayuntamiento de Lubián se asienta en una llanura en la ladera del monte, al abrigo de los vientos del norte y orientado a mediodía para aprovechar el sol que baña y calienta las fachadas y tejados de pizarra. Si algo llama la atención cuando se visita este pueblo de la Alta Sanabria es la abundancia de agua, con siete fuentes dentro del casco urbano (algunas manan incluso de entre los cimientos de antiguas casas). El agua se convierte entonces en un vecino más del pueblo, que lo recorre de arriba abajo, saludando a lugareños y visitantes en su alegre e impetuoso descenso al fondo del valle.

Nuestro camino comienza en la iglesia, flanqueada por dos inmensos tejos. Desde allí y dejándola a nuestra espalda recorreremos el pueblo hasta adentrarnos en los campos segados por una senda bien marcada que desciende suavemente la ladera y avanza entre robles, castaños, avellanos y faleitos (helechos). A finales del verano la vereda se ve salpicada de negras y jugosas moras que se ofrecen como aperitivo al caminante. Poco a poco se va despejando el camino, que nos ofrece vistas espectaculares de las montañas circundantes, mientras llegamos a las



DISTANCIA | 10,2 Km.
DURACIÓN | 3 h.
TIPO DE RUTA | Circular.
COMO LLEGAR | Desde A-52, dirección Orense hasta la salida 108, toma la N-525 hasta llegar a Chanos.
COORDENADAS INICIO
 N42 02.390 W6 55.617
CARTOGRAFIA |
 N° MTN50-4 Lubián

Hedradas, otro pequeño pueblo escondido entre los bosques de Sanabria y que conserva una bucólica estampa con su iglesia, lavadero y casas tradicionales con ventanas y corredores pintados de alegres colores.

Dejamos atrás Las Hedradas y, por unos instantes, el silencio del camino se verá interrumpido mientras pasamos por debajo de los puentes de la A-52. Inmediatamente después nos alejaremos del mundanal ruido para volver a serpentear ladera arriba en busca de otra “autovía”, pero ésta más antigua, con más solera y menos tráfico: el Camino de Santiago, la autovía de la tranquilidad, de los pensamientos, de la amistad. Aquí, mientras los pies inician el descenso por el camino no podemos evitar mirar hacia atrás y la mente, por un momento, desea que el destino sea otro.

Seguramente nos encontremos con algún peregrino sorprendido al ver caminantes en sentido contrario. Una sonrisa y un “¡buen camino!” serán nuestro saludo, pero nuestra ruta en esta aventura es otra. Seguiremos descendiendo por la senda sombreada hasta llegar al Santuario de la Tuiza, más humilde pero también lugar de peregrinación, a cuya romería, el último domingo de septiembre, acuden gentes de toda la contorna. A partir de aquí, abandonaremos el camino de Santiago, y tras pasar bajo la autovía comenzaremos el ascenso entre castaños que nos llevarán de vuelta a Chanos.



Ruta de Lubián a Acíberos



AYUNTAMIENTO DE LUBIAN

PUNTOS DE INTERÉS

Camino de Santiago, molinos, arquitectura tradicional y vistas panorámicas.

RECOMENDACIONES

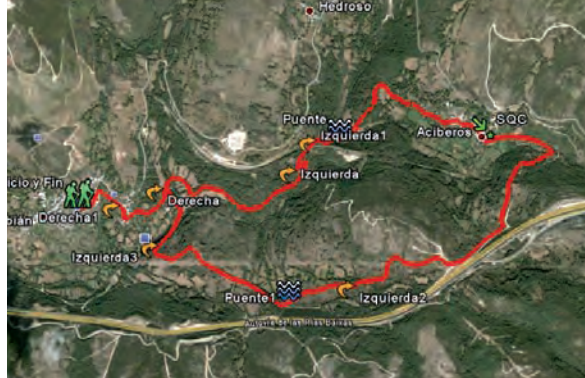
Calzado adecuado. En determinadas épocas, pueden encontrarse zonas muy húmedas.

Esta es una ruta recomendable para realizar en verano, debido a la presencia de agua en el camino. Y es que Lubián es un municipio cuya seña de identidad es el agua: molinos y fuentes alegran sus pueblos, ríos y manantiales bajan alegres por la montaña saludándonos y refrescándonos en nuestro camino y el verde de los campos está presente en todo momento.

Salimos de la población de Lubián, en la Alta Sanabria, desandando un pequeño tramo del Camino de Santiago. Tomaremos un desvío a la derecha y, poco a poco, nos alejaremos del pueblo entre prados y arboleda.

En nuestro andar cruzaremos un puente sobre el río Pedro y, continuando por una senda sombreada y bien trazada, llega un momento en que nos tocará vadear el río para ascender ahora por un camino entre escobas y pastizales, que fueron en sus tiempos tierras de labor. En este trecho tendremos a la vista el ajetreado transitar de la autovía A-52, que pronto desaparecerá permitiéndonos regresar a nuestro remanso de paz, en el que los únicos sonidos que percibiremos serán los del viento entre los árboles y el trinar de los pájaros.

Más adelante aparecen los primeros y majestuosos robles que



DISTANCIA | 8,8 Km.

DURACIÓN | 2 h. 45 min.

TIPO DE RUTA | Circular, excepto un pequeño tramo.

COMO LLEGAR | A través de la A-52. Ver Mapa

COORDENADAS INICIO | N42 02.110 W6 54.309

CARTOGRAFIA | IGN N° MTN50-4 Lubián.

nos proveerán de sombra mientras disfrutamos de unas vistas maravillosas de la montaña al acercarnos al pequeño pueblo de Aciberos. De arquitectura tradicional en piedra y pizarra, parece descansar sobre la ladera del monte. Tres molinos en medio del pueblo, que hoy se encuentran jubilados, sirven como testigos de una actividad secular y del esfuerzo del hombre por aprovechar los recursos de la naturaleza, a la vez que dotan de un encanto especial a este lugar.



Salimos del pueblo en dirección a Lubián siguiendo la variante sanabresa del Camino de Santiago. El sendero, bien definido por el transitar de vecinos y peregrinos, se convierte en un agradable paseo entre praderas valladas y frondas y es fácil que en este tramo nos veamos acompañados por caminantes en pos del Apóstol. Cruzaremos de nuevo un puente sobre el río y nuestros pasos, poco a poco, nos devolverán a nuestro punto de partida en el pueblo de Lubián.

Camino del puente de los infiernos



AYUNTAMIENTO DE MANZANAL DE ARRIBA

PUNTOS DE INTERÉS

Flora – Fauna – Antiguo Puente de Piedra – Pueblo de Santa Cruz de los Cuérragos.

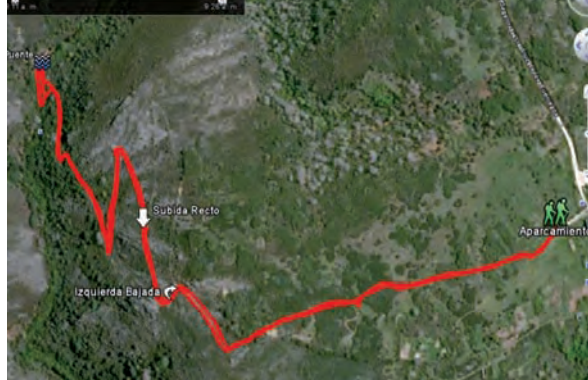
RECOMENDACIONES

Una vez recorrido el camino, no dejar de visitar el pueblo.

Aunque el nombre de “Puente de los Infiernos” no parezca muy prometedor no os asustéis: os prometemos un camino sorprendente y de insólita belleza.

Comenzaremos a la entrada de Santa Cruz de los Cuérragos, en las antiguas eras, desde donde parte un sendero abierto que serpentea ladera abajo entre jaras y brezos en flor. Los “carqueixos” y robles dan cobijo a los visitantes en los días de sol, el canto de los pájaros que se acalla a nuestro paso para después continuar y, sin darnos cuenta, llegamos al fondo del angosto valle, donde aparece modesto pero majestuoso, el Puente de los Infiernos.





DISTANCIA | 2,9 Km. (ida y vuelta)

DURACIÓN | 1 h. 3 min.

TIPO DE RUTA | Lineal, con un tramo circular al final. Ruta con pendiente.

COMO LLEGAR | Desde Puebla de Sanabria, ZA-921 por Robledo, Linarejos, Santa Cruz de los Cuérragos

COORDENADAS INICIO |

N41 56.454 W6 31.748

CARTOGRAFIA |

IGN N° MTN50 0305-4
Río Manzanas



Construido sobre el Río Manzanas en el siglo XVII como “vía rápida” para comunicar esta zona fronteriza con el pueblo vecino de Robledo por aquí pasaba el ganado venido de tierras alistanas.

En medio de un paraje que podría describirse como encantado el puente se levanta con su único ojo decorado con una cortina de hiedra por la que se cuelan

jugueteros los rayos del sol. La luz también incide en las piedras del fondo del río y su reflejo dibuja sombras caprichosas y cambiantes en los arcos del puente. El color verde lo envuelve todo y la pradera invita a descansar mientras se toman fuerzas para iniciar la vuelta hacia el pueblo.

La subida, sorprendentemente, no es dura como podría preverse y poco a poco nos acerca a Santa Cruz de los Cuérragos, donde es obligatoria una visita para disfrutar de la arquitectura de este pueblo anclado en el tiempo. Y mientras tanto podéis cavilar cómo, en medio de un paraíso, puede haber un “Puente de los Infiernos”.



Camino de Codesal

AYUNTAMIENTO DE MANZANAL DE ARRIBA



PUNTOS DE INTERÉS

Vistas de Peña Mira y de la Sierra de la Culebra, zonas de baño como la Ñalsa, fauna y flora.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos.

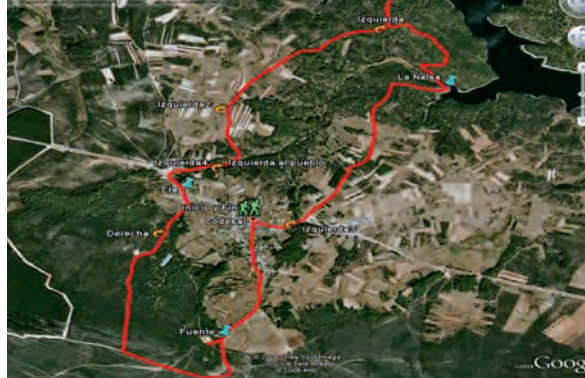
Un agradable paseo, por los alrededores del pueblo de Codesal, en el que podréis disfrutar de distintos paisajes que abarcan desde las calmadas aguas del pantano de Valparaíso hasta las majestuosas vistas de la Sierra de la Culebra y la siempre imponente Peña Mira.

Este camino comienza en Codesal para continuar por monte de robles hasta los pies del embalse de Valparaíso y dirigirse después hacia la Sierra de la Culebra, cuyas vistas panorámicas nos acompañarán de regreso al pueblo.

Nuestro punto de inicio será la iglesia de Codesal. Desde aquí y avanzando por la carretera con dirección a Cional encontramos

pronto un desvío a mano izquierda que nos lleva, bordeando la antigua escuela, a un sendero entre robles que, paso a paso, conduce a nuestra pri-





DISTANCIA I 9,7 Km.
DURACIÓN I 2 h. 30 min.
TIPO DE RUTA I Circular.
COMO LLEGAR I A través de la ZA-912 coger el desvío hacia Villardeciervos.
COORDENADAS INICIO I
 N41 58.203 W
CARTOGRAFIA I
 N° MTN50 0306-1
 Manzanal de Arriba.

mera parada: la Ñalsa. Este paraje, definido por un recodo del embalse de Valparaíso que hace las veces de playa fluvial, tiene la magia de esos lugares escondidos, plagados de naturaleza y que sorprenden al visitante por su belleza.

Seguimos camino y, poco después, nos desviamos nuevamente para obtener una nueva perspectiva del pantano en el lugar conocido como Las Sierras y dejar volar nuestra imaginación evocando los días en que no existía el embalse y proliferaban los molinos, aquellos tiempos en los que Codesal se comunicaba con los pueblos vecinos de la otra orilla del Tera cruzando en una barca que surcaba incansable el río hermanando a los ribereños.

Poco a poco el paisaje se despeja, atravesando lo que en su día fueron tierras de labor y, tras tomar un desvío a la izquierda, el camino continúa, acercándonos al pueblo. Después de pasar una fuente se nos presentan dos opciones: seguir a la izquierda y a unos trescientos metros nos encontramos nuevamente en Codesal, o bien, continuar de frente hacia la Sierra de la Culebra, cruzar la carretera y superar las antiguas eras.

En este caso nos encontraremos con un paisaje de suaves montañas, donde conviven el roble y el pino y desde donde se divisa, recortada sobre el horizonte, la silueta majestuosa de la Sierra de la Culebra.

Seguimos nuestro camino de retorno y, ya cercanos al pueblo, podemos refrescarnos y tomar un trago en una pequeña fuente a los pies de una balsa de agua. Poco después aparecen las primeras casas de Codesal y, entre huertos, casas y el verde de los árboles, terminamos nuestro paseo nuevamente junto a la iglesia.

Camino tradicional Dornillas Gamedo Corralones de Espadañedo Dornillas



AYUNTAMIENTOS DE MANZANAL DE LOS INFANTES-
MUELAS DE LOS CABALLEROS-ESPADAÑEDO

PUNTOS DE INTERÉS

Castro-mina romano. Fauna y Flora. Arquitectura Tradicional.

RECOMENDACIONES

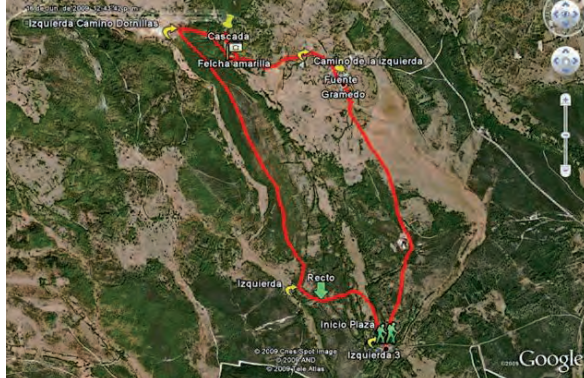
Consultar sobre un mapa los enlaces con otros caminos tradicionales.



Esta ruta comienza en el pueblo de Dornillas. Pasada la ermita de la Vera Cruz y dejando a la izquierda una fuente, nace el camino que nos llevará hasta Gamedo, este

tramo es ideal para hacerlo en familia, incluso con los más peques de la casa y su carrito. El paseo es descansado y fácil, cruzando pastizales y extensiones de chaguazo y tomillo, antesala de pequeños tramos de roble, desde los que se divisan las manchas rojas de los tejados de Gamedo, al que se llega en pocos minutos. Seguiremos la calle principal, que no debe dejarse hasta el final del pueblo.

Una vez alcanzada la salida, frente a una granja, a la izquierda de la carretera sale el camino de “Los Corralones”, en dirección a Espadañedo. Parte de este camino también puede hacerse con niños pequeños, es sencillo, sin ninguna pendiente, pudiendo



DISTANCIA I 10,1 Km.
DURACIÓN I 3 h. aprox.
TIPO DE RUTA I Circular
COMO LLEGAR I Desde Mombuey por la N-525, desvío hacia Donado hasta Dornillas.
COORDENADAS INICIO I
 N42 05.014 W6 21.361.
CARTOGRAFIA I
 ING N° MNTN 50 0268-1
 Espadañedo.

elegir entre dos sendas que avanzan paralelas distando entre sí unos cinco metros, una con sol y pradera y otra con sombra y roble, que finalmente se unen en una sola.

Llegados casi a la mitad, el camino toma una curva a la derecha, adentrándose en una bucólica pradera en cuyo final se adivina una diminuta cascada, seguro lugar de veraneo de alguna ninfa caprichosa y un buen sitio para tomar un pisolabis. Si queréis continuar, hay que deshacer el camino andado, hasta el inicio de la pradera, una vez allí, hay que seguir de frente, en dirección al río (a partir de aquí, la senda se complica un poco para los peques).

Tras cruzarlo, comienza el ascenso por algo similar a la cuenca seca de un río: pues efectivamente, camináis por el antiguo desagüe de Los Corralones, un castro-mina romano, donde se usó el agua para excavar los fosos que lo rodean y que a través de este desagüe fue llevada de nuevo al río. Podéis visitar Los Corralones desde las crestas de los fosos siguiendo las flechas amarillas, o rodearlo por el sendero de la derecha que avanza hasta unirse con un nuevo camino, que os conducirá de vuelta a Dornillas, dejando a vuestras espaldas los inalterables riscos de la Sierra de Velilla y La Cabrera que hasta este momento os habían mirado de frente.



Cueva de la Mora



AYUNTAMIENTO DE MANZANAL DE LOS INFANTES

PUNTOS DE INTERÉS

La Peña la Mora.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos.

La cueva de la mora, una curiosa formación rocosa en la que tanto el mito como la realidad se mezclan, dando al visitante una grata sorpresa, acompañada de un gratificante paseo.



Lanseros, antiguo enclave militar de la encomienda de san Juan de Jerusalén más conocido como los Caballeros de Malta, es el punto de referencia para hacer esta ruta, la de la Peña la Mora. Desde la carretera que da acceso al pueblo, al lado de un grupo de robles situado a la dere-

cha, justo cuando comienzan a verse los tejados de esta antigua villa, nace el camino que nos guiará parte del trayecto. Se trata de un camino sin desvíos, por lo que lo único que debes hacer es dejarte llevar, disfrutar del paisaje de carballos y escuchar curiosidades como la llamada de los corzos o la trova del cuco y de la abubilla. De esta forma, sin darnos cuenta llegaremos al punto de inflexión del camino, desde donde nos desviaremos a la izquierda



DISTANCIA | 1,5 Km.

DURACIÓN | 30 min.

TIPO DE RUTA | Lineal.

COMO LLEGAR | A través de la N525 Coger el desvío hacia Lanseros.

COORDENADAS INICIO |
N42 02.621 W24. 775

CARTOGRAFIA |
Nº MTN50 0268-4 Mombuey.

da para seguir ascendiendo monte a través unos 200 metros. Para que no haya confusión la mejor opción es que alguien que conozca la zona te acompañe, algo que puede ser muy enriquecedor ya que seguro te contará cientos de curiosidades del lugar, otra opción es que te lleses el GPS para que pueda guiarte hasta el punto exacto que buscas, la Peña la Mora.

Esta Peña, es una oquedad de pequeñas dimensiones formada por la colocación, no se sabe si accidental o buscada, de una serie de rocas, sobre las que circulan más de una historia donde se mezclan la fábula y la realidad. Colocada a media altura de la ladera del Castro de Lanseros, se encuentra en una zona privilegiada, resguardada del sol por las hojas de los robles sobre todo en la época estival, ofrece una increíble panorámica que abarca decenas de kilómetros, durante todo el año.



Alrededores de Molezuelas de la Carballeda

AYUNTAMIENTO DE MOLEZUELAS

PUNTOS DE INTERÉS

Fauna. Micología.

RECOMENDACIONES

En verano, evitar las horas de mayor calor. Conviene protegerse del sol y llevar líquidos. Plano de la zona para combinar distintas variaciones. Guía de setas.

Agradable itinerario por las inmediaciones de Molezuelas. Al ser una de las zonas más llanas de la comarca, ideal para realizar en bici, para buscar setas en temporada o para el avistamiento de fauna. O para combinar las tres actividades.

La amplitud y facilidad de estos caminos nos permite combinar y diseñar el recorrido a nuestro antojo. El que hemos elegido parte hacia el oeste al poco de entrar en el pueblo. Son terrenos llanos como pocas veces se encuentran en nuestra comarca e iremos bordeando campos de labor, zonas de reserva de caza y manchas de robles. Al poco de separarnos del





DISTANCIA I 12, 4 Km.

DURACIÓN I 2 h. 30 min.

TIPO DE RUTA I Circular, caminos de concentración sin dificultad.

COMO LLEGAR I Desde A-52, Salida 49 Rionegro del Puente.

COORDENADAS INICIO I
N42 04.890 W6 11.375

CARTOGRAFIA I
IGN Nº MTN50 269 Arrabalde

pueblo ya debemos estar atentos: los ciervos y corzos campan a sus anchas y no es difícil cruzarse con ellos, bien en la propia senda, bien saltando entre el monte bajo que nos circunda. Como siempre que intentemos ver animales en su medio, es recomendable madrugar un poco y mantener un mínimo de silencio.

Como a los cinco kilómetros de ruta, marcado en el mapa “Cº derecha”, hallamos una extensa zona de pinares que en su tiempo perteneció a la aldea de Perilla, hoy desaparecida y su término repartido entre Justel y Muelas de los Caballeros. Aquí, naturalmente en temporada, es sitio ideal para sacar la cesta, la navaja y poner a prueba nuestra pericia como micólogos.



Después de la fuente, que hemos de advertir que no siempre tiene agua, nos internamos en un tranquilo robledal, que también dará setas en su tiempo y sombra en todo momento, lo que se agradece en verano. Ya al salir de él veremos enfrente nuestro, a lo lejos, la espadaña de la iglesia de Molezuelas. Volvemos así al lugar donde iniciamos nuestros pasos, quizás rememorando los animales avistados o tal vez pensando cómo preparar las setas que cargamos en nuestro cesto.

Camino tradicional de Sejas a Dornillas



AYUNTAMIENTO DE MANZANAL DE LOS INFANTES

PUNTOS DE INTERÉS

Refugio de pescadores, ermita de la Rivera, ermita de Santo Tirso e iglesia de San Juan.

RECOMENDACIONES

Consultar sobre un mapa los enlaces con otros caminos tradicionales.

Una buena forma de comenzar esta ruta es imaginar el tañido insistente de las antiguas campanas de la iglesia de Santa Marina llamando “a concejo” (reunión vecinal). Este será el punto de partida de la ruta.

Comenzaremos caminando calle abajo tomando al final del pueblo el camino de tierra de la derecha, que nos llevará en un paseo tranquilo hasta el Río Negro. Allí nos espera el refugio de pescadores a la sombra de una gran piedra que nos dicen puede ser un menhir. Tras cruzar el puente y seguir el camino de la derecha nos encontramos con una amplia pradera a orillas del río presidida por la ermita de la Virgen de la Rivera, venerada por los vecinos de los pue-





DISTANCIA I 6,4 Km.

DURACIÓN I 1 h. 20 min.

TIPO DE RUTA I Lineal.

COMO LLEGAR I Desde Mombuey N-525, desvío a Sejas de Sanabria.

COORDENADAS INICIO I

N42 03.817 W6 22.179

CARTOGRAFIA I

ING N° MTN 50 0268 Molezuelas de la Carballeda.



blos cercanos y ubicada allí por “deseo expreso” de la Virgen que, en forma de palomas, eligió ese lugar.

Dejando a la izquierda la ermita continuamos por la orilla del

río llegando casi sin advertirlo hasta una pequeña senda usada antiguamente para comunicar los pueblos de Sejas y Dornillas. Inmersos en plena naturaleza, donde se mezclan en desordenada armonía madreselvas y helechos, alisos y robles, brezo, líquenes, agua y piedra, nuestras huellas se unirán a otras miles que las precedieron y que con los años han conseguido dibujar este camino, que se resiste a ser sometido por la maleza. Pasado el puente de madera el camino parece desdibujarse un poco, reapareciendo pocos metros después, para abrirse de nuevo al caminante, regalando miles de fragancias que provienen del tomillo, el brezo y la escoba en flor.

Ya cerca de Dornillas, el camino se vuelve a bifurcar, es el de la izquierda el que conduce hasta el pueblo, donde la curiosa ermita de Santo Tirso, en cuyo interior reposan en sagrado los vecinos fallecidos del pueblo, señala la entrada de Dornillas. Una vez aquí recomendamos dar un paseo por este pueblo de antiguas casas de piedra para regresar posteriormente por el mismo camino hasta nuestro punto de partida.

Camino tradicional del castro del burro Fresno de la Carballeda



AYUNTAMIENTO DE MOMBUEY

PUNTOS DE INTERÉS

Castro del Burro. Embalse de Valparaíso. Posibilidad de encuentros con ciervos o corzos.

RECOMENDACIONES

En los meses de verano, evitar las horas de mayor calor.

Suave camino apto para todos que, con la excusa de visitar el emplazamiento del Castro del Burro, nos acerca a algunas de las mejores vistas del Embalse.

Este es un precioso paseo para realizar con niños: prácticamente sin desnivel y de corto recorrido. En otoño y primavera el bosque os regalará sus mejores colores y si vais en un día cálido de





DISTANCIA I 5,6 Km. (ida y vuelta)

DURACIÓN I 2 h.

TIPO DE RUTA I Lineal, sin ninguna dificultad.

COMO LLEGAR I Desde Mombuey (N-525) por carretera local (Cº de Prado Redondo) hasta Fresno de la Carballeda.

COORDENADAS INICIO I

N41 59.944 W6 20.743

CARTOGRAFIA I

IGN N° MTN50 268
Molezuelas de la Carballeda



verano, poco antes de llegar al castro os encontraréis con una pequeña playa sobre el embalse en la que pegaros un chapuzón.

El comienzo de la ruta está señalizado a la salida del pueblo, detrás de la iglesia. A partir de ahí sólo queda seguir el camino que, entre praderas en las que pasta el ganado y monte de robles y escobas, os llevará sin pérdida a una pequeña península sobre el embalse de Valparaíso en la que, si sois observadores, podréis adivinar los restos de un antiguo castro celta. Este lugar es un mirador natural situado en una pequeña elevación con unas vistas maravillosas del embalse y de las sierras de La Carballeda. Tiene la magia de las piedras antiguas que fueron testigos de vidas pasadas y que, con el tiempo, se mimetizaron con la naturaleza. Un lugar perfecto para disfrutar de una merienda familiar y emprender desde aquí el camino de regreso respirando el suave aroma del tomillo.

Fresno de la Carballada La cama de los Moros

AYUNTAMIENTO DE MOMBUEY

PUNTOS DE INTERES

Tumbas antropomórficas, fuente de origen romano. Posibilidad de encuentros con ciervos o corzos.

RECOMENDACIONES

En los meses de verano, evitar las horas de mayor calor.



Esta es una ruta cortita, completamente llana y perfecta para ir en familia. El camino discurre por una pradera salpicada de brezos, jaras y robles, pudiendo contemplar a nuestra izquierda la

Sierra de la Culebra y a la derecha, más lejana, la de La Cabrera, que nos separa de la provincia de León. Lo mejor de la ruta, la sorpresa, se queda para el final.

Nuestro camino comienza junto a la iglesia de Fresno. Descendemos por la calle que conduce hasta la plaza y en una esquina aparece una antigua fuente con cubierta de piedra que puede ser de origen romano. Dejamos la fuente a la derecha y subimos una calle que nos lleva a la salida del pueblo. Tomamos el sendero que se adentra en el monte y poco después aparece una bifurcación: elegiremos el camino de la derecha, que atraviesa los prados del pueblo y, al llegar a las porterías del campo de fútbol, aparece un nuevo desvío: giramos de nuevo a la derecha.





DISTANCIA | 3,8 km (ida y vuelta)

DURACIÓN | 1h.

TIPO DE RUTA | Lineal, sin ninguna dificultad.

COMO LLEGAR | Desde Mombuey (N-525) por la carretera local (Cº de Prado Redondo) hasta Fresno de la Carballeda.

COORDENADAS INICIO | N41 59.925 W6 20.814

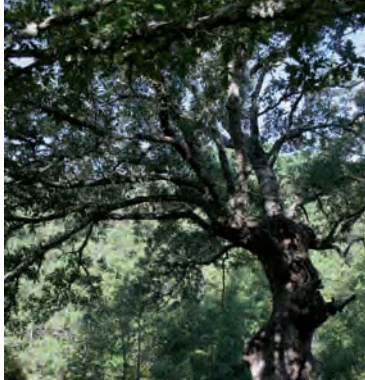
CARTOGRAFIA | IGN N° MTN50 268 Molezuelas de la Carballeda.

Es fácil encontrarse en esta zona de praderas con ganados pastando o con algún corzo que nos observe entre los árboles. Un grupo de piedras que sobresalen en medio de la llanura nos indica que el camino llega a su fin;

pocos metros más allá aparece una roca en la que se encuentran excavadas dos tumbas antropomorfas, es a lo que se llama “la cama de los moros”. Su origen no está muy claro y resulta aún más misterioso que sólo haya dos y se encuentren en mitad del monte. Probablemente hubo algún asentamiento, quizás visigodo, en sus cercanías. En cuanto a lo de “los moros”, era la denominación común a todo lo que no se consideraba cristiano y, por extensión, a los antiguos pobladores. La vuelta se realiza por el mismo lugar pero si queréis extender un poco más el paseo, llegando al pueblo, tomaremos el otro desvío (que dejamos a la izquierda en un principio) y que nos conducirá a una pequeña playa a orillas del embalse de Valparaíso, en la que refrescarnos y disfrutar del paisaje.



Los Molinos de la Ribera



AYUNTAMIENTO DE MUELAS DE LOS CABALLEROS

PUNTOS DE INTERÉS

Molinos. Vegetación de ribera.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor. La parte que discurre como senda de pescadores puede entrañar alguna dificultad por encharcamientos según la estación.

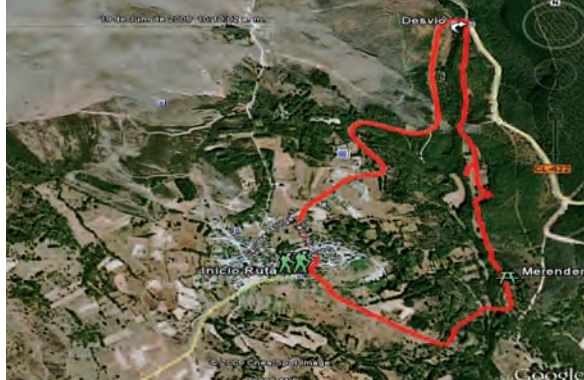
Agradable paseo junto al Río de la Ribera, o Fontirín, que puede ser un complemento ideal a nuestra visita a Muelas de los Caballeros y el Jardín del Fenal.

Iniciamos nuestro camino junto al Ayuntamiento de Muelas, donde encontramos el primer punto de interés: una antigua fuente con abundantes grabaciones en la piedra, posiblemente de origen medieval y



que quizás hicieran referencia a la potabilidad del agua. Salimos del pueblo por la carretera CL 622, en dirección a Justel. Tras aproximadamente dos kilómetros, des-

pués de una curva pronunciada, sale un camino de tierra a la derecha, marcado con dos paneles informativos que indican la posibilidad de ampliar nuestra senda hasta Peque.



DISTANCIA I 4,9 Km.

DURACIÓN I 1h. 20 min.

TIPO DE RUTA I Circular, por carretera, camino abierto y senda de pescadores.

COMO LLEGAR I Desde A-52, CL 622 hasta Muelas de los Caballeros.

COORDENADAS INICIO I
N42 07.674 W6 20.138

CARTOGRAFIA I

IGN N° MTN50 0268-2 Muelas de los Caballeros

Este camino os llevará, entre robles, vegetación de ribera y algunos pinos de buen tamaño, hasta el río. Pronto veréis los primeros molinos, en diferente estado de conservación, que aprovechaban la fuerza del agua para moler el trigo y el centeno. Poco después del último el camino parece extraviarse entre prados y tierras de labor en desuso. Es recomendable, pues, pegarse al cauce y seguir las sendas de pescadores, ya que así no habrá posibilidad de pérdida.



Bajo unos robles centenarios, de frondosidad admirable, se halla un merendero con mesas de madera y barbacoa que os puede venir muy bien para un pequeño almuerzo. Si queréis alargar la ruta hasta Peque es necesario seguir bordeando el río. En nues-

tro caso, regresamos cruzando por un amplio puente tras el cual se inicia la única cuesta de nuestra ruta.

Así, por camino abierto, pronto divisaréis las primeras casas de Muelas. Es un buen momento para deambular por sus calles y admirar la perfección de la sillería de sus casas y sus elegantes balconadas de madera labrada. Y después, por supuesto, no os olvidéis del Jardín del Fenal.



Camino de aguas blancas



AYUNTAMIENTO DE LOS CABALLEROS

PUNTOS DE INTERÉS

Robles centenarios, bosques de helechos, vistas desde la Sierra de Velilla.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor sobre todo si se hace con niños, llevar cámara de fotos.

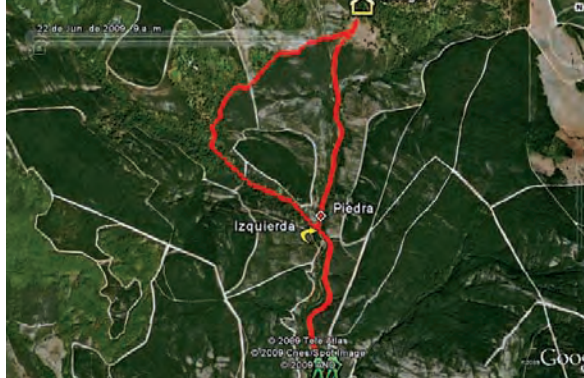
Teniendo en cuenta que nos vamos a adentrar en la Sierra de Velilla, en pleno macizo de La Cabrera, podría suponerse que se trata de una ruta dura, con grandes pendientes, pero nada más lejos de la realidad. En su mayor parte es llana y perfectamente transitable y, si tenéis dudas ante las posibles ramificaciones de caminos que puedan salir al paso, seguid siempre la senda más despejada.

En vuestro recorrido veréis como el camino se transforma poco a poco, dejando atrás el monte de retama y pino para transitar

entre grandes extensiones de helechos y robles, algunos de ellos centenarios, que custodian las orillas del Arroyo de Aguas Blancas, cuyo murmullo os acompañará durante parte del trayecto.

El primer tramo del camino avanza por la ladera de la montaña hasta llegar a un punto en el que se bifurca.





DISTANCIA | 7,9 Km.

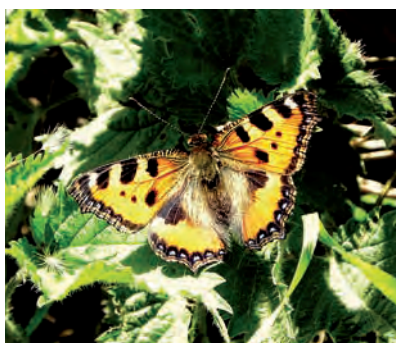
DURACIÓN | 2 h.

TIPO DE RUTA | Circular, excepto un pequeño tramo del comienzo, que es lineal, por el que también se regresa.

COMO LLEGAR | Desde A-52, CL 622 hasta Muelas de los Caballeros, al final del pueblo coger la carretera de Vega del Castillo. Tomar el segundo desvío hacia la Sierra de Velilla.

COORDENADAS INICIO
N42 09.683 W6 21.293

CARTOGRAFIA |
IGN N° MTN50 0268-2 Muelas de los Caballeros



Optaremos por la senda de la izquierda, teniendo como referencia el Arroyo de Aguas Blancas, para llegar entre sombras de roble y vegetación de ribera hasta un nuevo cruce donde tomaremos el camino de la derecha

que se separa del arroyo. A partir de aquí se asciende por la ladera del monte de Velilla, que nos ofrece espectaculares vistas de la zona, con grandes mantos de pinares y brezo, a escasos kilómetros del límite con la provincia de León. Con suerte y algo de sigilo podréis ver especies como el ciervo o el corzo, que campan a sus anchas en estas laderas. Zorros, perdices o liebres son otra posibilidad.

A mitad de trayecto encontraréis un pequeño refugio de montaña, lugar perfecto para descansar y retomar fuerzas de cara a la vuelta, que aquí comienza. El camino de regreso no entraña ninguna dificultad y regala una impresionante panorámica de toda la sierra de Velilla, Perilla y sus valles.



Ruta alrededor del Muelo de Otero



AYUNTAMIENTO DE OTERO DE BODAS

PUNTOS DE INTERÉS

Posibilidad de enlace con numerosas rutas.

RECOMENDACIONES

En los meses de verano, evitar las horas de mayor calor. Recomendable para realizar en bicicleta o con carrito de niño.

Ruta prácticamente llana que rodea el “Muelo de Otero de Bodas” por su base, de muy fácil recorrido.

Saliendo del pueblo de Otero de Bodas en dirección al monte de El Muelo os encontraréis con un edificio de planta baja, el “centro cívico”. Cerca de él, un panel indicativo que muestra diversas rutas del municipio sobre un mapa será nuestro punto de partida. Tomamos entonces el sendero del Muelo y, a unos 100 m., aparece a la izquierda un camino amplio de tierra, que comunica las fincas agrícolas del pueblo y que debemos seguir. La ruta se desarrolla entre encinas y monte bajo de brezo y escoba, con la

compañía omnipresente del imponente Muelo de Otero y divisando a lo lejos, hacia el norte, el embalse de N^a Señora de Agavanzal, en las aguas del río Tera. Tras recorrer aproximadamente 1,8km. el camino se bifurca; tomaremos el ramal de la derecha. A partir de aquí caminaremos a lo largo de un trocito de historia ya que, como indican los dos “miliarios” que encontraréis,





DISTANCIA I 5,9 Km.

DURACIÓN I 1h. 30 min.

TIPO DE RUTA I Circular, sin dificultad.

COMO LLEGAR I Desde la A-52, Carretera N-631 hasta Otero de Bodas.

COORDENADAS INICIO I

N41 56.449 W6 09.048

CARTOGRAFIA I

IGN Hoja -0307- del MTN50. "Ferrerías De Abajo".



nos hallamos en la XVII Augusta Romana, vía que comunicaba Bracara (Braga) con Asturica Augusta (Astorga). Un kilómetro más allá la abandonaremos para continuar por la senda de la derecha que, bordeando fincas de labor, nos ofrece el paisaje llano y ordenado de las vecinas tierras de los Valles de Benavente. Aparece también un indicador que señala

la una zona de baño en el embalse cercano. Si os animáis podéis desviaros y luego volver a este punto para continuar con la ruta. Al final de este tramo aparece la carretera que, hacia la derecha, conduce de nuevo a Otero; la seguiremos durante un kilómetro aproximadamente y, a continuación estaos atentos porque nos desviaremos, esta vez hacia la izquierda, bordeando una chopera que va a dar a una fuente con un banco para descansar. A partir de aquí una vereda nos lleva sin pérdida de regreso a Otero de Bodas.



Subida al Muelo de Otero



AYUNTAMIENTO DE OTERO DE BODAS

PUNTOS DE INTERÉS

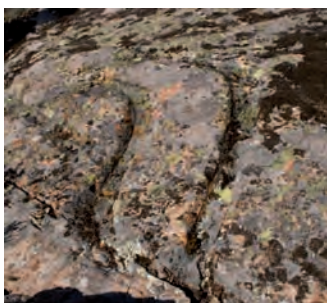
Panorámica de los alrededores. Flora. Petroglifo “Huella del Caballo de Santiago”.

RECOMENDACIONES

En los meses de verano, evitar las horas de mayor calor. Pese al desnivel, el camino es completamente abierto excepto en el último tramo, en la misma cima.

Ascensión a una atalaya natural desde la que se divisan la Sierra de la Culebra, el noreste de la comarca de La Carballada y el paisaje suave y cultivado de Los Valles de Benavente.

La mala noticia de esta ruta es que es bastante empinada pero se compensa con



las buenas: la ascensión es corta (1,5 km.), el camino casi hasta la cima es ancho y bien marcado, en las peñas de la cumbre os encontraréis con un petroglifo de probable origen celta y finalmente las vistas desde arriba son magníficas.

Comenzamos el camino a la salida del pueblo de Otero de Bodas, en la base del monte. Se trata de una pista amplia que asciende en línea recta. Podéis hacer un descanso en cualquier punto de la subida para contemplar abajo el pueblo y alrededor los montes de la Sierra de la Culebra. La época perfecta para



DISTANCIA | 3 Km. (Ida y Vuelta)

DURACIÓN | 1h. 30 min.

TIPO DE RUTA | Lineal, con fuerte pendiente.

COMO LLEGAR | Desde la A-52, Carretera N-631 hasta Otero de Bodas.

COORDENADAS INICIO |
N41 56.449 W6 09.048

CARTOGRAFIA |

IGN Hoja -0307- del MTN50. "Ferrerías De Abajo".



hacer esta ruta es la primavera, cuando todo el monte se tiñe de un espectacular color morado con la flor de brezo que cubre las laderas. En el tramo final, el camino se abre paso entre las rocas y, siguiendo las flechas marcadas sobre la piedra, encontraréis un petroglifo que llaman popularmente “la huella del caballo de Santiago”. Esta marca, de probable origen celta, tiene un buen tamaño, unos 70 cm. de longitud y tiene forma de dos semicírculos unidos por un extremo con un círculo en el centro, que puede interpretarse como la representación de un eclipse. Poco más adelante llegamos a la cima, donde respirando el aire puro y perfumado por las plantas aromáticas que tapizan el monte podremos disfrutar de una magnífica vista panorámica de las tierras de Carballeda, el embalse de Agavanzal y Valles de Benavente al norte y de la Sierra de la Culebra al sur. Sólo nos queda descansar un poco saboreando el paisaje y volver sobre nuestros pasos hasta Otero de Bodas.

Palacios Vime Rionegrito Villar de los Pisones



AYUNTAMIENTO DE PALACIOS-ROSINOS DE
LA REQUEJADA-ASTURIANOS

PUNTOS DE INTERÉS

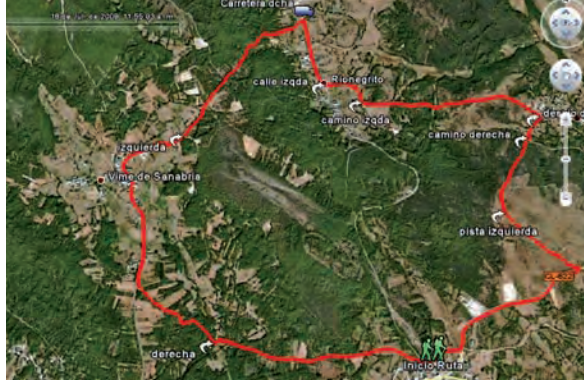
arquitectura popular, vistas panorámicas, flora.

RECOMENDACIONES

En los meses de verano, evitar las horas de mayor calor.

Paseo por el municipio de Palacios de Sanabria, recorriendo sus pueblos por caminos que tradicionalmente los unían y conociendo su arquitectura popular.

“Si aligeras aquí tu cartera, tus bienes se multiplicarán considerablemente”. Eso es más o menos lo que viene a decir una sentenciosa (o prometedora, según se mire) frase escrita en piedra junto al limosnero que hay en la portada de la ermita de Palacios de Sanabria, nuestro punto de partida en dirección a Vime. La primera parte de la ruta transcurre por el Camino de Santiago que compartían peregrinos y ganado, ya que también se utilizaba como cañada. Avanzamos a la sombra de los robles hasta llegar a un tramo en el que aún se conserva la antigua calzada empedrada que lleva hasta un puente de piedra de un solo ojo que, paciente aunque medio tuerto, indica el punto en el que nuestro camino se separa. Tomamos el ramal de la derecha que conduce hasta Vime. Si nos fijamos bien podremos apreciar la gran variedad de setas comestibles que el bosque nos ofrece. Recorremos Vime siguiendo la estrecha carretera que lleva hasta el corazón del pueblo, la plaza de la iglesia, donde un retorcido castaño, con unos cuantos siglos a sus espaldas, hace gala de su majestuosidad, vigilando atento la iglesia y las casas colindantes que, cotillas, se abalanzan sobre el camino.



DISTANCIA | 8,5 Km.

DURACIÓN | 2 h. 15 min.

TIPO DE RUTA | Circular, con escasa dificultad.

COMO LLEGAR | Desde A 52, salida 75 y N-525 hasta Palacios.

COORDENADAS INICIO | N42 03.579 W6 31.342

CARTOGRAFIA |

IGN N° MTN 50 0267- 4 Puebla de Sanabria y IGN N° MTN 50 0268-3 Asturias.

Saliendo del pueblo abandonamos el asfalto dejando a nuestra derecha el camposanto y tomando, en cambio, el desvío de tierra de la izquierda que entre una exuberante vegetación nos llevará hasta la entrada de Rionegrito. Poco antes de llegar a la iglesia, a la izquierda sale un camino que conduce a Villar de los Pisones, cuyo nombre se debe a los numerosos batanes que en tiempos golpearan lana y lino para suavizar el tejido. Justo antes de entrar en el pueblo, a la derecha aparece una senda que, tras superar las porterías de fútbol, vuelve a girar a la derecha y que tomaremos para encaminarnos hacia Palacios.

A partir de aquí el paisaje comienza a cambiar, se despeja, tornándose en monte bajo, permitiendo la vista de toda la Sierra de la Cabrera, en la que se vislumbran diminutos pueblos encastrados en los valles, que bien merecen una visita. Las pendientes, escasas en todo el trayecto, son muy suaves. Los animales impredecibles, suelen holgazanear en medio del camino. Avanzamos hasta ver los primeros tejados de Palacios pero debemos desviarnos de la senda que parece más directa porque está cerrada por la maleza. Así que vamos hacia la izquierda hasta llegar a la carretera y ahí ya no hay pérdida, nos encaminamos hacia el pueblo desembocando justo al lado del limosnero, que tantos bienes otorga y del que habíamos partido.



Camino de Santiago por Pedralba



AYUNTAMIENTO DE PEDRALBA DE LA PRADERÍA

PUNTOS DE INTERÉS

Panorámicas de Puebla, Sierra de la Atalaya, Monte del Tejedelo. Ermita del Cristo de la Ascensión. Arquitectura tradicional.

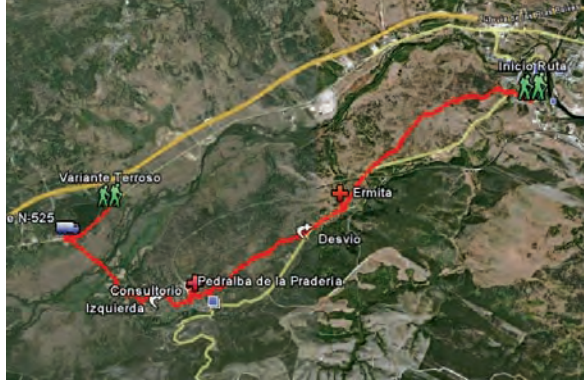
RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor. Llevar bebida.

Variante del Camino de Santiago que, desde Puebla, discurre por el municipio de Pedralba de la Pradería hasta llegar a Terroso. Después de Puebla, el Camino de Santiago ofrece dos alternativas: hay quien opta por continuar por la ribera del río Castro y hay quien, como hoy proponemos, lo sigue entrando en las tierras de Pedralba. Para hacerlo así, debemos abandonar la Villa por una senda que serpentea colina arriba, casi justo donde se cruza la carretera de Calabor con la calle que viene del Barrio de la

Veracruz. Es cuesta arriba, sí, pero no es cuestión de asustarse porque dura poco: casi tras este esfuerzo habremos llegado a Lobeznos() por un sendero entre monte bajo con unas hermosas vistas de la Puebla que hemos abandonado. En Lobeznos debéis visitar la iglesia pero tampoco os perdáis la Ermita del Cristo de la Ascensión, humilde pero muy curiosa al mantener restos de anti-gua policromía en su exterior.





DISTANCIA | 11,4 Km.
DURACIÓN | 2 h. 30 min.
TIPO DE RUTA | Lineal. Senda, camino abierto y pista asfaltada. Sin dificultad.
COMO LLEGAR | Desde A-52, Salida 79 Puebla de Sanabria.
COORDENADAS INICIO | N42 03.076 W6 38.101
CARTOGRAFIA | IGN N° MTN50 267 Puebla de Sanabria.

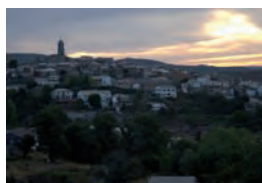
Tras salir del pueblo por carretera, al poco hallaremos, perfectamente señalado, el desvío a partir del cual el Camino se adentra en el robledal. Desde los puntos más altos y despejados es un placer lanzar la vista alrededor: Sierra de la Atalaya a la izquierda, Tejedelo y las Portillas al frente, el pueblo de Cobreros y Sierra Segundera a la derecha.



A Pedralba llegamos tras suave descenso, entrando junto a su camposanto. Podemos dar por finalizado así nuestro trayecto, pero es recomendable tomar la pista asfaltada que sale en dirección a Terroso. Pisaremos asfalto, es cierto, pero la belleza del paseo arbolado y, sobre todo, de alguno de los muchos prados que le dan al pueblo su apellido hacen que merezca la pena la prolongación.

Si queremos llegar hasta el punto donde se juntan las dos variantes, debemos cruzar el río Castro y bordear el pinar de Terroso por

la N-525, hasta encontrar las señales. El Camino de Santiago se centra y continúa ya unido hasta tierras gallegas. En nuestro caso regresaremos a nuestro punto de partida desandando camino.



Camino por la Raya. Rihonor de Castilla



AYUNTAMIENTO DE PEDRALBA DE LA PRADERÍA

PUNTOS DE INTERÉS

Fauna. Paisaje de la Sierra de la Culebra. Frontera con Portugal.

RECOMENDACIONES

Guías de flora y fauna. Prismáticos. En verano, evitar las horas de más calor. Atención a los cruces de caminos.

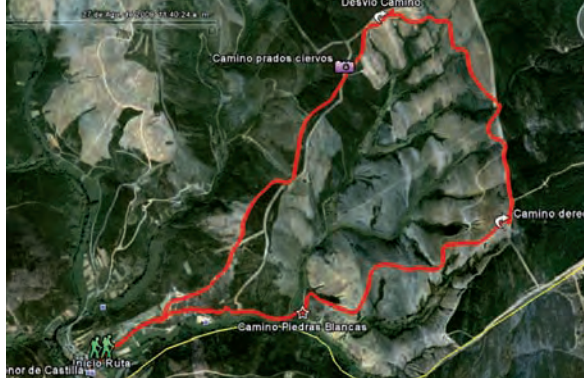


Suave camino de ligera pendiente que transcurre por territorio de ciervos y jabalíes y nos acerca hasta la misma Raya con el vecino Portugal.

Los prados donde antaño la gente de Rihonor llevaba a pastar la vaca se ocultan en el fondo

de los cabuercos (valles) de la redondeada Sierra de la Culebra. Hoy esa tierna hierba, de intenso verde, sirve de pasto a manadas de ciervos e incluso de revolvederos para los jabalíes. El recorrido que hoy os proponemos discurre por sus territorios y no será difícil disfrutar de su compañía.

Conviene madrugar un poco, eso sí, lo que también nos permitirá evitar las horas de más calor, como hacen los mismos ciervos. Salimos de Rihonor por el antiguo camino de Robledo, junto a la iglesia. Es un camino ancho y abierto del que, como a los tres kilómetros de subida, vemos salir desviaciones a nuestra derecha que bajan hacia los prados. Si queremos contemplar los ciervos



DISTANCIA | 7,1 Km.

DURACIÓN | 2 h. 3 min.

TIPO DE RUTA | Circular. Camino abierto con pendientes suaves.

COMO LLEGAR | Desde A52, Salida 79 Puebla de Sanabria – Carretera ZA-921 Ungilde Rihonor de Castilla.

COORDENADAS INICIO |

N41 56.579 W6 37.055

CARTOGRAFIA |

IGN N° MTN 50

debemos descender atentos y en silencio, incluso buscar una buena sombra y esperar algunos minutos.

Poco antes de llegar a los bosques de pinos abandonamos la ruta de Robledo y tomamos el camino que sale a nuestra derecha. Encaramos ahora la mismísima Raya con Portugal, que transcurre por las laderas que se encuentran frente a nosotros. Si nos fijamos podemos distinguir las “marras” (mojones que delimitaban la frontera) y algunos puestos de vigilancia (ya que en el suelo no había líneas pintadas je, je) ya en desuso.

Después de cambiar de nuevo de camino (consultar mapa), volvemos tranquilamente hacia el pueblo bordeando los cabuercos y sus prados. Antes de llegar, en una zona especialmente húmeda (ojo, suele haber revolcaderos de jabalíes) nos encontramos con un sendero que parte a nuestra izquierda: es la ruta de las Peñas Blancas, una bonita excursión que apuntamos para el próximo día.



Y así alcanzamos el camino de Robledo, por el que habíamos partido. Un buen refresco y un paseo por el pueblo fronterizo nos permitirán redondear la jornada.

Sendero de la presa el caño

AYUNTAMIENTO DE PEQUE

PUNTOS DE INTERÉS

Presa del río la Rivera. Castaños y robledales.

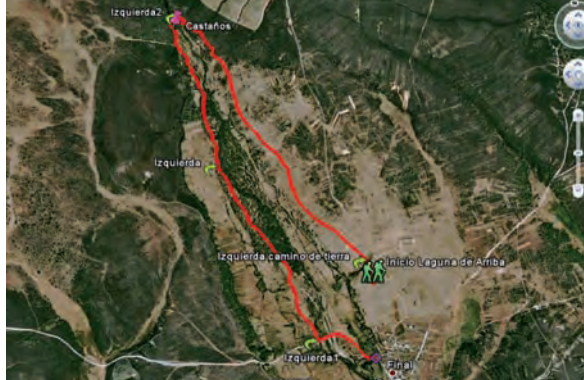
RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos.

Camino por las proximidades de Peque, disfrutando de paisajes de ribera que rodean el pueblo.

Iniciaremos el camino junto a la Laguna de Arriba, dentro del pueblo de Peque. Caminaremos durante un pequeño tramo por la carretera hasta tomar un desvío que aparece a mano izquierda, a partir de este momento el camino discurre por antiguas tierras de labor, eras y pastizales, todo ello salpicado de numerosos manantiales. Con el abandono de la agricultura, los campos de cereales y barbechos se han convertido en extensos herbazales en los que asoman tímidamente algunos arbustos (escobas, urces, tomillos...) y matas de encinas. Estos herbazales se cru-





DISTANCIA I 6,7 Km.

DURACIÓN I 1 h. 30 min.

TIPO DE RUTA I Circular

COMO LLEGAR I Desde la auto-
vía A-52 a través de la N525, coger el
desvío hacia Santa Eulalia. Ver mapa.

COORDENADAS INICIO I

N42 04.792 W6 16.546

CARTOGRAFIA I

Nº MTN50 0268-2 Muelas de los
Caballeros.

zan con prados húme-
dos que acompañan
el discurrir somero del
agua hacia el río de la
Ribera. Se denominan
en la comarca Lla-
mas, y fueron fuente
de pastos frescos para
el ganado y heno para
el largo invierno.



Dejamos después el camino para introducirnos en un sendero,
entre encinas primero y vegetación ribereña después, que nos lle-
vará hasta () la presa El Caño. Este pequeño azud construido
antaño desvía parte el agua del río a un caño que sirve para regar
la vega del río en su margen derecha.

Cruzamos el río por la presa y después el caño al que alimenta.
Continuamos con nuestro sendero, ahora de vuelta, que acompa-
ña al río en su viaje a través del hermoso robledal ribereño hasta
el camino de Los Linares, que separa la ribera de las antiguas
plantaciones de lino.

Toda la ribera es Lugar de Interés Comunitario (LIC) Riberas del
río Tera y afluentes, y forma parte de la Red Natura 2000. Su
mayor interés estriba en que alberga humeredas (alisedas) y
fauna acuática de gran interés (náyade, trucha, desmán del
Pirineo, nutrias, etc.).

Retomamos el camino que nos lleva al Puente Grande y de ahí
nos dirigimos al pueblo, ya visible, por un buen camino flanquea-
do por huertos, prados y alamedas.

Camino de la Perota



AYUNTAMIENTO DE PEQUE

PUNTOS DE INTERÉS

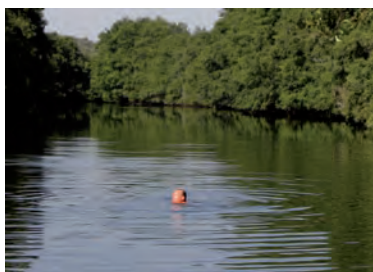
Peña del caballo de Santiago, Molino Charrina. Zona de baños.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, llevar cámara de fotos.

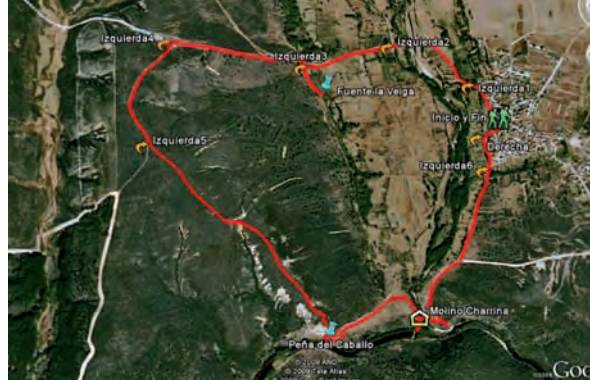
Esta ruta transcurre por los alrededores de Peque entre tramos de monte y de ribera.

Comienza el camino en la iglesia de Peque. Descendemos por sus calles y, ya fuera del pueblo, cruzamos el río



de La Rivera. Los pequeños huertos y prados van dando paso, poco a poco, a un paisaje de monte, con vegetación baja y escasa proporcionándonos, a cambio, unas magníficas vistas de la Sierra de la Cabrera y de los montes que circundan Peque.

El camino comienza a descender y nos acercamos a un valle en el que, al fondo, aparece un viejo puente de piedra, testigo del antiguo ir y venir de comerciantes y vecinos de los alrededores que se dirigían al mercado de Rionegro del Puente con sus animales, mercancías y dineros. A la izquierda del camino, bajando entre la maleza hacia el río, una gran roca nos espera para mostrarnos la marca profunda que en ella dejó ni más ni menos que la cabeza del caballo de Santiago, que al paso por estas tierras tuvo que sufrir un tropezón morrocotudo, a tenor del agujero que



DISTANCIA | 6,5 Km.

DURACIÓN | 1 h. 30 min.

TIPO DE RUTA | Circular.

COMO LLEGAR | A través de la N525, coger el desvío a Santa Eulalia del Río Negro.

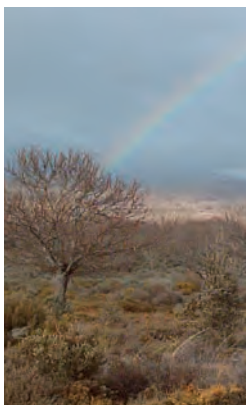
COORDENADAS INICIO |
N42 04.367 W6 16.530

CARTOGRAFIA |
Nº MTN50 0268-2Muelas de los Caballeros.



su testa provocó. También alimentando la leyenda se pueden ver sobre la peña las marcas del carro que, parece ser, también llevaba el santo.

Continuamos camino acercándonos al frescor de la arboleda que protege un antiguo molino del río Negro, el cual embalsa allí sus aguas para proveer a Peque de una magnífica zona de baños y de relax, donde la belleza del paisaje nos hace vacilar a la hora de emprender de nuevo la marcha. El camino del molino nos conducirá entre monte y prados de nuevo a Peque, nuestro punto de partida.



Curro de los lobos de Barjacoba

AYUNTAMIENTO DE PÍAS

PUNTOS DE INTERÉS

Curro de los Lobos. Vistas Panorámicas. Fauna y flora.

RECOMENDACIONES

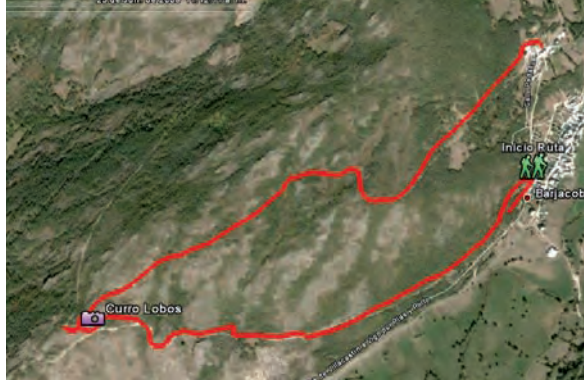
Calzado adecuado. Prismáticos.

Con la excusa de conocer el Curro de los Lobos, agradable paseo por la sierra limítrofe con Galicia en torno al pueblo de Barjacoba y su hermoso valle.

El Curro es una ancestral trampa destinada a proteger a los ganados del lobo, el antagonista del hombre en la sierra. Consiste en un cercado de piedras de mediana altura rematado por grandes lajas inclinadas hacia el interior. En el centro se ataba un cebo vivo –una oveja o una cabra– que con sus balidos atraía al depredador. Cuando el lobo entraba en el cercado le era imposible salir (por las lajas comentadas, cuando lo veáis lo entenderéis perfectamente) y allí rematado sin piedad por los vecinos. Barjacoba, de gran tradición ganadera, mantuvo durante siglos una guerra sin cuartel contra el lobo: trampas, mastines mantenidos con grandes dificultades, vigilancia continua y cuentos en las cocinas para alertar del peligro a chicos y grandes. Hoy quedan pocos lobos y también poco ganado, pero construcciones como el Curro sirven para mantener el recuerdo de la vida tal como fue.

El paseo se inicia a poco de entrar en el pueblo, llegando desde Pías. Hormigonado al principio, enseguida asoma el antiguo camino de piedras por donde los carros cargados bajaban de la sierra llenando el valle con el canto de sus ejes –y de paso marcando en la roca sus huellas para la posteridad. Los paneles





DISTANCIA I 3,1 Km.

DURACIÓN I 1 h. 15 min.

TIPO DE RUTA I Circular, camino empedrado de carros. Pequeños tramos de senda.

COMO LLEGAR I Desde A-52, salida 114. N-525 hasta el desvío de Pías y Porto.

COORDENADAS INICIO I

N42 07.039 W6 57.453

CARTOGRAFIA I

IGN MTN 50 0266-2 Pías.

informativos os ilustrarán sobre la vida en el valle, la flora y fauna y curiosidades como la Cruz de la Marta, conjunto de cruces de madera situadas en los altos para proteger al pueblo de las tormentas y el pedrisco.

Poco antes de alcanzar el Curro podéis divisar el embalse de Pías, visto desde aquí apenas del tamaño de un charquito, y las redondeadas formas de la montaña gallega. Las vistas, sin duda, son espectaculares. Una flecha os indica que el camino continúa hacia el noreste, entre monte bajo primero –estamos por encima de los 1.350 metros- y luego robles y pastizal. Aquí es necesario ir un poco atento, porque el camino abierto de antes se torna en estrecha senda en lugares puntuales. Tras encontrar una de las cruces de la Cruz de la Marta, entraréis en el pueblo por el apartado barrio de El Pedazo, por donde callejeando y admirando la arquitectura tradicional de la zona volveréis al punto de partida.

Es hora de recapitular: ¿Os habéis sentido observados durante el camino? ¿En algún momento se os ha erizado el pelo de la nuca? ¿Quizás os ha parecido ver unos ojos amarillentos entre el matorral, que han desaparecido antes del segundo vistazo? Estaríais de suerte, un Señor del Monte habría supervisado vuestra senda.



Villanueva Pías

AYUNTAMIENTO DE PÍAS



PUNTOS DE INTERÉS

Vistas. Fauna y flora, paisaje de montaña, bosques y arquitectura popular.

RECOMENDACIONES

Calzado adecuado. Mapas para consultar enlaces a otros caminos. Especialmente recomendable en verano, por transcurrir en su mayoría por terreno fresco y sombreado y para evitar el encharcamiento de algunos tramos del terreno.

Para llegar a la Alta Sanabria, territorio por donde transcurre nuestra ruta, es necesario atravesar las “portillas” (puerto) de la Canda y adentrarnos en Galicia durante unos kilómetros para desviarnos poco después hacia un valle escondido cuyos paisajes evocan las tierras vecinas galaicas y donde se encuentran los pueblos de Villanueva de la Sierra, Pías, Barjacoba y Porto, pertenecientes a la provincia de Zamora. Un camino tradicional une todos los pueblos de la Alta Sanabria. El tramo elegido por nosotros es el de Villanueva de la Sierra a Pías.

Éste es un camino lineal que atraviesa praderas y bosques, con un paisaje de montaña de gran belleza. El único inconveniente es la pronunciada pendiente que hay que seguir durante gran parte de la ruta. Por ello, nuestro consejo es hacer sólo el tramo de ida, que parte de Villanueva, ya que es en sentido descendente (y más fácil de hacer, por tanto) y, una vez en Pías, tener un coche esperándonos o realizar la vuelta por la carretera.

Comenzamos entonces en Villanueva de la Sierra. En el cruce de la carretera general aparece a mano derecha un letrero que



DISTANCIA I 3,5 Km.

DURACIÓN I 1h.

TIPO DE RUTA I Lineal.
Dificultad media – alta por agua y fuerte pendiente. Señalizada. No recomendable con niños pequeños. No intentar ida y vuelta salvo buena preparación física.

COMO LLEGAR I Desde A-52, salida 114. N-525 hasta el desvío de Pías y Porto.

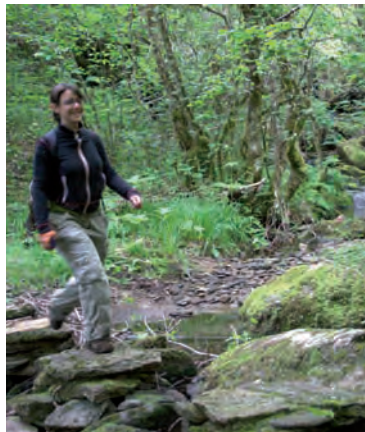
COORDENADAS INICIO I

N42 04.147 W7 00.317

CARTOGRAFIA I

IGN MTN 50 0266-2 Pías.

marca el comienzo de la ruta. (Un consejo, no os dejéis confundir por las flechas amarillas que encontraréis por el camino porque en ocasiones marcan el sendero de ida y otras el de regreso). Atravesando una amplia pradera que nos ofrece unas hermosas vistas del valle del Bibey con el embalse al fondo poco a poco nos vamos adentrando en un bosquecillo de robles que, en suave descenso, nos llevará a la carretera. Llegados a este punto debemos cruzarla y retomar el camino que se interna ahora en un bosque tupido de castaños, robles y helechos, salpicado de manantiales y que desciende de forma acusada hasta poco antes de llegar a Pías. A nuestro paso encontraremos grandes rocas tapizadas de musgo, juguetones arroyos que atraviesan el sendero en su descenso hacia el valle y que nos hacen detenernos para contemplar las pequeñas cascadas que aparecen en cualquier rincón del camino. Una fuente con lavadero nos indica que estamos llegando ya al pueblo de Pías, donde termina nuestra ruta. Y aquí, ya sabéis, los valientes que regresen por el mismo camino y si no que vengán a buscarnos con un coche, así podremos aprovechar el día disfrutando del resto de la Alta Sanabria.



Ruta a la Laguna de Cancelos

AYUNTAMIENTO DE PORTO DE SANABRIA

PUNTOS DE INTERÉS

Río Valdesirgas, Peña Trevinca, Laguna de Cancelos, lagunas circundantes en proceso de colmatación.

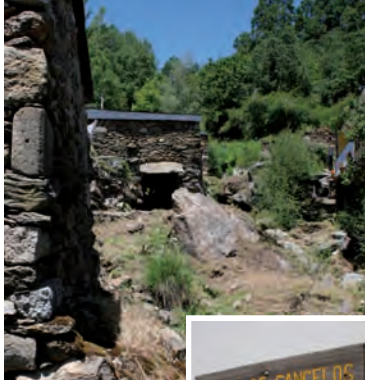
RECOMENDACIONES

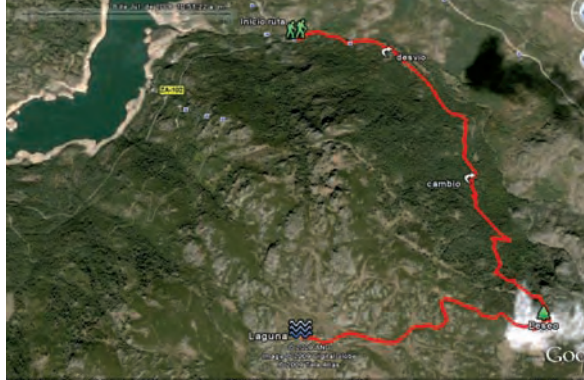
Evitar las horas de mayor calor, llevar calzado apropiado y agua.

Tras dar un vistazo al puente de Valdesirgas y apretarse bien los cordones de las botas comienza la ruta de ascenso hasta la laguna de Los Cancelos. Situada a 1.608 m sobre el nivel del mar, en plena Sierra de la Segundera, desde donde alza su mirada, por un lado hacia los montes de León y por otro a Galicia.

El llegar allí supone todo un espectáculo: subir serpenteando por la ladera de la montaña, atravesar por la sombra de El Bidual (uno

de los bosques de abedules más importantes y de mayor valor ecológico de la zona), desafiar al agua y al barro que en un momento dado pueden ocupar parte del camino, todo ello dejando cada vez más abajo el rezongo del río Valdesirgas que, en tramos de rápidos, acaba por unirse al embalse de San Agustín.





DISTANCIA I 9,2 Km.

DURACIÓN I 3 h.

TIPO DE RUTA I Lineal, dificultad media (desnivel 400m).

COMO LLEGAR I A través de la N-525 y desviándose por la ZA-102.

COORDENADAS INICIO I
N42 09.332 W6 54.018

CARTOGRAFIA I
IGN MTN 50 0266-2 Pías.

Nos encontraremos al final del trayecto, desde la cumbre del Pico del Beseo, con un panorama único: la inmensidad del monte de Porto, cuya cumbre fue pulida en el cuaternario por un glaciar antojadizo, que en su avance



horadó los valles que lo rodean en forma de U y dejó tras de sí maravillas como la laguna de Los Cancelos, a la que acompañan otras más pequeñas en un aparente proceso de colmatación que, con el tiempo, dará como resultado su transformación en turberas. Desde allí arriba podemos codearnos con uno de los puntos más altos de la sierra de la Cabrera, Peña Trevinca (2127m) en cuyas caras confluyen tres provincias: León, Zamora y Orense. Desde aquí se pueden contemplar a vista de pájaro los valles, en los que se dibuja de forma caprichosa el perímetro de los cercados cuyo cometido sigue siendo, como antaño, el de cobijar al ganado.

Cruzarse con ciervos y corzos es algo normal, también ver águilas reales o halcones peregrinos al acecho de un tentempié matutino y sentir la misma libertad que ellos es la recompensa de esta aventura.

Ruta del Acebral

AYUNTAMIENTO DE PORTO DE SANABRIA

PUNTOS DE INTERÉS

Sierra de Porto, valle del río Bibey, refugios para ganado vacuno, grandes manchas de acebos.

RECOMENDACIONES

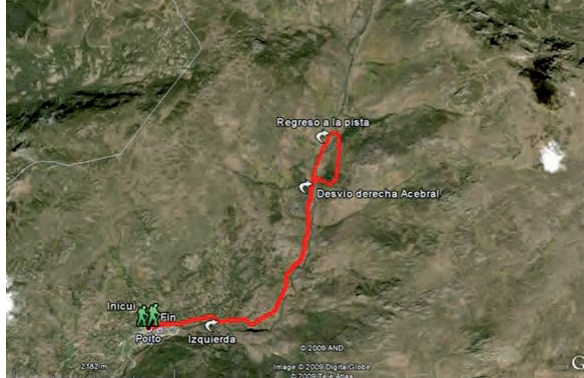
Evitar las horas de mayor calor sobre todo si se hace con niños, llevar cámara de fotos, calzado cómodo y prismáticos, ideal para bicicleta.

Un maravilloso paisaje de alta montaña con la recomendación de una visita al pueblo de Porto.

Iniciamos la ruta en la iglesia en dirección a las afueras del pueblo, tomando el mismo camino que conduce a Peña Trevinca, (si nos fijamos veremos que esa ruta está marcada con las balizas blancas y amarillas).

El camino es cómodo, prácticamente una pista de cemento que da servicio a los ganaderos de la zona. Casi todo el trayecto discurrirá por llano, ascendiendo junto al curso del Bibey y entre verdes prados en los que pastan apacibles las vacas. Iremos acompañados por el mugir de los animales y el sonido quedo de los cencerros. El paseo se prolongará durante unos cuatro kilómetros por el valle, que se va estrechando a la vez que las montañas se hacen cada vez más verticales. El río Bibey nos acompañará juguetón en nuestro tramo final que concluye cuando aparecen a la vista, en la ladera derecha, las siluetas verde oscuro de los acebos (si tenemos la suerte de ir a principios del invierno, podremos disfrutar del espectáculo de miles de bolitas rojas que adornan los árboles). A partir de aquí nos encontramos con dos





DISTANCIA I 10.1 Km.

DURACIÓN I 4 h.

TIPO DE RUTA I Lineal, con una pequeña parte circular en torno a un bosque de acebos.

COMO LLEGAR I Desde A-52, dirección Ourense, salida 114. Tomamos la ZA-104 hasta llegar al pueblo de Porto.

COORDENADAS INICIO I

N42 10.041 W6 53.966

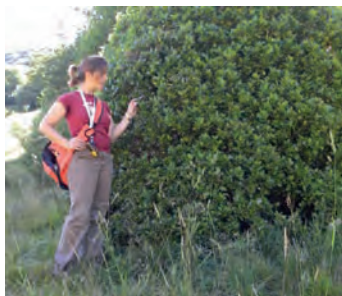
CARTOGRAFIA I

NºMTN50 0228-4 Porto.

opciones: regresar por el mismo sendero o continuar para internarnos en el corazón del “acebral”.

En este último caso (muy recomendable) el camino se complica en una empinada subida ladera arriba, atravesando verdes prados, hasta llegar a la altura de los acebos. Nos hallamos ante el primer “acebral”: una paradita para reponer fuerzas y disfrutar del maravilloso panorama del valle del Bibey. Ya en marcha, debemos rodearlo por su parte superior, ya que su frondosidad hace impracticable adentrarse en él. Saltando alguna que otra cerca de piedra y monte través llegamos al segundo bosque, donde nos espera un paseo poco menos que irreal: en el interior del acebral reina la penumbra, ya que la luz del sol apenas penetra por los escasos resquicios que deja el frondoso ramaje, de manera que el suelo está completamente libre de maleza. Los esbeltos y apretados troncos ocupan casi todo el espacio, pero entonces es cuando caemos en la cuenta de la multitud de caminitos que el “acebral” atesora permitiéndonos deambular por su interior. Parece ser que este lugar es el favorito del ganado para mantenerse fresquito en verano y de las corzas, que en invierno disfrutaban de un lugar seco no invadido por la nieve.

Una vez recorrido este laberinto salimos de nuevo a la luz y a las praderas descendiendo hasta la orilla del río, que nos tocará vadear para retomar el camino de regreso.



Camino de las Herrerías



AYUNTAMIENTOS DE PUEBLA DE SANABRIA
Y PEDRALBA DE LA PRADERÍA

PUNTOS DE INTERÉS

Vistas panorámicas de la sierra, vistas de Puebla de Sanabria.
Micología.

RECOMENDACIONES

En los meses de verano, evitar las horas de mayor calor, calzado cómodo, ideal para realizar en bicicleta.

Sencilla ruta en las inmediaciones de Puebla de Sanabria, ideal en otoño para los amantes de la micología.

Comenzaremos nuestra ruta en el Barrio de la Veracruz, desde la coqueta ermita con el mismo nombre iniciaremos el camino que nos conducirá, a través de prados, junto a la vereda del río Castro, por un camino abierto y muy transitado en otoño por los amantes de las setas.





DISTANCIA | 6.8 Km.

DURACIÓN | 2 h, 15 min.

TIPO DE RUTA | Circular, con escasa dificultad.

COMO LLEGAR | Desde A 52, salida 79 a Puebla de Sanabria.

COORDENADAS INICIO I
N42 03.237 W6 38.325

CARTOGRAFIA I

IGN N° MTN 50 0267- 4 Puebla de Sanabria.



A unos 500 m de iniciar nuestro paseo se encuentra el manantial que da nombre al camino: “las Herrerías”. Poco a poco nuestros pasos se irán alejando de la vereda del río y tomaremos dirección al pueblo de Lobeznos, al que llegaremos tras una pequeña subida entre robles. Desde aquí iniciamos el regreso hacia Puebla: tras andar unos metros por carretera aparecerá a nuestra izquierda una variante del Camino de Santiago, que entre escobas y maravillosas vistas sobre las sierras nos llevará de vuelta a la medieval Villa.



Camino tradicional El Puente Puebla de Sanabria

AYUNTAMIENTOS DE GALENDE
Y PUEBLA DE SANABRIA

PUNTOS DE INTERÉS

Molinos, Antigua Central Hidroeléctrica y Presa. Paisajes para fotografiar.

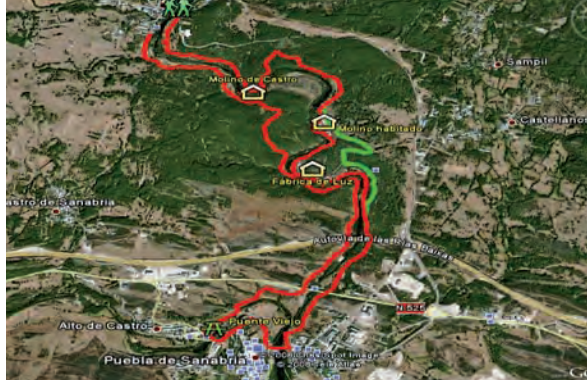
RECOMENDACIONES

Calzado cómodo – Cámara de fotos – Prismáticos – Tentempié. Aunque realizable en cualquier época del año, en primavera y los primeros días de otoño el colorido del robledal se magnifica.

Caminante no hay camino, se hace camino al andar. Preciosos versos, ¿verdad? Pues vamos a ponerlos en práctica. La ruta que os proponemos une el Puente con Puebla de Sanabria, un camino usado tradicionalmente para ir al mercado y que separaremos en dos trayectos de distinta dificultad que se unen en Puebla. El primer trayecto: es un camino ancho, muy fácil de transitar, ideal para dar un paseo descansado o en familia. A poco de empezar, en un claro, os encontraréis el área recreativa de Las Galanas, con unas preciosas piscinas naturales donde refrescaros antes de continuar ruta. El camino os conducirá hasta la presa de Castellanos, donde con un poco de suerte podréis ver a las truchas remontar aguas arriba para ir a desovar. En todo momento iras cobijado por robles, que según la época del año te van a obsequiar con muy distintos colores y algo muy peculiar, las “agallas” y “abullacos”, protuberancias propias de las hojas y tallos que son morada de huevas y larvas de pequeños insectos. Aquí seguimos el camino hasta Puebla, donde emprenderemos el regreso por la otra margen del río.

La segunda opción consiste en dejar el camino a la altura de la





DISTANCIA I 12,4 Km.

DURACIÓN I 3h.

TIPO DE RUTA I Circular. Camino abierto de fácil acceso, excepto en un pequeño tramo que se convierte en intrincada senda de pescadores. Se puede evitar con un itinerario alternativo recomendable en bicicleta.

COMO LLEGAR I Autovía A52 salida 79 – ZA-104 hasta El Puente.

COORDENADAS INICIO I

N42 04.972 W6 38.457

CARTOGRAFIA I

IGN N° MTN50 Hoja 267.

presa de Castellanos para continuar por una senda de pescadores, algo más intrincada pero espectacular: el paisaje cambia, abandonando el marrón del roble, dejando paso al verde propio de la ribera, donde predominan árboles como el humero o la salguera, aún hoy usada para la fabricación de cestas. Si os fijáis podréis ver paredes de piedra lisas donde las raíces de los árboles se descuelgan intentando en una maraña llegar al agua, todo un espectáculo, producto del incesante trabajo de erosión y fuerza del agua. Siguiendo el curso del río llegaremos hasta una primitiva central de energía eléctrica, que canaliza el agua a través de caños de losa, muy comunes en esta zona, para después devolverla al río y más adelante, desde la pradera que llaman la huerta del los curas, podréis divisar ya Puebla, con unas fantásticas vistas de su Castillo.



En esta villa confluyen las dos variantes del camino y comenzamos la vuelta atravesando el puente de San Francisco y girando a mano derecha para cruzar más adelante el Puente Viejo. A partir de aquí nos adentraremos otra vez en la frondosidad del bosque de roble. Poco a poco vamos acercándonos al río, que nos acompañará en nuestro tramo final y cuyos caprichosos reflejos, os aseguro, os harán sentir parte de un cuento del que sólo despertaréis cuando lleguéis de nuevo al Puente.

Paseo por Requejo

AYUNTAMIENTO DE REQUEJO

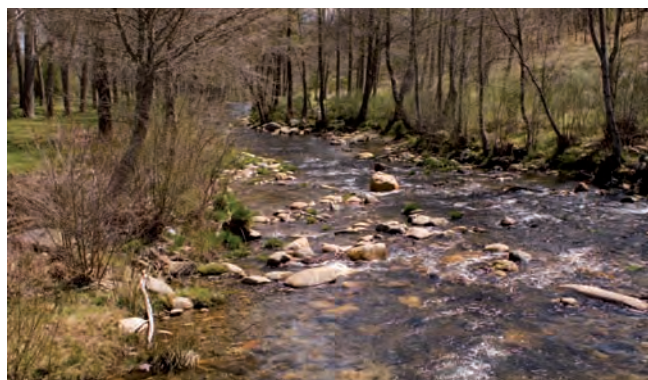
PUNTOS DE INTERÉS

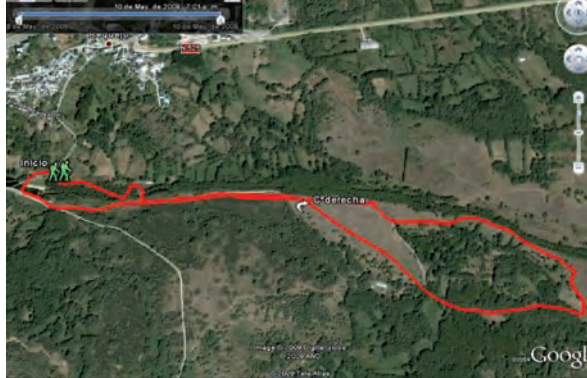
En temporada, setas. Vegetación de ribera.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor, zona de baño, recomendado para toda la familia.

Nuestro paseo se inicia en el área recreativa de Requejo. Tendremos que cruzar el río Castro dejándolo a mano izquierda. Nuestros compañeros de viaje serán el rumor del agua, el canto de los pájaros y el sonido de las hojas mecidas por el viento. Parte del camino discurre entre pastizales y antiguas cortinas (pequeños huertos, hoy en desuso) con sus muros tapizados de musgo. Numerosos robles, álamos, negrillos y majestuosos castaños nos acompañarán en este tramo del camino. En otoño los amantes de la micología se verán sorprendidos ante la gran varie-





DISTANCIA | 3,2 Km.

DURACIÓN | 1 h.

TIPO DE RUTA | Circular, sin ninguna dificultad.

COMO LLEGAR | Desde Autovía A52 salida 91 hasta Requejo.

COORDENADAS INICIO |

N42 01.638 W6 44.632

CARTOGRAFIA |

Nº MTN50 Hoja 267-3 Cobreros.

dad de especies que tapizan suelo y árboles y los fotógrafos descubrirán a la orgullosa madre naturaleza desplegando toda la variedad de marrones ocre y rojos y, en primavera, los verdes salpicados de un arcoíris de flores. A mitad de camino dejamos atrás el bosque para continuar por los antiguos pastos a orillas del río, ya de vuelta hacia el



merendero. Sus aguas saltarinas, que en ocasiones se remansan creando el efecto de un espejo, acogen a las raíces de los árboles que se sumergen en su cauce. El rumor del agua y los sonidos del bosque pondrán la música a este último tramo del paseo. Una buena merienda al aire libre en el área recreativa y, si es verano, un baño en las piscinas naturales serán un perfecto broche final para nuestra excursión.

Bosque del Tejedelo

AYUNTAMIENTO DE REQUEJO

RECOMENDACIONES

Prismáticos, cámara de fotos, guías de flora y fauna.

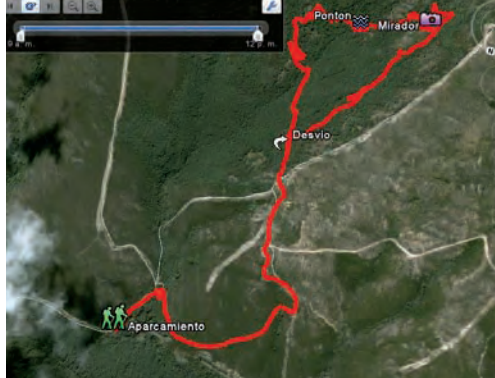
Esta ruta es para ir bien desayunados, o sea, que hay que subir una buena cuesta, en cuyo final espera el Tejedelo, pero estamos seguros de que una vez llegados allí, os compensará el esfuerzo realizado.



Ya en el pueblo de Requejo encontramos la señalización que nos conduce por una pista accesible en coche hasta un área recreativa dotada de aparcamiento, lugar del que parte nuestra ruta a pie. El pri-

mer aperitivo de lo que encontraremos en el bosque, nos espera en el merendero, un coqueto puente bajo el cual se escurre el río Requejo, jalonado por un bosquecillo de ribera. Aquí tomaremos aliento y comenzaremos a ascender senda arriba por la ladera de la montaña durante un 1,5 Km, siguiendo las balizas y atravesando zonas de monte bajo hasta llegar a un bosque de robles, donde el paisaje comienza a sorprendernos con gigantes tapices de musgo, servales cargados de fruto, avellanos, acebos, abedules, sauces y algún que otro tejo.





DISTANCIA | 5,6 Km.

DURACIÓN | 2 h.

TIPO DE RUTA | Circular, con fuertes pendientes. Señalizada con balizas amarillas y blancas. Paneles interpretativos.

COMO LLEGAR | Desde la Autovía A52 salida 91 hasta Requejo.

COORDENADAS INICIO | N42 01.865 W6 47.337

CARTOGRAFIA | N° MTN50 267-3 Cobreros.

Más adelante nos encontramos con una bifurcación: la senda de la derecha, ascendente, nos conducirá al mirador de las peñas de El Veladero, desde el cual se obtiene una vista panorámica del vetusto bosque del Tejedelo. Desde aquí podemos continuar hasta encontrarnos con el arroyo del mismo nombre, preludio del lugar de fabula en el que estamos a punto de entrar.



Si por el contrario tomamos el desvío de la izquierda, el camino es más suave, llegando por cualquiera de las dos sendas hasta



un pequeño puente de madera. Tras atravesarlo nos encontramos con la majestuosidad de los ejemplares más longevos, algunos milenarios, que surgen como gigantes dubitativos a ambos lados del sendero que acaba por devolvernos a la ruta inicial, por la que descendemos hasta llegar de nuevo al punto de partida.

Camino de San Mamés en Rionegro del Puente



AYUNTAMIENTO DE RIONEGRO DEL PUENTE

PUNTOS DE INTERÉS

Camino de Santiago. Ermita de San Mamés. Ribera del Río Negro. Fauna.

RECOMENDACIONES

En verano, evitar las horas de mayor calor, llevar agua.

Comenzamos en Rionegro a la altura de un antiguo edificio del que sólo quedan en pie unos esbeltos arcos de piedra. Aparece entonces a mano derecha un sendero que tomaremos y que no es otro que el Camino de Santiago al paso por estas tierras. A partir de aquí, en dirección a Santa Eulalia del Río Negro, nos encontramos con un entramado de senderos que cruzan antiguas tierras de labor hoy dominadas por especies autóctonas como las escobas, tomillos y robles y que nos conducen al río Negro, el mejor embajador de la tierra de la Carballada.

Bordeando su rica ribera, al amparo de los humeros y salgueras

y tras cruzar el río por un antiguo vado de piedras que con el azote y fuerza de las aguas, han adquirido formas redondeadas de aspecto suave, llegamos a la otra orilla del río. Es un cruce que conviene realizar con precaución y que, según la estación, puede resultar dificultoso.





DISTANCIA | 11,1 Km.

DURACIÓN | 2 h. 45 min.

TIPO DE RUTA | Circular, sin dificultades.

COMO LLEGAR | Desde A-52, Salida 49 Rionegro del Puente.

COORDENADAS INICIO |
N42 00.367 W6 13.664

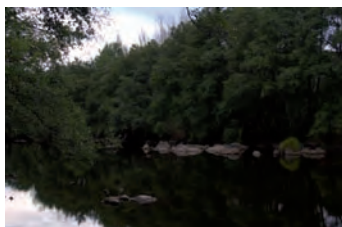
CARTOGRAFIA |
Nº MTN50 268 Palacios.

Es a partir de aquí donde dejamos el verde y el frescor, para encontrarnos con la traza sabia de las encinas, que con el peculiar tono verdoso de sus hojas parece que tiñan el aire de azul. A medida que vamos

avanzando os daréis cuenta de cómo este árbol va dejando espacio al roble o carballo, otro de los emblemas de esta tierra del cual ha llegado a tomar su nombre.

A medio camino entre Rionegro y Santa Eulalia, espera escondida la ermita de San Mamés, rodeada de una cuidada arboleda, merenderos y una preciosa fuente donde refrescarse y descansar. Este es uno de los lugares de parada necesaria, en cuyo honor se celebra una pequeña fiesta en agosto a la que antaño era obligatorio asistir (¡se pasaba lista!), hoy lo dejamos a la libertad de cada uno.

Seguidamente retomamos el camino para continuar hacia el pueblo, que alcanzaremos pocos kilómetros después. Tras cruzarlo y salir de Santa Eulalia, dejando atrás sus vegas, fuentes y gentes, encaramos la senda de regreso hacia Rionegro, bordeando por antiguos senderos por los que más de un jornalero y arriero viajó. Nuestro camino se une de nuevo al viejo Camino de Santiago, pisado durante años por cientos de pies que han ayudado a consolidarlo. Sin dejarlo, aunque en dirección contraria, nuestros pasos nos conducirán de nuevo a Rionegro, nuestro punto de partida.



Ruta del embalse de Rionegro



AYUNTAMIENTO DE RIONEGRO DEL PUENTE

PUNTOS DE INTERÉS

Santuario de N^a Sra. de la Carballeda, flora, fauna salvaje.

RECOMENDACIONES

Llevar cámara de fotos y calzado cómodo.

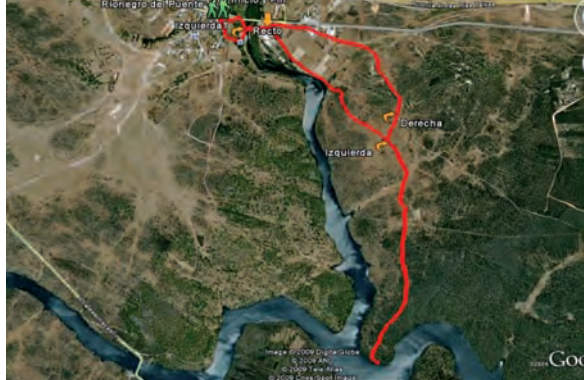
Agradable paseo de fácil recorrido que lleva al embalse de Agavanzal entre monte de encinas y robles.

Este es el camino que en Rionegro llaman de “donde se juntan los ríos” y es que conduce al lugar donde las aguas del Río Negro se unían al Tera antes de que las embalsaran para construir el pantano de N^a Señora de Agavanzal. Ahora es un lugar de aguas tranquilas y profundas, un espejo donde se miran los montes de Val de Santamaría y Rionegro y que frecuentan ciervos y corzos para beber a primera hora de la mañana.

Comenzamos en Rionegro, junto al Santuario de N^a Señora de la Carballeda, patrona de la comarca, y abandonamos el pueblo en dirección al río.

Tras atravesar el puente continuamos por el camino recto, desandando parte de la Ruta de Santiago que por aquí pasa. Dejamos las últimas casas y nos internamos





DISTANCIA | 6,7 Km.

DURACIÓN | 1 h.30 min.

TIPO DE RUTA | Circular con un tramo lineal.

COMO LLEGAR | Desde la A-52 dirección Orense, tomar salida a Rionegro del Puente.

COORDENADAS INICIO | N42 00.351 W6 13.609

CARTOGRAFIA | IGN N° MTN50 268 Molezuelas de la Carballeda.

en el monte, donde conviven robles y encinas en las praderas que hoy aprovechan los ganados del pueblo y que antaño fueron tierras de labor.

Más adelante aparece a nuestra izquierda un ramal por donde continúa la Ruta Jacobea y que

desecharemos para seguir de frente hasta que una nueva bifurcación nos hace elegir el camino de la izquierda. A partir de aquí no hay pérdida. Un agradable paseo que nos deja entrever la cola del embalse a la derecha y entre aromas de jara y tomillo desemboca a orillas del embalse, donde es fácil observar la huella de alguna ave o algún cérvido que han ido allí a saciar su sed o a refrescarse.

Tras un descanso para disfrutar de este remanso de quietud emprendemos regreso por la misma senda, hasta llegar a un cruce que tomaremos ahora a la izquierda para bajar por el camino del molino hacia la cola del embalse, donde éste se confunde con el río Negro y cuyo cauce remontaremos hasta regresar al pueblo.



Robleda Cervantes San Juan de la Cuesta

AYUNTAMIENTO DE ROBLEDA CERVANTES

PUNTOS DE INTERÉS

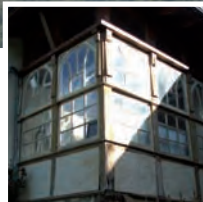
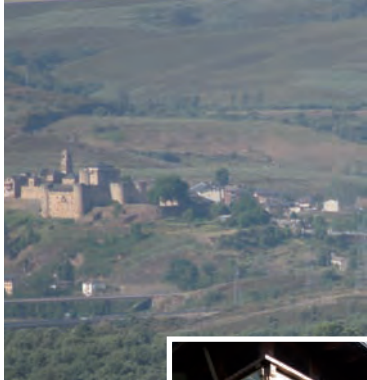
Cervantes en Sanabria. Arquitectura Tradicional.
Árboles singulares, flora y fauna.

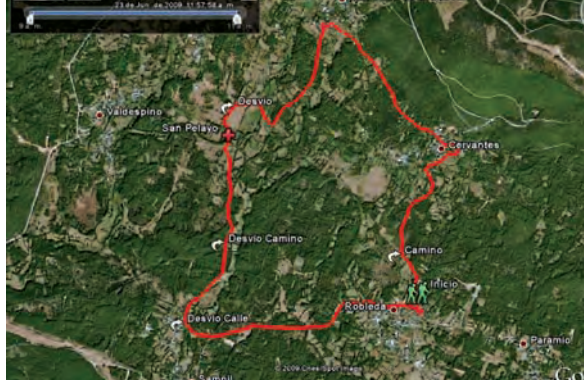
RECOMENDACIONES

Consultar sobre un mapa los enlaces con otros caminos tradicionales.

Nuestro andar comienza en el ayuntamiento de Robleda, la capital del municipio. Tras un corto tramo siguiendo la carretera, tomamos un camino a la derecha que, a la sombra de robles y castaños, nos conduce a Cervantes. Curioso nombre para un pueblo, ¿verdad? También es curioso que abunde en la comarca el apellido Saavedra, (como dan fe las lápidas de numerosas sepulturas del vecino pueblo de Santa Colomba). De ahí parte la interpretación de que el autor del Quijote desciende de esta tierra, estableciéndose conexiones de la obra con los paisajes de Sanabria. Junto a las paredes de un antiguo caserón que recibe el nombre de “la casa del escritor” puede verse un panel explicativo a tal efecto, al igual que una moderna escultura del famoso hidalgo. Próximo a la casa se encuentra un fenomenal castaño, catalogado como árbol singular por la Junta de Castilla y León, con un tronco de 12 m. de perímetro. Pero lo que más sorprende de este pequeño pueblo es su curiosa arquitectura popular, de pequeñas casas con diminutos corredores de madera teñidos en azules o verdes.

Entre huertos y fincas de castaños proseguiremos el camino que, en ocasiones, se convierte en un mirador natural desde el que se





DISTANCIA | 8,8 Km.

DURACIÓN | 3 h.

TIPO DE RUTA | Circular, camino abierto excepto puntuales tramos de senda.

COMO LLEGAR | Desde A52, salida 75 – N-525 – Carretera local Remesal – Paramio – Robleda.

COORDENADAS INICIO | N42 05.039 W6 35.521

CARTOGRAFIA |
CARTOGRAFÍA: IGN N° MTN 50 0267-2
Galende.

avistan Puebla de Sanabria, el Lago, la vega del río Tera y la Sierra Segundera, hasta llegar a San Juan de la Cuesta, donde merece una visita la iglesia de siglo XV con su coqueta escalera circular de acceso al campanario así como las dos fuentes que utilizan antiguas tumbas exentas como pilones. Pasando por delante de la iglesia descendemos poco a poco por un camino que atraviesa un bosque de frondosa vegetación cuyos árboles se tornan en arco vegetal para saludar al viajero. Paseando llegaremos a un claro donde nos espera la pequeña ermita de San Pelayo, lugar de romería para los pueblos vecinos, con una pradera tentadora para tomar un bocadillo o echar una siesta. Pasamos por delante de su portada para continuar caminando a través de un paisaje de praderas y robles que desemboca en la carretera, que nos deja poco más allá en el pueblo de Sampil. Aquí tomaremos una desviación a la izquierda antes de llegar a la iglesia en dirección a nuestro punto de partida, Robleda, al que accederemos, tras abandonar el camino, por la carretera.



Merece la pena una segunda visita a San Juan de la Cuesta para subir hasta el alto del mismo nombre desde donde disfrutaréis de las mejores vistas de Sanabria, Carballeda y Portugal.

Castellanos Chaguaceda Triufé

AYUNTAMIENTOS DE PUEBLA DE SANA-
BRIA-ROBLEDA-CERVANTES

PUNTOS DE INTERÉS

Paisaje. Pueblo de Chaguaceda. Piscinas fluviales.
Camino de Santiago.

RECOMENDACIONES

En los meses de verano, evitar las horas de mayor calor. Para evitar la parte del camino más complicada, existe un camino más abierto desde las piscinas fluviales a Triufé, reflejado en amarillo en el mapa.

Esta es una ruta de relieve suave, fácil de recorrer y además cuenta con un aliciente especial: aproximadamente a mitad del camino encontraremos un área recreativa en el monte con bancos, mesas y una espectacular piscina construida en piedra y alimentada por el agua del cercano arroyo Manzanal; ideal para descansar, merendar y darse un delicioso baño en plena naturaleza. Partiremos desde el pueblo de Castellanos, lugar en el que la antigua arquitectura tradicional convive con zonas residenciales de construcción moderna. Comenzamos en el barrio Morales siguiendo la carretera que lleva a Triufé, para coger un desvío a la izquierda pasados unos doscientos metros; nos adentramos entonces en un camino de tierra ancho y bien marcado que atraviesa un bosque de robles que se va cerrando hasta que las ramas de ambos lados del sendero se entrelazan formando un espectacular arco de vegetación que nos conducirá, después de pasar una pequeña fuente y cruzar un caño de aguas tranquilas, al pueblo semiabandonado de Chaguaceda. El camino continúa por el monte hasta llegar a una carretera (Robleda-Triufé). Nos





DISTANCIA | 8,5 Km.

DURACIÓN | 2 h. 30 min.

TIPO DE RUTA | Circular, con escasa dificultad.

COMO LLEGAR | Desde Puebla de Sanabria, ZA-104 hasta Castellanos.

COORDENADAS INICIO |
N42 04.490 W6 36.661

CARTOGRAFIA |

IGN N° MTN 50 0267 Puebla de Sanabria.

incorporaremos a ella girando a la derecha hasta aproximadamente cuatrocientos metros más allá, donde seguiremos un desvío a la izquierda por una pista forestal asfaltada que conduce hasta un claro donde se encuentran el área recreativa y la piscina fluvial, parada obligatoria que nos proporcionará descanso para el cuerpo y un regalo para los sentidos.

Para continuar debemos bajar hacia la piscina y ahí comienza un tramo ascendente que nos llevará al pueblo de Triufe.. Aquí el sendero es un poco más dificultoso, ya que hay que mantener la atención para no perderlo entre el matorral. Existe una opción, mucho más cómoda pero menos pintoresca: un camino más ancho que sale poco antes de llegar a las piscinas (a mano derecha, ver mapa) que nos lleva directamente al pueblo. Pasearemos por sus calles siguiendo un pequeño trecho del Camino de Santiago sanabrés. Poco después de pasar la iglesia llegamos a la carretera de entrada al pueblo. Tras cruzarla se accede a un camino ancho, entre praderas que se hace más cerrado al llegar a los cercados de antiguas fincas de labor. Aquí nos aproximamos a través de un tosco empedrado de losas a un regato que servía para regar las tierras, lo cruzamos y en el punto en el que el camino se bifurca tomamos el sendero de la izquierda que, aunque se desdibuje por la falta de uso, podemos seguir utilizando como referencia los tejados de la cercana población de Castellanos, que se aprecia en la distancia y que será el punto final de nuestra ruta.



Cueva de la Mora Villarejo de la Sierra



AYUNTAMIENTO DE ROSINOS DE LA REQUEJADA

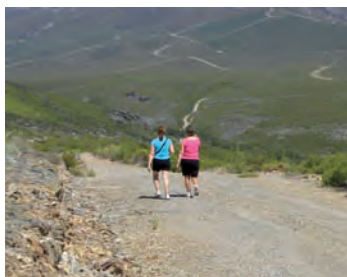
PUNTOS DE INTERÉS

Pliegue geológico de la roca a la que llaman “La Cueva la Mora”.

RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor sobre todo si se hace con niños, llevar cámara de fotos.

Antes de iniciar la ruta hacia “La cueva de la Mora” merece la pena deambular por Villarejo de la Sierra, pueblo lleno de misterio, pasear por la plaza de la iglesia, bajo la atenta mirada de las extrañas cabezas que decoran su espadaña y observar las cruces pintadas en las viejas puertas de madera para ahuyentar el mal de ojo.



Iniciaremos la ruta desde la plaza de la iglesia en dirección a la era entre huertecitos y prados. Poco a poco el paisaje va cambiando por el de praderas y monte bajo que nos acompañará por los antiguos caminos de pastores hacia la sierra, usa-

dos ahora como pistas forestales. La ruta se desarrolla por sendas bien marcadas, por la ladera de la montaña, entre brezos y agujas de pizarra hasta llegar a la vereda del río. Desde allí ya se ve claramente el destino de nuestro paseo. Cruzamos el pequeño puente y abandonamos el camino en dirección a una forma-



DISTANCIA | 6 Km.

DURACIÓN | 1 h. 50 min.

TIPO DE RUTA | Lineal, excepto en una pequeña parte del regreso que se hace de forma circular.

COMO LLEGAR | Desde N-525, CL-622 y carreteras locales por Rionegrito, Rosinos, Carbajalinos, Monterrubio y Villarejo.

COORDENADAS INICIO | N42 07.469 W6 27.255

CARTOGRAFIA | IGN N° MTN50 0268-3 Asturianos.



ción rocosa a media ladera a la que los habitantes de Villarejo llaman “la cueva de la mora”; tras una pequeña ascensión zigzagueando entre brezos llegamos a nuestro objetivo.

“La cueva de la mora” no es una cueva en sí, sino un hueco originado a consecuencia de un pliegue geológico y que es visible en la roca de pizarra. Refugio de pastores en su día, hoy nos sirve de mirador, ofreciéndonos unas fantásticas vistas de la sierra.

Ya descansados iniciamos el descenso hasta reencontrar el camino; si continuamos hacia la derecha podremos acercarnos a ver un colmenar en la falda de la montaña. el río invita al descanso y en verano es un sitio ideal para disfrutar de un baño y la merienda antes de iniciar el regreso hacia el pueblo.

El camino de vuelta discurre en gran medida por el mismo trazado. Sólo en el último tramo, una vez abandonada la pista forestal, tomaremos el camino de la izquierda que nos llevará entre praderas hasta la entrada del pueblo y callejeando llegaremos de nuevo a la plaza de la Iglesia.



Ruta de los vados de San Ciprian

AYUNTAMIENTO DE SAN JUSTO

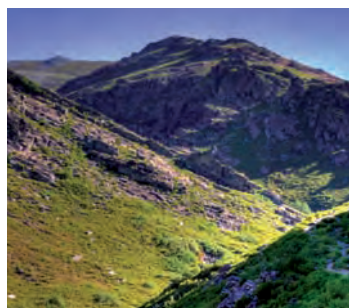
PUNTOS DE INTERÉS

Culmeneiro. Carreirones. Vistas sobre la Cabrera. Cascadas.

RECOMENDACIONES

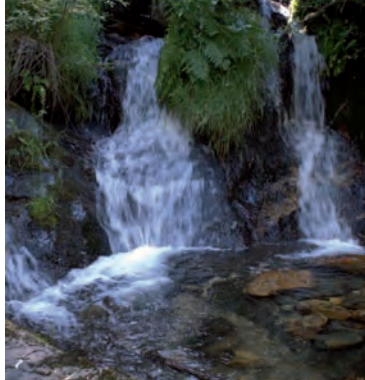
Según la estación, algunos tramos pueden estar encharcados. En verano, evitar las horas de máximo calor.

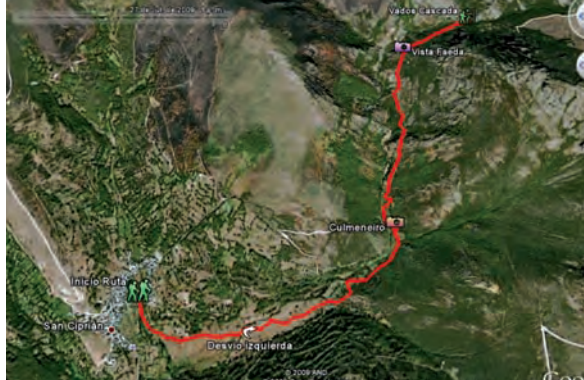
Ropa adecuada y cómoda, un buen tema de conversación para el camino y ya podemos echar a andar. No es largo ni complicado, aunque la pendiente algo prolongada y las rocas dificultan la marcha, sobre todo si el agua hace acto de presencia, propiciand



do, afianzando la pisada y, por supuesto, avanzando con precaución. En el pueblo de San Ciprián, rodeado de los arroyos de Fontiego y Barciniella y pequeños huertos, que lejos de resultar simples ofrecen gran variedad de tonalidades, comienza el camino hacia Los Vados,

pasos naturales donde el río permite una tregua para cruzar sin dificultad, a través de un suelo firme. Gracias a estos vados, la gente de la zona pudo transitar y comerciar con las poblaciones de León, al otro lado de la sierra, ahorrando tiempo y trabajo a los arrieros que recorrían la zona.





DISTANCIA | 8 Km. (ida y vuelta)

DURACIÓN | 2 h.15 min.

TIPO DE RUTA | Lineal. Camino abierto de pendiente media.

COMO LLEGAR | Desde A52, salida 79 – ZA-104 hasta El Puente – ZA-114 hasta Trefacio y San Ciprián.

COORDENADAS INICIO |

N42 10.383 W6 39.491

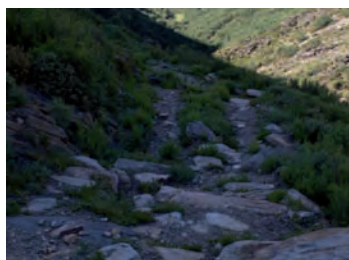
CARTOGRAFIA |

IGN N° MTN 0229-4 San Ciprián.

Esta es una ruta para disfrutar de cada segundo, exprimiendo la historia que del suelo emana, observando las cicatrices que los carros dejaron en la piedra con su incesante pasar a lo largo de los siglos, contemplando el extravagante colmenar que aparece a la derecha (su posición medio inclinada, la construcción sólida y bien rematada y su orientación sur permitía que las abejas tuvieran las condiciones idóneas de luz, calor, alimento y protección frente a los depredadores. Listas, ¿verdad?).



Saliendo de este laberinto pétreo y retomando de nuevo el camino, sin perder de vista el alto de Faeda con sus 2.024m, llegamos a Los Vados entre robles jóvenes, retorcidas madreselvas y seruales. Allí dos cascadas de apenas tres metros, resbalan por la roca granítica, hasta desaparecer mezcladas con el río Trefacio.



Tras descansar un rato disfrutando del paisaje el camino por el que hemos llegado nos llevará de regreso hasta San Ciprián, donde los mismos huertos que nos despidieron nos darán ahora la bienvenida.

Camino Cerdillo Molino Botero Colmenar



AYUNTAMIENTO DE TREFACIO

PUNTOS DE INTERÉS

Fauna y flora, con paneles interpretativos. Molino. Colmenar.

RECOMENDACIONES

Consultar sobre un mapa los enlaces con otros caminos tradicionales. Guías de flora y fauna.

Ruta sencilla, con paneles interpretativos sobre la flora, fauna y vida tradicional de la comarca sanabresa. Indicada para hacer con niños.

Comienza esta ruta en el pueblo de Cerdillo, pedanía de Trefacio del cual dista tres kilómetros. Elevado unos 1.100 metros sobre el nivel del mar y prácticamente enquistado en la roca granítica de la Cabrera, Cerdillo conserva intacto tanto su carácter acogedor como su arquitectura tradicional.

El camino comienza junto a unos sencillos bancos de madera, bajo unas nogales de aspecto joven y lozano. Esta ruta, de trazado sencillo, puede hacerse incluso acompañados de los más pequeños que, sin duda, disfrutarán del entorno y podrán aprender alguna que otra cosa relacionada con el modo de vida tradicional, la fauna y flora de la zona, gracias a los paneles informativos repartidos a lo largo del pasaje. El camino es cómodo y fácil de transitar aunque sí hay





DISTANCIA I 4,5 Km. (ida y vuelta)

DURACIÓN I 1 h. 15 min.

TIPO DE RUTA I Lineal, camino abierto sin dificultad.

COMO LLEGAR I Desde A52, Salida 79 – ZA-104 hasta El Puente – ZA-114 hasta Trelacio y coger carretera hasta Cerdillo.

COORDENADAS INICIO I
N42 08.309 W6 39.453

CARTOGRAFIA I
IGN N° MTN 50 0267-2 Galende.



que tener especial precaución si ha llovido, ya que en algunos trechos en los que hay rocas o hierba, el agua puede jugar una mala pasada propiciando resbalones.

Superada la mitad del camino, que transcurre entre bosques de roble, aparece un desvío hacia la derecha que da acceso al Molino Botero, en buen estado de conservación y en uso hasta hace poco. Retomamos la senda volviendo sobre nuestros pasos y continuamos hacia una zona de praderas que van a desembocar junto al Colmenar de Cerdillo. Situado en la pendiente de una pequeña colina al amparo del frío y de la lluvia, se levanta como por encanto una estructura de piedra circular, que en tiempos albergó decenas de colmenas cuya producción, destinada al consumo humano, hizo muy a pesar de los apicultores de la zona las delicias de algún que otro oso, que capitaneó estas montañas hasta principios del S XX. Los paneles interpretativos que encontraremos al final de la ruta nos hablan de la pugna que mantuvo esta especie con el hombre hasta que se produjo su extinción.

El punto de retorno de nuestro camino se encuentra en este punto. Pero para los más “osados” la senda continúa señalizada hasta el vecino pueblo de San Justo.

Rozas Villarino Trefacio



AYUNTAMIENTOS DE SAN JUSTO/TREFACIO

PUNTOS DE INTERÉS

Robledales. Arquitectura tradicional.

RECOMENDACIONES

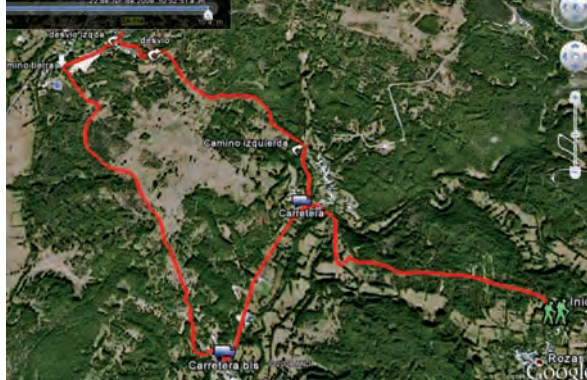
Consultar sobre un mapa los enlaces con otros caminos tradicionales. Guías de flora y fauna. Según la estación, algunos tramos pueden estar encharcados.

Tranquilo recorrido enlazando distintos caminos tradicionales, ideal para admirar la riqueza de nuestras arboledas y la belleza de la arquitectura tradicional sanabresa.

Junto a las antiguas escuelas de Rozas podemos ver una cruz metálica en cuya base se dibuja una figura femenina cincelada en piedra: este es el punto de comienzo de nuestra ruta. Aquí aparece la señalización del camino a Villarino, primera etapa de nuestro andar, que transcurre entre bosques de castaños que, poco a

poco, van dando paso a los robles y que finalmente serpentea hasta llegar al pueblo. Tras cruzar un riachuelo nos adentramos en Villarino y callejeando nos acercamos a la carretera que lleva a San Justo. Tendremos que seguir por ella en sentido ascendente durante unos doscientos metros.





DISTANCIA | 7,5 Km.

DURACIÓN | 2 h.

TIPO DE RUTA | Circular, con un tramo lineal. Caminos abiertos sin dificultad.

COMO LLEGAR | Desde A52, Salida 79 – ZA-104 hasta El Puente, Carretera local a Valdespino y Rozas.

COORDENADAS INICIO | N42 06.815 W6 37.149

CARTOGRAFIA | IGN N° MTN 50 0267-2 Galende.

Aparece entonces un camino de tierra a mano izquierda que nos adentra de nuevo en el bosque y nos lleva sin pérdida a Trefacio. Accedemos a la parte alta del pueblo que, a modo de mirador, nos ofrece la vista de una multitud de tejados de pizarra salpicados por el verde de la vegetación perfilando la pintoresca silueta de Trefacio.



Tomamos la carretera a la izquierda y una vez pasado un grupo de casas adosadas aparece, también a la izquierda, un nuevo camino que nos devuelve a través del monte a Villarino.

Llegamos a Villarino a la altura de la ermita del Santo Cristo, cuyo

curioso campanario bien merece una visita. Siguiendo la carretera reencontramos el camino de Rozas, que desandaremos para llegar, de nuevo, a nuestro punto de partida.



Paseo por la ribera del arroyo Ciervas

AYUNTAMIENTO DE VILLARDECIERVOS

PUNTOS DE INTERÉS

Conjunto histórico-artístico de Villardeciervos, Sierra de la Culebra y nos da la posibilidad de conocer la villa de Villardeciervos, fauna salvaje.

RECOMENDACIONES

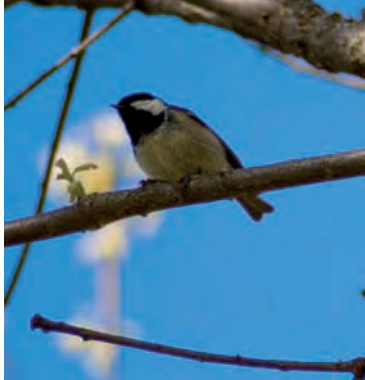
Calzado adecuado. Evitar épocas de crecidas.

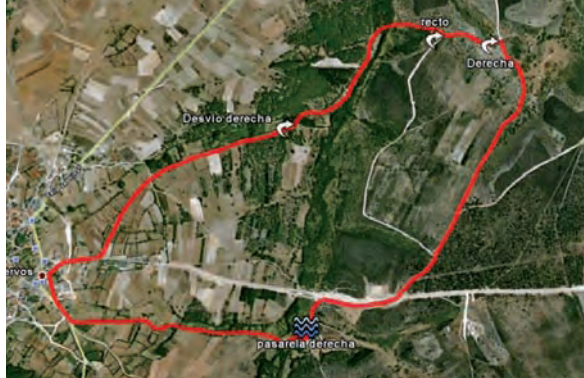
Esta ruta nos permite dar un paseo a los pies de la Sierra de la Culebra y nos da la posibilidad de conocer la villa de Villardeciervos.

De fácil recorrido, comenzamos nuestro andar junto a las antiguas escuelas de Villardeciervos, siguiendo la carretera de Villanueva de Valrojo. Unos doscientos metros más adelante, poco antes de llegar al parque, tomaremos la senda de tierra que encontramos a la izquierda. El primer tramo discurre por un camino que da acceso a fincas de labor y que, poco a poco, se transforma en un sombreado paseo entre robles y chopos. Nos acercamos al Arroyo de Ciervas y el paisaje se vuelve más frondoso.



Avanzando con sigilo es fácil ver algún corzo o ciervo que baje a beber al río. Aunque hay que cruzar su curso, éste suele traer poca agua, por lo que se puede atravesar sin dificultad. Una vez





DISTANCIA | 6,7 Km.

DURACIÓN | 2 h.

TIPO DE RUTA | Circular, sin apenas desnivel, dificultad mínima.

COMO LLEGAR | N-630 Zamora-Mombuey, coger el desvío de Villardeciervos.

COORDENADAS INICIO |

N41 56.507 W6 16.879

CARTOGRAFIA |

Nº MTN50 IGN Hoja 307 Ferreras de Abajo.

pasado el arroyo continuamos sin pérdida por el camino principal. Más adelante aparece una bifurcación a la derecha pero debemos continuar recto. Avanzando nos topamos con un nuevo cruce y tomamos el camino de la derecha, encarando así la Sierra de la Culebra, que se levanta majestuosa ante nuestros ojos.

A partir de aquí el paisaje vuelve a cambiar, nos encontramos en una zona de pinares que nos conduce a la carretera. Llegados a este punto tenemos que seguirla durante unos doscientos metros en dirección Villardeciervos para pasar al otro lado e internarnos en una zona de praderas que



lleva a una pasarela. Ésta es una zona húmeda, así que si está encharcada lo mejor es continuar por la carretera hasta el pueblo. En caso contrario, proseguiremos guiados en todo momento por los muros de piedra de antiguas fincas que nos conducen de vuelta a Villardeciervos. Un pequeño tramo por sus calles y llegamos de nuevo al punto de partida.

Una recomendación: no os perdáis la posibilidad de callejear por Villardeciervos, un precioso pueblo con rincones inolvidables declarado conjunto histórico-artístico.

Alrededores de Villardeciervos

AYUNTAMIENTO DE VILLARDECIERVOS

PUNTOS DE INTERÉS

Playa, fuentes, avistamiento de fauna, Casco histórico de Villardeciervos.

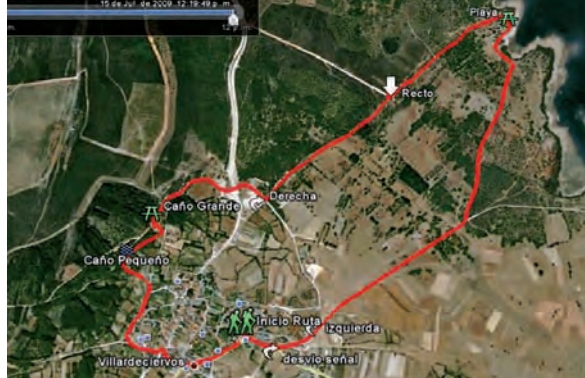
RECOMENDACIONES

Evitar las horas de mayor calor.

Este paseo prácticamente llano os llevará por la playa fluvial y las estribaciones de la Sierra de la Culebra y os permitirá visitar el casco histórico-artístico de Villardeciervos.

Tomamos como punto de partida la plaza que ostenta la estatua de un ciervo, como reconocimiento al animal que da nombre a este pueblo. Caminaremos siguiendo la carretera en dirección norte. Doscientos metros más allá aparece un desvío a la izquierda y, dejando atrás el parque infantil, continuamos sin desviarnos de la carretera que nos conducirá en un agradable paseo hasta una amplia playa fluvial en el embalse de Valparaíso. Si hace buen tiempo, es un lugar ideal para darse un baño y descansar a la sombra de los robles, si no, el paisaje bien merece un alto en el camino. Recorremos la playa y continuamos en el otro extremo, retomando el sendero que, entre monte de robles nos acerca a la carretera. Poco antes de llegar, el camino se bifurca: tomaremos el de la derecha y cruzaremos la vía en dirección al Caño Grande. El Caño Grande se encuentra en la falda de la Peña del Castro, por debajo del área recreativa que encontramos a nuestro paso. Se trata de una fuente que mana de la montaña y cuyas aguas se canalizan para regar las huertas.





DISTANCIA | 6,6 Km.

DURACIÓN | 2 h.

TIPO DE RUTA | Circular, por caminos abiertos y pista asfaltada. Sin dificultad. Según la época, podemos encontrar barro en algún tramo.

COMO LLEGAR | Desde A52, N-631 dirección Zamora, ZA-912 a Villardeciervos.

COORDENADAS INICIO | N41 56.598 W6 17.139

CARTOGRAFIA | N° MTN50 IGN Hoja 307 Ferreras de Abajo.

Después de refrescarnos seguimos por una estrecha senda que nace a la izquierda de la fuente y que nos conduce al Caño Pequeño, situado en un recóndito y coqueto rincón, dicen los vecinos que su agua tiene diferente sabor que la del Caño Grande (todo es cuestión de comprobarlo).

A partir de aquí el camino discurre entre paredes de huertos que desembocan en el pueblo. Nosotros hemos marcado en el mapa una ruta para llegar de nuevo al punto de partida pero nuestra recomendación es que os perdáis entre las callecitas y disfrutéis de las muestras de arquitectura popular: preciosas casas de piedra con balcones de madera y forja (unos imponentes y otros diminutos, pero todos con encanto), los estrechos callejones, los huertos y árboles flanqueando las construcciones,... No en vano, Villardeciervos está catalogada como conjunto histórico-artístico. Y no os preocupéis por encontrar de nuevo el punto de inicio: preguntando se llega a... la plaza del ciervo.



TALLER DE EMPLEO LAGO DE SANABRIA

Isabel Álvarez Nieto

M^a Rosario Fernández Marquina

Patricia Lobato Martínez

Isabel Parra Ocaña

José A. Requejo Sánchez

José A. Rodríguez Oliveira

Agustín San Román Castro

COLABORACIÓN

Isabel Otero Ferrero

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

JAUS Comunicación



ESCUELAS TALLER,
CASAS DE OFICIOS Y
TALLERES DE EMPLEO
LAGO DE SANABRIA