

Rutas Guiadas y Excursiones Didácticas



MINISTERIO
PARA LA TRANSICIÓN ECOLÓGICA
Y EL RETO DEMOGRÁFICO

ORGANISMO
AUTÓNOMO
PARQUES
NACIONALES



Un año más os invitamos a participar en el descubrimiento de la naturaleza, la historia y las tradiciones que conforman el paisaje de la Sierra de Guadarrama, por la vertiente segoviana del Parque Nacional. Con ello pretendemos contribuir a la conservación de sus valores desde el respeto que fomenta su conocimiento.

A lo largo de la primavera se podrán realizar actividades en dos modalidades:

Sábados: Rutas Guiadas, que permiten descubrir la vertiente norte del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama en compañía de un guía intérprete.

Domingos: Excursiones Didácticas, de carácter temático y dirigidas por especialistas en diversas materias.

Estas actividades son **gratuitas**, estando limitado el número de participantes por el carácter didáctico de las mismas y por la normativa del Parque Nacional.

Para poder participar en ellas es necesario **reservar plaza** utilizando la **Central de Reservas de Parques Nacionales**, atendiendo a las condiciones y plazos que se indican para cada actividad.

RESERVAS

<https://cutt.ly/hAhZ2Xr>

INSTRUCCIONES

<https://cutt.ly/6bEzf3g>

CONDICIONES GENERALES

- Todos los menores de edad deberán ir siempre acompañados por un adulto, madre, padre o tutor.
- Es muy importante acudir bien equipado de ropa y calzado, dependiendo de las características de cada actividad y de la estación del año, aunque siempre habrá que tener presente que en la montaña son muy frecuentes los cambios meteorológicos.
- Es importante también que lleve además agua y alimentos poco pesados.
- Durante la ruta siga atentamente las instrucciones del guía y no abandone el trazado que se indique.
- El guía puede instar al abandono del grupo de aquellas personas que no sigan sus indicaciones, pongan en peligro al resto de participantes, creen conflictos o perturben la armonía del grupo.
- En el caso de abandono de la ruta antes de su finalización, ya sea de forma voluntaria u obligada por lo anteriormente dispuesto, la responsabilidad será única y exclusiva del participante.
- El guía se reserva el derecho de suspender la ruta o incluso modificar el trazado de la misma, siempre por causa justificada.

CALENDARIO

Abril

Sábado 2
09:30. Los arroyos del mar
Domingo 3
09:00. Arqueología del Agua

Sábado 9
10:00. Pradera del Parque
Sábado 9
12:00. Puente de Navalacarretera

Domingo 10
10:00. Bosqueando
Sábado 16
10:00. Cueva del Monje-Fuente del Ratón
Domingo 17
9:00. Cabeza Grande
Sábado 23
10:00. Miradores de Maravillas y Gallarza
Sábado 23
12:00. Alto del telegrafo
Domingo 24
10:00. Circuito de juegos tradicionales
Sábado 30
09:30. El puente de los canales

Junio

Sábado 4
09:30. La Camorca
Domingo 5
10:00. Paseando con el macro
Sábado 11
09:30. Puerto de Navafría al Nevero
Domingo 12
11:00. La Princesa de la Gran Torre
Sábado 18
9:30. Siete Picos
Domingo 19
11:00. Romances serranos
Sábado 25
09:00. Puerto de Malagosto
Domingo 26
09:00. Orientación en la Naturaleza

Marzo

Domingo 20
10:00. Las raíces del paisaje
Domingo 27
10:00. Paseando con perro por la Naturaleza

Mayo

Domingo 1
11:00. El Albogue de la sierra
Sábado 7
9:30. Collado Hermoso-Fuente Plateada
Domingo 8
10:00. Los sonidos del bosque
Sábado 14
10:00. Revenga-Cabeza Grande
Domingo 15
09:00. Valsaín, un paraje de cine
Sábado 21
9:30. Garganta del río Moros
Domingo 22
10:00. Aves de Valsaín
Sábado 28
9:30. Las Praderas altas
Domingo 29
09:00. El paisaje de la lana

Julio

Sábado 2
9:30. Peñalara
Domingo 3
10:00. Excursión al mundo de los insectos

Medidas básicas para la prevención de contagios

Para poder garantizar la seguridad de los participantes y adaptar las actividades a la nueva situación derivada de la pandemia, la organización garantizará las medidas necesarias de seguridad aplicando la normativa sanitaria establecida en cada momento. Además, el número de participantes podrá variar según las medidas que en cada periodo establezcan las autoridades sanitarias.

Por su parte, los participantes deberán venir provistos de:

- **Mascarilla**, que será de uso obligado en las actividades en interior (presentación de la actividad, talleres prácticos...) y en el exterior en aquellos momentos en los que por las características del terreno o necesidades de la propia actividad no sea posible mantener el distanciamiento de seguridad entre los participantes.
- **Bote de gel o aerosol desinfectante** (uso recomendado), de uso individual y de tamaño pequeño.



MASCOTAS: la presencia de perros se permite EXCLUSIVAMENTE en las excursiones didácticas en las que se indique con este símbolo y atendiendo a las siguientes normas:



- **Consulta previa** y disponibilidad del grupo: siempre que no existan incompatibilidades de salud o fobias entre el resto de los participantes.
- Los animales deberán **estar al día** en cuanto a los requisitos de carácter administrativo y sanitario que marca la legislación vigente.
- Durante la actividad, el animal deberá estar en todo momento controlado por el propietario, mediante el **uso de correa** y si fuera necesario bozal.
- **Compromiso** por parte de los propietarios de abandonar la actividad si el animal provocara molestias al grupo o desviara la atención de los participantes durante las explicaciones.

RUTAS GUIADAS

PROGRAMA SÁBADOS

Abril

Día 2: "LOS ARROYOS DEL MAR". Iremos ascendiendo entre robledales, transitaremos por zonas desconocidas de los montes de Valsain y regresaremos acompañados por los arroyos que bajan hacia el Palacio Real.

Inicio: 9:30. Oficina de Turismo de La Granja, Pza. de los Dolores.

Itinerario: Oficina de turismo - Puerta de Cossios - Puente Negro - Puente Blanco - Puente del Vado de los Tres Maderos - Los Tobarejos - El Esquinazo - Puerta de Cossios - Oficina de Turismo.

Distancia aproximada: 12 Km.

Duración aproximada: 4,5 h.

Grado de dificultad: medio

Día 9: "PRADERA DEL PARQUE". Recorrido que partiendo desde el área recreativa de Los Asientos, atraviesa bellos pinares hasta la pradera del Parque con sus abundantes pastos y majestuosos robles en una zona cargada de historia. Divisaremos en la lejanía las ruinas del palacio de Valsain.

Inicio: 10:00. Área recreativa de Los Asientos (Ctra. CL-601, km 12)

Itinerario: Los Asientos - Puente de los Canales - Parque - Puente del Parque - Los Asientos.

Distancia aproximada: 4,5 Km.

Duración aproximada: 1,5 h.

Grado de dificultad: bajo.

Día 9: "PUENTE DE NAVALACARRETA". Sencillo itinerario a través del que descubriremos el pinar de Valsain y la flora y fauna del río Eresma, junto a algunos vestigios históricos de estos montes, como el puente de Navalacarreta y el Camino de las Pesquerías Reales.

Punto de encuentro: 12:00. Área recreativa Boca del Asno (Ctra. CL-601, km 14,3).

Itinerario: Centro de Visitantes Valle de Valsain-Boca del Asno – Peñalabarca – Puente de Navalacarreta – Centro de Visitantes Valle de Valsain-Boca del Asno.

Distancia aproximada: 2,5 Km.

Duración aproximada: 1,5 h.

Grado de dificultad: bajo

Día 16: "CUEVA DEL MONJE-FUENTE DEL RATÓN".

Acompañados de pinos y arroyos llegaremos a la Fuente del Ratón y a la emblemática Cueva del Monje, conjunto megalítico objeto de numerosas leyendas sobre sus moradores.

Punto de encuentro: 10:00. Centro Montes y Aserradero de Valsain (CMAV). C/ Primera, 11. La Pradera de Navalhorno

Itinerario: CMAV – Vado de los Tres Maderos – Cueva del Monje – Fuente del Ratón - CMAV.

Distancia aproximada: 7 Km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: medio

Día 23: "MIRADORES DE MARAVILLAS Y GALLARZA". Paseo

por dos miradores tradicionales del entorno del Puerto de Navacerrada, que nos permitirán contemplar maravillosas vistas del Valle del Eresma y de las cumbres de la Sierra de Guadarrama.

Inicio: 10:00. Cartel informativo de Cogorros. Zona no habilitada para el aparcamiento que deberá de hacerse en los aparcamientos del Puerto de Navacerrada (700 metros a pie).

Itinerario: Cogorros – Mirador de Maravillas – Mirador de Gallarza - Cogorros

Distancia aproximada: 1,5 km.

Duración aproximada: 1,5 - 2 h.

Grado de dificultad: bajo.

Día 23: "ALTO DEL TELÉGRAFO". Ascenso a las cumbres de la Sierra de Guadarrama, desde donde podremos apreciar la riqueza de sus ecosistemas de montaña, y disfrutar de las increíbles vistas que nos ofrecen.

Inicio: 12:00. Cartel informativo de Cogorros. Zona no habilitada para el aparcamiento que deberá de hacerse en los aparcamientos del Puerto de Navacerrada (700 metros a pie).

Itinerario: Cogorros – Alto del Telégrafo – Cogorros

Distancia aproximada: 4 km.

Duración aproximada: 2 h.

Grado de dificultad: medio.

Día 30: "EL PUENTE DE LOS CANALES". Este paseo discurre por veredas de gabarreros y retorna por la margen derecha del río Eresma. Podremos disfrutar de la flora y fauna del valle así como de emblemáticas construcciones como el Puente de Los Canales.

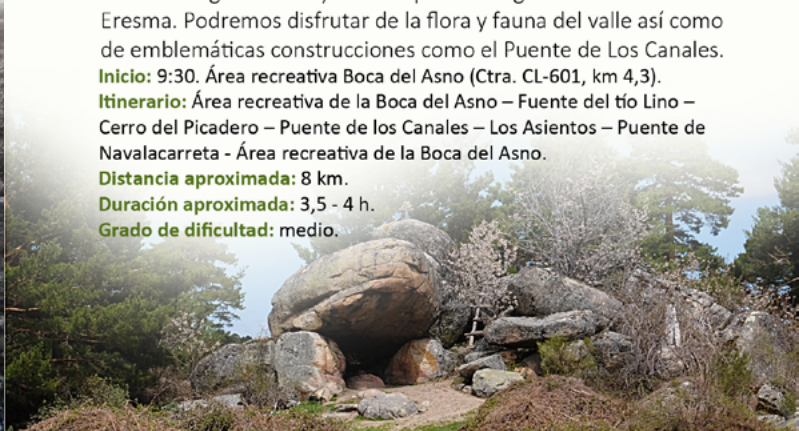
Inicio: 9:30. Área recreativa Boca del Asno (Ctra. CL-601, km 4,3).

Itinerario: Área recreativa de la Boca del Asno – Fuente del tío Lino – Cerro del Picadero – Puente de los Canales – Los Asientos – Puente de Navalacarreta - Área recreativa de la Boca del Asno.

Distancia aproximada: 8 km.

Duración aproximada: 3,5 - 4 h.

Grado de dificultad: medio.



Mayo

Día 7: “COLLADO HERMOSO-FUENTE PLATEADA”. Recorrido en continuo ascenso hasta la fuente, en el cual iremos acompañados de pinares y de arroyos cristalinos. Cerca ya del pueblo, podremos deleitarnos con las ruinas del monasterio.

Inicio: 9:30. C/ Las Eras - Collado Hermoso.

Itinerario: Collado Hermoso – Cañada Real – Monte Zarzoso – Fuente Plateada – Monasterio de Sta. M^a. – Collado Hermoso

Distancia aproximada: 11 Km.

Duración aproximada: 5 h.

Grado de dificultad: medio

Día 14: “REVENGA-CABEZA GRANDE”. Itinerario a uno de los enclaves más emblemáticos de la Guerra Civil como así lo atestiguan los restos de trincheras, barracones, nidos de ametralladoras, etc. La cima se encuentra a 1.428 m de altitud y ofrece unas bellas panorámicas.

Inicio: 10:00. Parada de autobús – Revenga

Itinerario: Revenga - Vereda de Carrera Blanca – Cañada Real Soriana Occidental – Cabeza Grande (ruta de ida y vuelta por el mismo recorrido)

Distancia aproximada: 8 km.

Duración aproximada: 3 - 3,5 h.

Grado de dificultad: medio.

Día 21: “GARGANTA DEL RÍO MOROS”. Interesante ruta por el valle del Río Moros, ascendiendo entre bellos pinares, hasta los embalses de El Tejo (o de Las Tabladillas) y del Espinar (o Vado de Las Cabras)

Inicio: 9:30. Aparcamiento del área recreativa de La Panera (la Estación del Espinar).

Itinerario: Área recreativa de La Panera – Puente Negro – Las Tabladillas – cola del embalse de El Espinar (ruta de ida y vuelta por el mismo recorrido)

Distancia aproximada: 14,5 km.

Duración aproximada: 4 - 4,5 h.

Grado de dificultad: medio.

Día 28: “LAS PRADERAS ALTAS”. Esta ruta nos adentrará en el corazón del Pinar de Valsaín, atravesando varias de sus hermosas praderas. Podremos deleitarnos con majestuosos pinos y con fantásticas vistas del valle y de las cumbres del Guadarrama.

Inicio: 9:30. Cartel informativo de Cogorros. Zona no habilitada para el aparcamiento que deberá de hacerse en los aparcamientos del Puerto de Navacerrada (700 metros a pie).

Itinerario: Cogorros – Pradera de la Machorra – Pradera de Navalazor – Pradera de Navalviento – Camino Schmid - Cogorros.

Distancia aproximada: 9,5 km.

Duración aproximada: 4,5 h.

Grado de dificultad: alto.

Día 4: “LA CAMORCA”. Itinerario a uno de los mejores miradores de la sierra de Guadarrama.

Inicio: 9:30. Pértiga de la Pesca frente al aparcamiento del Puente de La Cantina - Ctra. CL-601, km 17)

Itinerario: Pértiga de la Pesca – Puente de Minguete – Fuente de la Reina – Pradera de la Venta – la Camorca (ruta de ida y vuelta por el mismo recorrido)

Distancia aproximada: 14 Km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: alto

Día 11: “PUERTO DE NAVAFRÍA AL NEVERO”. Ruta a un enclave especial, el pico del Nevero, desde el que podremos contemplar bellas panorámicas de ambas vertientes de nuestra sierra .

Inicio: 9:30. Refugio del Puerto de Navafría.

Itinerario: Puerto de Navafría – Alto del Puerto – Nevero – Cerro de los Colladillos – Mirador de Navalcollado – Puerto de Navafría

Distancia aproximada: 9,5 km.

Duración aproximada: 5 - 5,5 h.

Grado de dificultad: alto.

Día 18: “SIETE PICOS”. En el recorrido disfrutaremos de unas vistas espectaculares y también de interesantes formaciones geológicas y de la singular riqueza ecológica de las cumbres.

Inicio: 9:30. Cartel informativo de Cogorros. Zona no habilitada para el aparcamiento que deberá de hacerse en los aparcamientos de Navacerrada (700 metros a pie).

Itinerario: Cogorros – Collado de Peña Hueca –Siete Picos – Collado Ventoso – Camino Schmid - Cogorros

Distancia aproximada: 8,5 km.

Duración aproximada: 4,5 h.

Grado de dificultad: alto.

Día 25: “PUERTO DE MALAGOSTO”. Paso histórico testigo de las aventuras y desventuras entre el Arcipreste de hita y la Chata, tal y como se narra en el Libro del Buen Amor.

Inicio: 9:30. Acceso al Rancho de Alfaro (por camino de subida al puerto del Malagosto en km 177 de la N-110).

Itinerario: Rancho de Alfaro – Molino del Romo – Camino del Malagosto – Puerto de Malagosto (ruta de ida y vuelta por el mismo recorrido)

Distancia aproximada: 18 km.

Duración aproximada: 5,5 - 6 h.

Grado de dificultad: alto.

Julio

Día 2: “PEÑALARÁ”. Recorrido hasta la cima más alta (2.428 m) y emblemática de la Sierra de Guadarrama.

Inicio: 9:30. Cartel informativo del Parque Nacional frente al mojón real del Puerto de Cotos

Itinerario: Puerto de Cotos – Camino de Peña Citores — Dos Hermanas – Peñalara (ruta de ida y vuelta por el mismo recorrido)

Distancia aproximada: 10 km.

Duración aproximada: 4,5 - 5 h.

Grado de dificultad: alto.



EXCURSIONES DIDÁCTICAS

PROGRAMA DOMINGOS



MARZO

Día 20: "Las raíces del paisaje". Un paseo por la geología de Valsaín. Nuria Sacristán Arroyo, geóloga (UNED) y educadora ambiental.

Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: familiar (se admiten perros)

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 5.800 m.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 27: "Paseando con perro por la Naturaleza". Paseo para aprender a disfrutar de tu perro en un entorno natural, de una manera segura y evitando impactos en el medio. Estefanía Ibáñez, educadora canina.

Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: familiar (se admiten perros)

Nº de participantes: 20 y 10 perros

Distancia Aproximada: 2 km.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo



ABRIL

Día 3: "Arqueología del Agua". Recorrido por la cacera del Acueducto, uno de los paisajes arqueológicos más singulares de la Sierra. Luis M. Yuste, arqueólogo.

Inicio: 9:00 en Revenga (aparcamiento junto a parada de bus)

Público destinatario: a partir de 10 años (se admiten perros)

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 8,7 km.

Duración aproximada: 5 horas

Grado de dificultad: medio



Día 10: "Bosqueando". Baño de bosque y paseo para buscar el estado de bienestar conectando con los elementos de la naturaleza. Antonio Girón, instructor de Movimiento Consciente.

Inicio: 10:00 en área recreativa Los Asientos

Público destinatario: a partir de 18 años

Nº de participantes: 25

Distancia Aproximada: 5 km.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 17: "Cabeza Grande". Un recorrido por la arquitectura militar de la Guerra Civil conservada en este enclave. Carlos de Miguel, Sección de Educación Ambiental y Cooperación CENEAM.

Inicio: 9:00 en Revenga (aparcamiento junto a parada de bus)

Público destinatario: a partir de 10 años (se admiten perros)

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 8 Km.

Duración aproximada: 5 horas

Grado de dificultad: medio



Día 24: "Circuito de juegos tradicionales". Un recorrido para recordar y practicar los juegos de siempre. Arantza Rodrigo, Directora del Centro de Interpretación del Folklore de San Pedro de Gaillos.

Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: familiar

Nº de participantes: 25

Distancia Aproximada: 3 Km.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo



MAYO

Día 1: "El Albugue de la sierra". Paseo musical con un instrumento ancestral usado por los pastores, que late y volverá a resonar en los bosques del Guadarrama. Miguel Nava Cuervo, investigador e intérprete de músicas populares.

Inicio: 11:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: familiar

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 3 km.

Duración aproximada: 3 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 8: "Los sonidos del bosque". Un recorrido por los paisajes sonoros del monte de Valsaín, que nos sirven como herramienta de rastreo. Fernando Gómez Velasco, rastreador y naturalista.

Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: a partir de 5 años

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 4 km

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 15: "Valsain, un paraje de cine: rodajes y anécdotas".

Recorrido por algunos parajes de los montes de Valsain que sirvieron de escenario cinematográfico. Clemente de Pablos Miguel, Historiador del Cine.

Inicio: 9:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: a partir de 10 años (se admiten perros)

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 10 Km.

Duración aproximada: 5 horas

Grado de dificultad: medio



Día 22: "Aves de Valsain". Iniciación a la observación de las aves en los Montes de Valsain. Identificación sonora y visual. Antonio Moreno, Sección de Documentación e Información Ambiental CENEAM.

Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: a partir de 10 años

Nº de participantes: 25

Distancia Aproximada: 5,8 Km.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 29: "El paisaje de la lana". Recorrido por la cañada de la Vera de la Sierra y las ruinas del rancho de esquila de Santillana.

Carlos de Miguel, Sección de Educación Ambiental y Cooperación del CENEAM.

Inicio: 9:00 en el aparcamiento del Area Recreativa del Robledo

Público destinatario: a partir de 10 años (se admiten perros)

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 7,7 km.

Duración aproximada: 5 horas

Grado de dificultad: medio



JUNIO

Día 5: "Paseando con el macro". Paseo y taller para descubrir la grandeza de lo pequeño con la cámara de tu teléfono móvil.

Inma San José, fotógrafa.

Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: a partir de 10 años

Nº de participantes: 25

Distancia Aproximada: 2 km

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 12: "El Bosque de Valsain y la Princesa de la Gran Torre".

Paseo con narraciones y música de historias legendarias de Valsain y sus bosques. Raquel Rubio, Carlos Pérez y Carla Pérez, El Sombrero de la Memoria.

Inicio: 11:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: familiar

Nº de participantes: 60

Distancia Aproximada: 3,5 Km.

Duración aproximada: 3 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 19: "Romances serranos". Paseo por el bosque de Valsain con romances y canciones tradicionales. Llanos Monreal, Cristina Ortiz y Fernando Ortiz, componentes de Nuevo Mester de Juglaría.

Inicio: 11:00 en la puerta del Centro Montes de Valsain

Público destinatario: familiar

Nº de participantes: 60

Distancia Aproximada: 3,5 Km.

Duración aproximada: 3 horas

Grado de dificultad: bajo

Día 26: "Orientación en la Naturaleza". Taller y recorrido para iniciarse en las técnicas de orientación en el medio natural.

Roberto Górriz, geólogo y guía de montaña.

Inicio: 9:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: a partir de 10 años

Nº de participantes: 25

Distancia Aproximada: 3,7 km.

Duración aproximada: 5 horas

Grado de dificultad: bajo



JULIO

Día 3: "Excursión al mundo de los insectos". Paseo para conocer el universo de los insectos, en el que se podrán identificar diversas especies curiosas de escarabajos y mariposas. Jorge Martínez Huelves, naturalista.

Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM

Público destinatario: familiar (se admiten perros)

Nº de participantes: 30

Distancia Aproximada: 5 km

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

