

# 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.



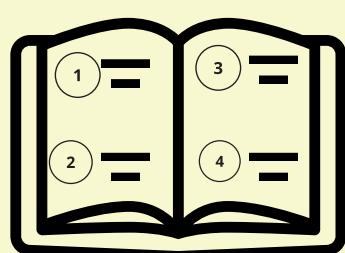
Montes de  
valsain y  
cabeza de  
Hierro  
Espacios Naturales  
y Centros Adscritos al Organismo  
Autónomo Parques Nacionales



centro Nacional  
de Educación  
Ambiental  
CENEAM

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



INSTRUCCIONES

## 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 llevar **agua y alimentos** poco pesados.
- Durante la ruta se debe seguir atentamente las **instrucciones del guía** y no abandone el trazado que se indique.
- **El guía puede** instar al abandono de la actividad a 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.

**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.



**Se recomienda el uso de transporte público:**

La información sobre rutas y horarios se puede consultar en la web del P. N. Sierra de Guadarrama

TRANSPORTE PÚBLICO



\* El Organismo Autónomo Parques Nacionales no se hace responsable de la puntualidad de las líneas de transporte público, ni de la exactitud de los horarios.

# CALENDARIO

## Marzo

Sábado 23

9:30 La Camorca

Domingo 24

10:00 Las raíces del paisaje

Sábado 30

9:30 y 12:00 El Alto del Telégrafo

Domingo 31

10:00 Los paisajes del agua



## Abril

Sábado 6

10:00 Los Puentes del Eresma

Domingo 7

9:00 Arqueología del agua

Sábado 13

10:00 Chorro Grande y Chorro Chico

Domingo 14

10:00 Paseando con perro por la naturaleza

Sábado 20

9:30 y 12:00 Miradores de Maravillas y Gallarza

Domingo 21

11:00 Naturaleza inclusiva

Sábado 27

10:00 El Batán de Vargas-Venta de los Mosquitos

Domingo 28

10:00 Versos en las trincheras



## Mayo

Sábado 4

10:00 La Cueva del Monje

Domingo 5

9:00 Orientación en la naturaleza

Sábado 11

9:30 La Fuente Plateada

Domingo 12

10:00 Los sonidos del bosque

Sábado 18

9:30 Puerto de Malangosto

Domingo 19

10:00 Aves de Valsaín

Sábado 25

9:30 La Camorca

Domingo 26

9:00 El paisaje de la lana



## Junio

Sábado 1

9:30 Peña Citores

Domingo 2

11:00 El Bosque de Valsaín y la Princesa de la Gran Torre

Sábado 8

9:30 El pico del Nevero

Domingo 9

10:00 Paseando con el macro

Sábado 15

10:00 Vereda de la Canaleja

Domingo 16

11:00 Romances serranos

Sábado 22

9:30 Sietes Picos

Domingo 23

10:00 Excursión al mundo de los insectos



# RUTAS GUIADAS

## PROGRAMA SÁBADOS

### Marzo

**Día 23: "LA CAMORCA"**. Itinerario a uno de los mejores miradores de la provincia de Segovia. Discurrirá por masas de pino silvestre en espesura, que se irán abriendo según ascendemos hasta el cerro.

**Inicio: 9:30.** Aparcamiento del Puente de La Cantina (Ctra. CL-601, km 17)

**Itinerario:** Puente de la Cantina – 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.

**Desnivel:** 493 m.

**Duración aproximada:** 4,5 h.

**Grado de dificultad:** alto.

**Día 30: "EL ALTO DEL TELÉGRAFO"**. Ascenso a este paraje 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: 9:30 Y 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.

**Desnivel:** 93 m.

**Duración aproximada:** 2 h.

**Grado de dificultad:** medio.



### Abril

**Día 6: "LOS PUENTES DEL ERESMA"**. Ruta desde el área recreativa de Los Asientos que nos permitirá descubrir estas importantes e interesantes construcciones sobre el río Eresma.

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

**Itinerario:** Los Asientos – Puente de Navalacarreta – Puente de los Canales – Los Asientos.

**Distancia aproximada:** 4,5 km.

**Desnivel:** 70 m.

**Duración aproximada:** 2,5 h.

**Grado de dificultad:** bajo.

**Día 13: "CHORRO GRANDE Y CHORRO CHICO"**. Ruta que nos permitirá contemplar dos de los más populares saltos de agua de la Sierra de Guadarrama, Chorro Grande y Chorro Chico. El paseo discurre por una emblemática mata de roble.

**Inicio: 10:00** Aparcamiento frente a Casa de las Flores (San Ildefonso).

**Itinerario:** Casa de las Flores – Camino de Chorro Grande – Chorro Grande – Chorro Chico (ruta de ida y vuelta por el mismo recorrido).

**Distancia aproximada:** 6,8 km.

**Desnivel:** 245 m.

**Duración aproximada:** 4 h.

**Grado de dificultad:** medio.

## Abril

**Día 20: "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:** 9:30 Y 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 - Mirador de Maravillas - Mirador de Gallarza - Cogorros.

**Distancia aproximada:** 2,8 km.

**Desnivel:** 30 m.

**Duración aproximada:** 2 h.

**Grado de dificultad:** bajo.

**Día 27: "EL BATÁN DE VARGAS-VENTA DE LOS MOSQUITOS"**.

Recorrido por un tramo de la Senda Real o Camino de Pesquerías, que nos llevará por ambas márgenes del río Eresma, pudiendo disfrutar de la vegetación asociada, así como la huella que ha dejado las gentes a través de los tiempos.

**Inicio:** 10:00. Centro de Visitantes de Boca del Asno (Ctra. CL-601, km 14,3)

**Itinerario:** Centro Visitantes Boca del Asno- Puente de Vadillos-Batán de Vargas-Casa de la Pesca-Venta de los Mosquitos-Puente de los Vadillos-Centro de Visitantes Boca del Asno

**Distancia aproximada:** 8 km.

**Desnivel:** 183 m.

**Duración aproximada:** 4 h.

**Grado de dificultad:** medio.



## Mayo

**Día 4: "LA CUEVA DEL MONJE"**. Acompañados de pinos y arroyos llegaremos a la Fuente del Ratón y a la emblemática Cueva del Monje, piedra caballera que inspiró una conocida leyenda.

**Inicio:** 10:00. Centro Montes y Aserradero de Valsaín (CMAV). C/ Primera, 11. La Pradera de Navalhorno.

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

**Distancia aproximada:** 7,5 km.

**Desnivel:** 180 m.

**Duración aproximada:** 3,5 - 4 h.

**Grado de dificultad:** medio.

**Día 11: "LA FUENTE PLATEADA"**. Recorrido en continuo ascenso, desde Collado Hermoso hasta la popular fuente, desde donde disfrutaremos de unas vistas privilegiadas.

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

**Itinerario:** Collado Hermoso - Cañada Real Soriana Occidental - Fuente Plateada - Collado Hermoso.

**Distancia aproximada:** 11 km.

**Desnivel:** 520 m.

**Duración aproximada:** 5 h.

**Grado de dificultad:** medio-alto.

## Mayo

**Día 18: "PUERTO DE MALANGOSTO"**. Camino de ascenso a uno de los pasos más emblemáticos entre las dos vertientes de la Sierra. 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 Alfaro (por camino de subida al puerto del Malangosto en km 177 de la N-110).** El guía esperará en el punto de encuentro junto a la carretera, para posteriormente subir los vehículos al "Rancho Alfaro". Es necesario que nos indiquen la matrícula de su vehículo para obtener la autorización administrativa para el aparcamiento en el paraje "Rancho Alfaro". Si van en más de un vehículo, hagan varias reservas. En caso de llegar un poco tarde, avance 1,5 kilómetros por ese camino recto.

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

**Distancia aproximada: 19,3 km.**

**Desnivel: 723 m.**

**Duración aproximada: 6-6,5 h.**

**Grado de dificultad: alto.**

**Día 25: "LA CAMORCA"**. Itinerario a uno de los mejores miradores de la provincia de Segovia. Discurrirá por masas de pino silvestre en espesura, que se irán abriendo según ascendemos hasta el cerro.

**Inicio: 9:30. Aparcamiento del Puente de La Cantina (Ctra. CL-601, km 17)**

**Itinerario: Puente de la Cantina – 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.**

**Desnivel: 493 m.**

**Duración aproximada: 4,5 h.**

**Grado de dificultad: alto.**

## Junio

**Día 1: "PEÑA CITORES"**. Ascenderemos a uno de los mejores miradores de los Montes de Valsaín. También podremos contemplar los restos de las construcciones de la Guerra civil.

**Inicio: 9:30. Cartel informativo del Parque Nacional en el Puerto de Cotos**

**Itinerario: Puerto de Cotos – Fuente de los Pájaros – Peña Citores (ruta de ida y vuelta por el mismo recorrido)**

**Distancia aproximada: 10 km.**

**Desnivel: 362 m.**

**Duración aproximada: 4,5 - 5 h.**

**Grado de dificultad: alto.**



## Junio

**Día 8: "EL PICO DEL NEVERO"**. Ruta a un enclave especial de nuestra Sierra, el Nevero, otro de los mejores miradores desde el que podremos contemplar bellas panorámicas de la llanura segoviana, del valle del Lozoya y del macizo de Peñalara.

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

**Itinerario:** Puerto de Navafría - Alto del Puerto - Pico del Nevero - Cerro de los Colladillos - Mirador de Navalcollado - Puerto de Navafría.

**Distancia aproximada:** 10,5 km.

**Desnivel:** 450 m.

**Duración aproximada:** 5-5,5 h.

**Grado de dificultad:** alto.

**Día 15: "VEREDA DE LA CANALEJA"**. Parte de este camino era utilizado en la antigüedad por los habitantes de estas tierras para comunicar las dos vertientes. El recorrido discurre por las proximidades del arroyo del Puerto.

**Inicio:** 10:00. Aparcamiento del Puente de la Cantina (Ctra. CL-601, km 17)

**Itinerario:** Puente de la Cantina - Pradera de Vaquerizas - Arroyo del Puerto - Puente de la Cantina

**Distancia aproximada:** 5 km.

**Desnivel:** 139 m.

**Duración aproximada:** 3,5 h.

**Grado de dificultad:** medio.

**Día 22: "SIETE PICOS"**. En el recorrido disfrutaremos no sólo de unas vistas espectaculares, sino también de interesantes formaciones geológicas y de la singular riqueza ecológica de estas cumbres serranas.

**Inicio:** 9:30. Cartel informativo de Los Cogorros. Zona no habilitada para el aparcamiento que deberá 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.

**Desnivel:** 360 m.

**Duración aproximada:** 4,5 h.

**Grado de dificultad:** alto.





# EXCURSIONES DIDÁCTICAS

## PROGRAMA DOMINGOS

### Marzo

**Día 24: "LAS RAÍCES DEL PAISAJE"**. Un paseo por la geología de Valsaín. Nuria Sacristán Arroyo, geóloga y educadora ambiental.

**Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM**

**Público destinatario: familiar (se admiten perros)**

**Distancia aproximada: 5,8 km.**

**Duración aproximada: 4 h.**

**Grado de dificultad: bajo.**



**Día 31: "LOS PAISAJES DEL AGUA"**. Recorrido por varios parajes históricos relacionados con el agua y sus aprovechamientos. Julio Rodríguez Vivanco, Sección de Educación Ambiental y Cooperación CENEAM.

**Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM**

**Público destinatario: familiar (se admiten perros)**

**Distancia aproximada: 7,5 km.**

**Duración aproximada: 4 h.**

**Grado de dificultad: bajo.**



### Abril

**Día 7: "ARQUEOLOGÍA DEL AGUA"**. Recorrido por la cacera del Acueducto, uno de los paisajes arqueológicos más singulares de la Sierra. Luis Miguel Yuste, arqueólogo.

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

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

**Distancia aproximada: 8,7 km.**

**Duración aproximada: 5 h.**

**Grado de dificultad: medio.**



**Día 14: "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)**

**Distancia aproximada: 2 km.**

**Duración aproximada: 4 h.**

**Grado de dificultad: bajo.**



## Abril

**Día 21: “NATURALEZA INCLUSIVA”.** Paseo para aprender a acompañar en la naturaleza a personas con diversidad funcional, examinando las barreras del entorno y realizando prácticas con material de apoyo al senderismo. Elena García y Lorena Fernández, educadoras de Echando Raíces.

**Inicio: 11:00 en la puerta del CENEAM**

**Público destinatario:** personas con discapacidad visual o movilidad reducida, familiares e interesados en el tema.

**Distancia aproximada:** 3 km.

**Duración aproximada:** 3 h.

**Grado de dificultad:** bajo.

**Día 28: “VERSOS EN LAS TRINCHERAS”.** Paseo por escenarios de la guerra civil con recitado de poemas escritos por y para los soldados durante aquel periodo histórico. Carmen Hidalgo, actriz, Cuco Pérez, músico y Carlos de Miguel, Sección de Educación Ambiental y Cooperación CENEAM.

**Inicio: 10:00 en la puerta del CENEAM**

**Público destinatario:** a partir de 14 años (se admiten perros)

**Distancia aproximada:** 5,5 km.

**Duración aproximada:** 4 h.

**Grado de dificultad:** medio.



## Mayo

**Día 5: “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 14 años

**Distancia aproximada:** 3,7 km.

**Duración aproximada:** 5 h.

**Grado de dificultad:** bajo.

**Día 12: “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

**Distancia aproximada:** 4 km.

**Duración aproximada:** 4 h.

**Grado de dificultad:** bajo.

**Día 19: “AVES DE VALSAÍN”.** Iniciación a la observación de las aves en los Montes de Valsaín. 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

**Distancia aproximada:** 5,8 km.

**Duración aproximada:** 4 h.

**Grado de dificultad:** bajo.

## Mayo

**Día 26: "EL PAISAJE DE LA LANA"**. Recorrido por la cañada de la Vera de la Sierra y las ruinas del rancho de esquileo de Santillana. Carlos de Miguel, Sección de Educación Ambiental y Cooperación del CENEAM.

**Inicio: 9:00** en el aparcamiento del Área Recreativa del Robledo

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

**Distancia aproximada: 7,7 km.**

**Duración aproximada: 5 h.**

**Grado de dificultad: medio.**



## Junio

**Día 2: "EL BOSQUE DE VALSAÍN Y LA PRINCESA DE LA GRAN TORRE"**. Paseo con narraciones y música de historias legendarias de Valsaín 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**

**Distancia aproximada: 3,5 km.**

**Duración aproximada: 3 h.**

**Grado de dificultad: bajo.**

**Día 9: "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**

**Distancia aproximada: 2 km.**

**Duración aproximada: 4 h.**

**Grado de dificultad: bajo.**

**Día 16: "ROMANCES SERRANOS"**. Paseo por el bosque de Valsaín 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 de Montes de Valsaín

**Público destinatario: familiar**

**Distancia aproximada: 3,5 km.**

**Duración aproximada: 3 h.**

**Grado de dificultad: bajo.**

**Día 23: "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)**

**Distancia aproximada: 5 km.**

**Duración aproximada: 4 h.**

**Grado de dificultad: bajo.**

