

PASEOS DE VERANO 2020



MINISTERIO
PARA LA TRANSICIÓN ECOLÓGICA
Y EL RETO DEMOGRÁFICO

ORGANISMO
AUTÓNOMO
PARQUES
NACIONALES

CENTRO NACIONAL DE
EDUCACIÓN AMBIENTAL



SIERRA DE
GUADARRAMA
PARQUE NACIONAL



CENEAM (Centro Nacional de Educación Ambiental)

Paseo José María Ruiz-Dana, s/n
40109 VALSAÍN. San Ildefonso. Segovia
Centralita: 921471711/ Fax: 921471746
www.miteco.gob.es/es/ceneam/



Verano 2020 en el Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.

Un verano más el CENEAM, situado en el Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama, ofrece su Programa de Paseos Guiados. El paisaje, la naturaleza, la historia y la cultura popular son los hilos conductores de estas actividades al aire libre, gratuitas y dirigidas a todos los públicos. La oferta se compone de **24 paseos**, con un total de **12 rutas diferentes**, que se realizarán a lo largo de los meses de julio y agosto, los lunes, miércoles y viernes.

Se incluyen también **6 actividades del Programa de Excursiones Didácticas**, que fueron aplazadas por el estado de alarma, y que se realizarán **en domingo** por la mañana. Se han seleccionado aquellas que mejor se adaptaban a la nueva situación derivada de la pandemia para poder garantizar la seguridad de los participantes.

Para participar en cualquiera de los paseos y excursiones es necesario reservar plaza con antelación, hasta las 14:00 del día anterior a la realización de cada uno (en el caso los paseos de lunes y de las excursiones de domingo será hasta el viernes anterior). Los grupos estarán compuestos por un máximo de **15 personas para los paseos y 20 para las excursiones**, y será necesario que haya un mínimo de 5 inscripciones para que se realice la actividad. En caso de suspensión de alguna, se notificará a los inscritos con antelación.

LAS RESERVAS se pueden realizar:

- Llamando al **921473880**, en horario de 9:00 a 14:00 (de lunes a viernes)
- Mandando un correo electrónico a la dirección:
paseos.ceneam@oapn.es
El CENEAM confirmará la recepción del correo y la disponibilidad de plazas.

Para realizar la inscripción se deberán aportar los siguientes datos:

- Nombre, apellidos y DNI de todas las personas a las que se inscribe, especificando la edad en el caso de que sean menores.
- Teléfono y mail de contacto de quien realiza la inscripción.
- Lugar de procedencia

Medidas básicas para la prevención de contagios

La organización garantizará las medidas necesarias de seguridad aplicando la normativa sanitaria establecida en cada momento.

Por su parte, **los participantes deberán venir provistos de:**

- **Mascarilla**, que será de uso obligado en aquellos momentos en los que por las características del terreno o necesidades de la propia actividad no sea posible mantener el distanciamiento de 2 m entre personas.
- **Bote de gel o aerosol desinfectante**, de uso individual y de tamaño pequeño.
- **Bolsas de plástico** para desechar mascarillas y otros elementos de protección no reutilizables que serán depositadas en los contenedores correspondientes al finalizar el paseo.

Está permitida la presencia de perros con 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.
- 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.
- Durante la actividad, el animal deberá estar en todo momento controlado por el propietario, mediante el uso de correa y si fuera necesario bozal, asegurándose de que la longitud de la correa no solo impida el contacto, sino que garantice el distanciamiento de la mascota con los participantes que no sean de su misma unidad de convivencia.



Recomendaciones: estamos en zona de montaña y el clima nos puede jugar una mala pasada, por eso, aunque sea verano, es conveniente equiparse con calzado de campo, ropa adecuada, gorra y protector solar, además de traer agua u otras bebidas hidratantes y algún alimento.

El CENEAM se reserva el derecho de suspender o modificar estas actividades



Descripción

PASEOS GUIADOS

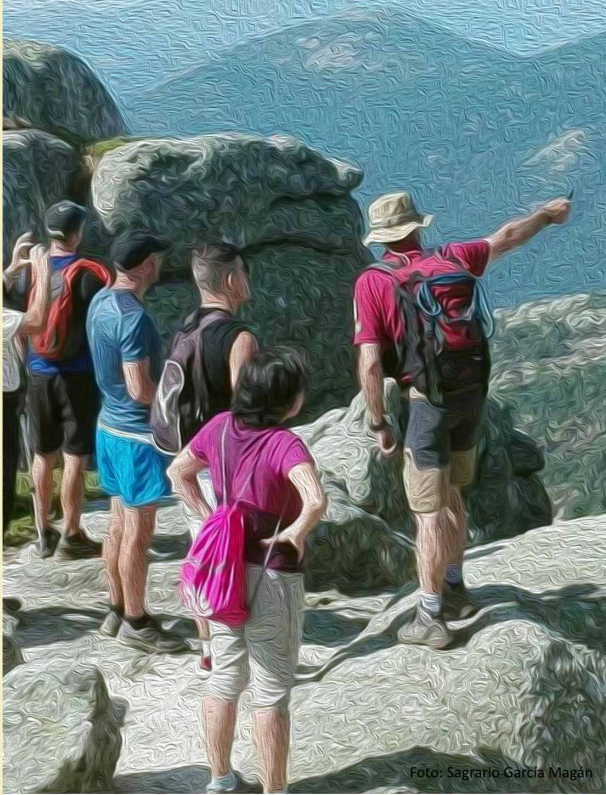


Foto: Sagrario García Magán

Con inicio en el CENEAM y ordenados por longitud del recorrido

- 1** ***“Paisajes de Guerra”***. Itinerario que muestra cómo fueron las construcciones de la Guerra Civil Española en la Sierra de Guadarrama y en los Montes de Valsaín.
Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM
Recorrido: El mismo que el itinerario auto guiado “Paisajes de Guerra”, circular y junto al CENEAM
Longitud aproximada: 1,5km.
Duración: 2h.
Dificultad: baja
Fechas de realización: lunes 20 de julio y lunes 17 de agosto.

- 2** ***“Un paseo por el bosque”***. para observar diversos aspectos naturales y algunos aprovechamientos tradicionales del Monte de Valsaín.
Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM
Recorrido: circular por las proximidades del CENEAM (coincide con el itinerario autoguiado del mismo nombre).
Longitud aproximada: 3 km.
Duración: 2h.
Dificultad: baja
Fechas de realización: lunes 6 de julio y viernes 28 de agosto.



3

“Los paisajes del agua”. Recorrido por las orillas del río Eresma en el que se podrán observar puentes, presas, acequias y un tramo del camino histórico conocido como las Pesquerías Reales, que mandó construir Carlos III para practicar la pesca.

Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM

Recorrido: CENEAM - Puente de Valsaín - Presa del Salto del Olvido - Pesquerías Reales - Puente del Anzolero - Caz del Salto del Olvido - La Pradera – CENEAM.

Longitud aproximada: 5 km.

Duración: 4 h.

Dificultad: media

Fechas de realización: miércoles 15 de julio y miércoles 5 de agosto.

4

“El cerro del Puerco”. El cerro del Puerco es una pequeña colina adosada a la pradera de Navalhorno, que resulta una magnífica atalaya sobre el valle de Valsaín. En el paseo se podrá contemplar el bello paisaje del valle, en todas las direcciones, y un conjunto de construcciones defensivas de la Guerra Civil.

Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM

Recorrido: CENEAM (1.220 m) - La Pinochera - Fuente de los Soldados– Cerro del Puerco (1.421 m) - CENEAM.

Longitud aproximada: 5 km.

Duración: 4 h.

Dificultad: media

Fechas de realización: viernes 17 de julio y viernes 7 de agosto.



5

“Un paseo por la cacera”. Una cacera es una zanja o canal que conduce el agua de un río o un arroyo a donde se va a usar. La que recorreremos alimentaba el depósito del Real Aserrío de Valsaín. Este serradero del siglo XIX funcionaba con maquinaria de vapor, por lo que dependía del abastecimiento de agua.

Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM

Recorrido: CENEAM – El Charcón – Navalonguilla – Captación de la cacera – Peña Caída – La Pinochera – CENEAM.

Longitud aproximada: 5,5 km.

Duración: 3 h.

Dificultad: Baja

Fechas de realización: miércoles 22 de julio y miércoles 12 de agosto.

6

“La leyenda de la Cueva del Monje”. Paseo por los paisajes donde se desarrollaron los acontecimientos de una de las leyendas más conocidas de Valsaín. La Cueva del Monje es uno de los parajes más conocidos y emblemáticos de estos montes.

Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM

Recorrido: CENEAM (1.220 m) - Cueva del Monje (1.400 m) - Fuente del Ratón – CENEAM.

Longitud aproximada: 5,8 km.

Duración: 3 h.

Dificultad: baja

Fechas de realización: miércoles 8 de julio y lunes 3 de agosto.



7

“El cerro Matabueyes”. El cerro de Matabueyes es un lugar del que muchos han oído hablar, aunque pocos han subido. Es un mirador excepcional para la observación de Valsaín, del Valle de la Acebeda y de la meseta hacia Segovia. Este enclave ya se usaba en el siglo XIX para la vigilancia de incendios. Desde el alto del cerro realizaremos actividades de interpretación del paisaje.

Inicio: 9:00. Puerta del CENEAM

Recorrido: CENEAM (1.220 m)- Cruz de la Gallega (1.421 m) – Cerro Matabueyes (1.483 m) Fuente de las Chozuelas (1.440 m) – CENEAM.

Longitud aproximada: 6 km.

Duración: 4 h.

Dificultad: media para personas no habituadas a la montaña

Fechas de realización: lunes 27 de julio y viernes 21 de agosto.

8

“La Silla del Rey”. Paseo hasta el alto del cerro conocido como El Moño de la Tía Andrea donde se encuentra la famosa “Silla del Rey”, un trono de granito con una inscripción de 1848 alusiva a S.M. Don Francisco de Asís de Borbón consorte de Isabel II.

Inicio: 9:00. Puerta del CENEAM

Recorrido: CENEAM (1.220 m) – Camino de Juego de Bolos - Camino de los Neveros – Salto del Corzo (1632 m) – Silla del Rey (1689 m) - CENEAM.

Longitud aproximada: 9 km.

Duración: 5 h.

Dificultad: alta para personas no habituadas a la montaña

Fechas de realización: lunes 13 de julio y miércoles 26 de agosto.



9 ***“Praderas y navas”***. Paseo para interpretar el paisaje desde la La Pradera de Navalhorno hasta la pradera de Navalpinganillo, por el interior del valle del Río Eresma..

Inicio: 9:00. Puerta del CENEAM

Recorrido: CENEAM – El Parque del rey – Navalrincón – Pradera de los Piñones – Los Cuatro Caminos – Fuente del tío Linos - Navalpinganillo. Con vuelta por las Pesquerías Reales (margen izda. del Río Eresma) - CENEAM.

Longitud aproximada: 9 km.

Duración: 5h.

Dificultad: alta para personas no habituadas a la montaña

Fechas de realización: viernes 24 de julio y miércoles 19 de agosto.

Con inicio en otros puntos

10 ***“El Jardín y el Bosque”***. Paseo en torno a las tapias de los Jardines de La Granja, donde la huella palaciega se encuentra con la naturaleza boscosa.

Inicio: 9:00. Pza. de los Dolores, junto al Ayuntamiento (San Ildefonso)

Recorrido: Real Sitio de San Ildefonso (1.180 m) - El Esquinazo (1.380 m) – Arroyo Morete- Arroyo Carneros - Casa del Cebo – Fuente de la Plata - Real Sitio de San Ildefonso.

Longitud aproximada: 6 km.

Duración: 4h.

Dificultad: media

Fechas de realización: viernes 31 de julio y viernes 14 de agosto.



1

“Soldados en las cumbres”. Paseo para interpretar los restos de construcciones de la Guerra Civil que se conservan en las cumbres de la zona de Dos Hermanas – Peña Citores. Con este recorrido se intenta mostrar la gran incidencia que tuvo este acontecimiento en el paisaje de la Sierra, un enclave que ha tenido gran valor estratégico a lo largo de la historia.

Inicio: 9:00. Cartel informativo de “Montes de Valsaín” del **Puerto de los Cotos**

Recorrido: Pto. de los Cotos (1.827 m) - fuente de los Pájaros (2.140 m) - cuerda (2.160 m) y laderas entre el arroyo de Dos Hermanas y Peña Citores - Cotos.

Longitud aproximada: 8 km.

Duración: 5h.

Dificultad: alta para personas no habituadas a la montaña.

Fechas de realización: viernes 10 de julio y lunes 10 de agosto.

1

“La Fuente del Infante”. Paseo desde La Granja por el camino del Puerto del Reventón hasta la Fuente del Infante. Un camino histórico, señalizado en 1905, que cuenta con interesantes vestigios y unas vistas privilegiadas.

Inicio: 9:00. Frente a Casa de las Flores (San Ildefonso)

Recorrido: Real Sitio de San Ildefonso (1.180 m) – El Esquinazo (1.380 m) – Poyo Judío (1.640 m) - Fuente Infantes (1.840 m) - Real Sitio de San Ildefonso.

Longitud aproximada: 10 km.

Duración: 5 h.

Dificultad: alta para personas no habituadas a la montaña.

Fechas de realización: miércoles 29 de julio y lunes 24 de agosto.

2



EXCURSIONES DIDÁCTICAS EN DOMINGO

“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.

Público destinatario: familiar (se admiten perros)

Nº de participantes: 20 y 10 perros

Distancia Aproximada: 2.000 m.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Fechas de realización: domingo 12 de julio

“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.

Público destinatario: a partir de 5 años (no se admiten perros)

Nº de participantes: 20

Distancia Aproximada: 4.000 m.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Fechas de realización: domingo 19 de julio



“Arqueología del agua”

Recorrido por la cacería del Acueducto, uno de los paisajes arqueológicos más singulares de la Sierra.

Luis M. Yuste, arqueólogo.

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

Nº de participantes: 20

Distancia Aproximada: 8.700 m.

Duración aproximada: 5 horas

Grado de dificultad: medio

Fechas de realización: domingo 26 de julio

““La sierra tiene nombre de mujer”

Un paseo para recordar la figura de la mujer en la sierra a lo largo de la historia. Berta Alonso San Pedro, periodista y educadora ambiental.

Público destinatario: familiar (se admiten perros)

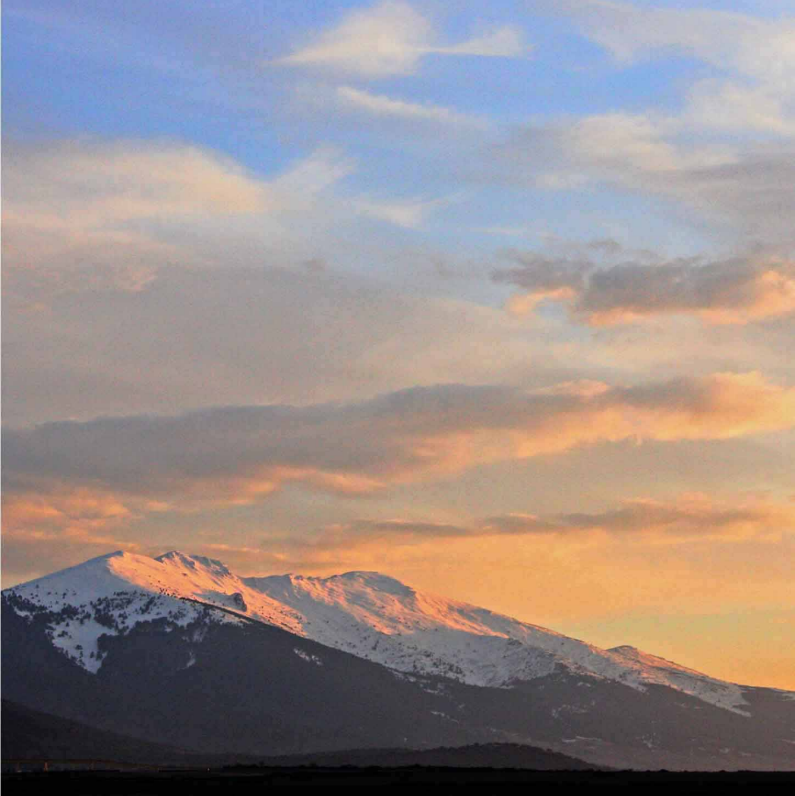
Nº de participantes: 20

Distancia Aproximada: 6.500 m.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Fechas de realización: domingo 2 de agosto



“Las raíces del paisaje”

paseo por la geología de Valsaín

Nuria Sacristán Arroyo, geóloga (UNED).

Público destinatario: familiar (se admiten perros)

Nº de participantes: 20

Distancia Aproximada: 5.800 m.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Fechas de realización: domingo 23 de agosto

“Palabras para la montaña”

Paseo por el monte guiado por textos literarios sobre la naturaleza y la montaña.

Juan Antonio del Barrio, profesor de Literatura.

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

Nº de participantes: 20

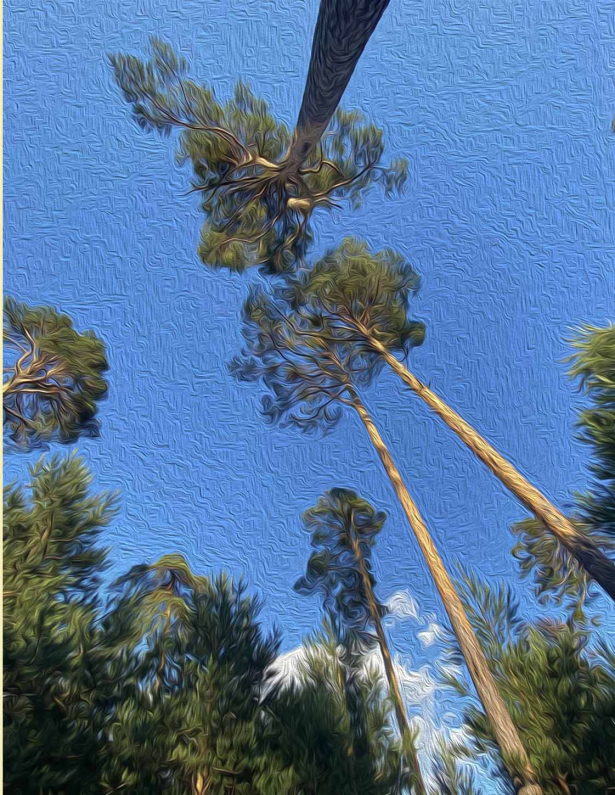
Distancia Aproximada: 6.500 m.

Duración aproximada: 4 horas

Grado de dificultad: bajo

Fechas de realización: domingo 30 de agosto

CALENDARIO DE ACTIVIDADES



Lunes 6

10:00. Un paseo por el bosque

Miércoles 8

10:00. La leyenda de la Cueva del Monje

Viernes 10

9:00. Soldados en las cumbres

Lunes 13

9:00. La Silla del Rey

Miércoles 15

10:00. Los paisajes del agua

Viernes 17

10:00 El cerro del Puerco

Lunes 20

10:00. Paisajes de Guerra

Miércoles 22

10:00. Un paseo por la cacera

Viernes 24

9:00. Praderas y navas

Lunes 27

9:00. El cerro Matabueyes

Miércoles 29

9:00. La Fuente del Infante

Viernes 31

10:00. El jardín y el bosque

Julio

Domingo 12

10:00. Paseando con perro por la naturaleza

Domingo 19

10:00. Los sonidos del bosque

Domingo 26

9:00. Arqueología del agua



Agosto

Lunes 3

10:00. La leyenda de la Cueva del Monje

Miércoles 5

10:00. Los paisajes del agua

Viernes 7

10:00. El cerro del Puerco

Lunes 10

9:00. Soldados en las cumbres

Miércoles 12

10:00. Un paseo por la cacera

Viernes 14

10:00 El jardín y el bosque

Lunes 17

10:00. Paisajes de Guerra

Miércoles 19

9:00. Praderas y Navas

Viernes 21

9:00. El cerro Matabueyes

Lunes 24

9:00. La Fuente del Infante

Miércoles 26

9:00. La Silla del Rey

Viernes 28

10:00. Un paseo por el bosque

Domingo 2

10:00. La sierra tiene nombre de mujer

Domingo 23

9:00. Las raíces del paisaje

Domingo 30

9:00. Palabras para la montaña





CENEAM

Centro Nacional de Educación Ambiental

Este formato digital nos permite ahorrar papel. Si fuera imprescindible su impresión, te rogamos que una vez finalizado el programa deposites el folleto en el contenedor azul para su posterior reciclado. Muchas gracias