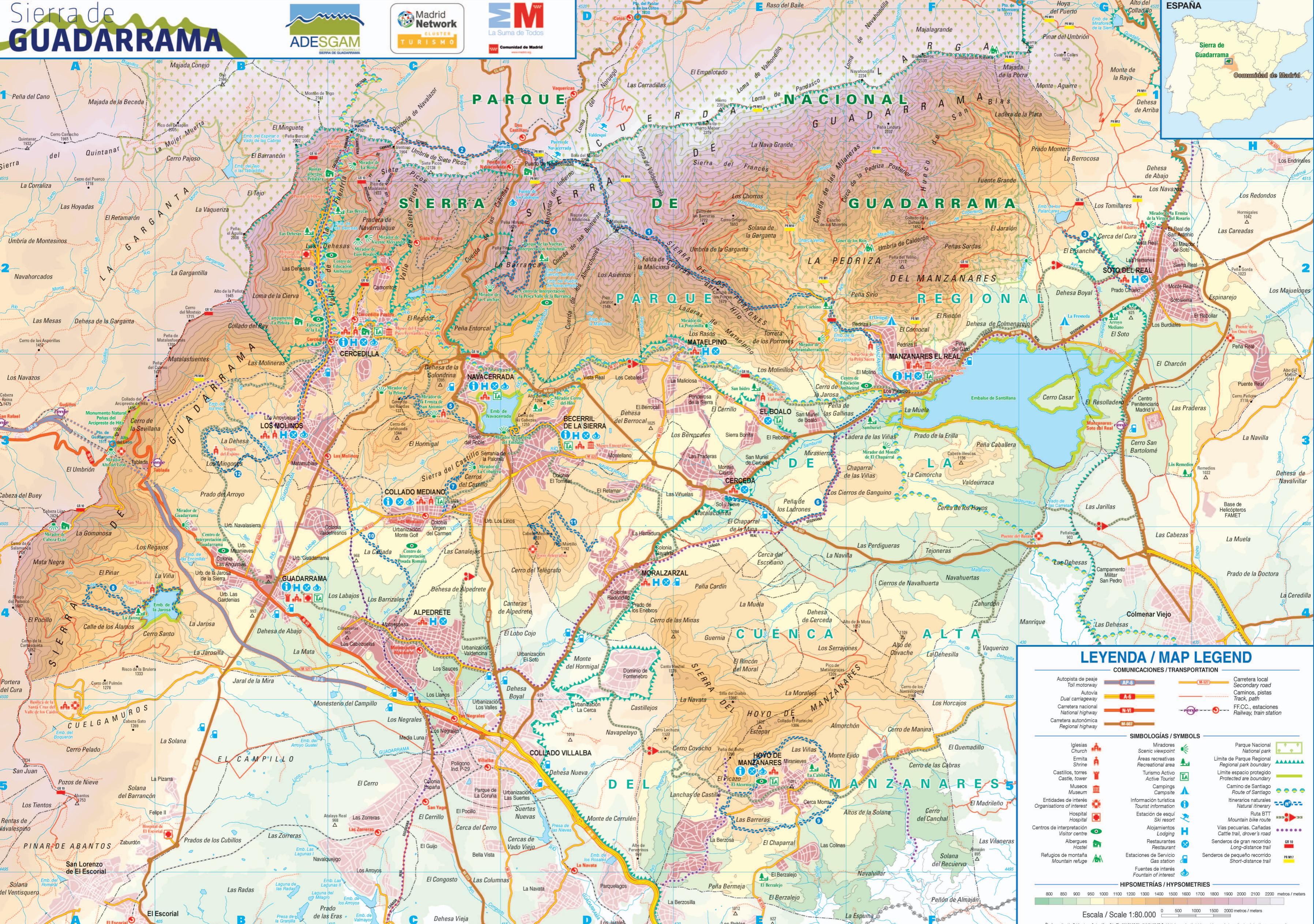
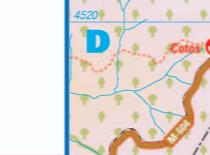


Sierra de **GUADARRAMA**

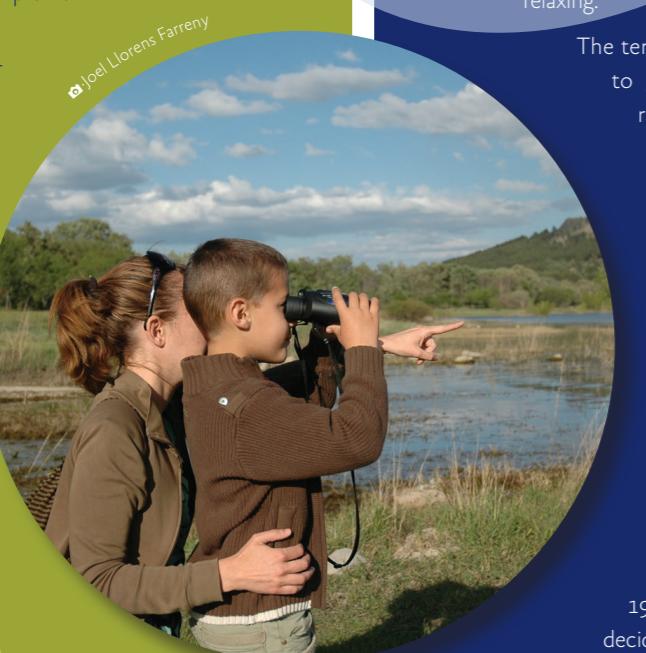


LA SIERRA DE GUADARRAMA & YOU SIN PRISAS... UNHURRIED

La Sierra de Guadarrama, situada a tan sólo 45 minutos de Madrid, es una comarca de gran valor natural y paisajístico que cuenta con una gran biodiversidad y riqueza ecológica, un marco incomparable para el disfrute de la naturaleza a través de la práctica de deportes, su observación o simplemente relajándose.

El territorio cuenta con diversas figuras de protección para garantizar la conservación de sus valores naturales. Gran parte de su territorio está incluido en el Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama, declarado en junio de 2013 y alberga especies, entre otras, como el buitre negro, la cabra montés, el águila imperial ibérica o la mariposa isabelina.

Una amplia extensión del territorio ya estaba integrada con anterioridad en el Parque Regional de la Cuenca Alta del Manzanares, convirtiéndose en el primer Parque Regional de España en el año 1985. En 1993, la UNESCO decidió incluirlo en la red mundial de Reservas de la Biosfera (MAB). Además, parte del mismo está catalogado como Lugar de Interés Comunitario (LIC).



Located only 45 minutes away from Madrid, Sierra de Guadarrama is a region of great natural beauty and landscape boasting exceptional biodiversity and ecological richness, an incomparable setting for enjoying nature, playing sports, observing the surroundings or just relaxing.

The territory relies on various protective figures to guarantee the conservation of its natural values. A large part of the territory is included in **Sierra de Guadarrama National Park** declared as such in June 2013; it hosts animal species like the black vulture, the Ibex, the Spanish Imperial Eagle and the Spanish Moon Moth amongst others. A large area of the territory had already been part of the **Cuenca Alta del Manzanares Regional Park** and in 1985 became the first Spanish Regional Park. In 1993 UNESCO decided to include it in the World Network of **Biosphere Reserves** (Man and Biosphere Programme). Likewise, part of this territory is classified as a Site of Community Importance (SCI).

PASEOS DE INTERÉS CULTURAL

La Sierra de Guadarrama cuenta con un rico y conocido patrimonio natural y paisajístico, sin embargo no todos conocen los pueblos de esta comarca y sus atractivos en los que aún quedan rincones por descubrir.

Fruto de la larga tradición histórica de la comarca y de las personas que la poblaron todavía se conservan construcciones que son consideradas auténticas joyas patrimoniales: puentes centenarios, calzada romana, castillo del siglo XV; iglesias y ermitas levantadas desde el siglo XVI; fuentes y casas de piedra... Esta oferta se complementa con tradiciones que aún perviven, oficios artesanos (canteros, ganaderos...), folclore y una exquisita cultura gastronómica que se abastece de multitud de productos de gran calidad como carnes con Indicación Geográfica Protegida Carne de la Sierra de Guadarrama.

A través de estos paseos no sólo visitarás lo más representativo de cada uno de ellos, sino que también podrás conocer su pasado y su presente.

www.sierraguadarrama.info/publicaciones

CULTURAL STROLLS

Even though Sierra de Guadarrama has a rich and well-known natural heritage and landscape not everyone is familiar with the villages of this region, with their charm and spots waiting to be discovered.

As a result of the long history of human settlement in the region, constructions considered true patrimony jewels are still being preserved: century bridges, Roman road, 15th century castle, churches and shrines built in the 16th century, fountains and stone houses... All these complement traditions that are still alive: crafts (stone-carvers, cattle breeders, etc), local customs and an exquisite cuisine that stocks up on a variety of high quality products like the Sierra de Guadarrama Protected Geographical Indication meat (Indicación Geográfica Protegida Carne de la Sierra de Guadarrama).

Thanks to these walks you will not only visit the most representative spots in each of these villages but also you will get to know their past and present.

DÓNDE COMER,
WHERE TO EAT AND SLEEP,
DÓNDE DORMIR,
WHAT TO DO, ACTIVE

QUÉ HACER, TURISMO
TOURISM AND A LOT MORE
ACTIVO Y MUCHO MÁS

Disfruta del encanto de sus alojamientos, de la excelente gastronomía y de todas las actividades de turismo activo que ofrece la Sierra de Guadarrama. Tanto si viajas en pareja, en familia, con amigos o solo, en nuestra web encontrarás el establecimiento que más se adecúe a tus necesidades y toda la información necesaria para sacarle todo el partido a tu visita.

Enjoy the charm of its lodgings, the excellent cuisine and all the activities Sierra de Guadarrama has to offer. No matter if you are travelling as a couple or with your family, friends and even alone, on our webpage you will find information about the place that best adapts to your needs, as well as all the details you require to make the most of your visit.



www.sierraguadarrama.info

ITINERARIOS NATURALES | NATURE TRAILS

4 Del Puerto de Navacerrada al Castillo de Manzanares El Real por el Camino del Hielo

Origen: Puerto de Navacerrada (D1) Distancia aprox.: 19,5 Km. (solo ida). Desnivel máximo: 1.360 m. Dificultad: Alta (Ruta de alta montaña). Duración aprox.: 5h

From Navacerrada Mountain Pass to Manzanares El Real Castle via Camino del Hielo

Starting point: Navacerrada Mountain Pass (D1). Length (approx.): 19,5 Km. (one way). Total ascend: 1.360 m. Level of difficulty: High (high altitude trail). Duration: 5h (approx.)

2 Del Puerto de Navacerrada a Cercedilla por la umbria de Siete Picos

Origen: Puerto de Navacerrada (D1). Distancia aprox.: 16 Km. (solo ida). Desnivel máximo: 680 m. Dificultad: Media. Duración aprox.: 3h

From Navacerrada Mountain Pass to Cercedilla via La Umbria de Siete Picos

Starting point: Navacerrada Mountain Pass (D1). Length (approx.): 16 Km (one way). Total ascend: 680 m. Level of difficulty: Moderate. Duration: 3h (approx.)

3 Paseo entre fresnos, robles y cercas de piedra por Soto del Real

Origen: Soto del Real (G2) Distancia aprox.: 10 Km. Desnivel máximo: 179 m. Dificultad: Media. Duración aprox.: 2h 30'

From Soto del Real through forests of ash and oak and passing stone fencing

Starting point: Soto del Real (G2). Length (approx.): 10 Km. Total ascend: 179 m. Level of difficulty: Moderate. Duration: 2h 30' (approx.)

4 Excursión por los pinares y gayubares del Valle de La Barranca en Navacerrada

Origen: Apartamento del Valle de la Barranca (D2). Distancia aprox.: 8,7 Km. Desnivel máximo: 365 m. Dificultad: Media. Duración aprox.: 2h 30'

Route Through The Pine Forests And Berry Bushes, In La Barranca Valley, Navacerrada

Starting point: Valle de la Barranca Parking Area (D2). Length (approx.): 8,7 Km. Total ascend: 365 m. Level of difficulty: Moderate. Duration: 2h 30' (approx.)

5 Al Mirador del Cerro de las Ruedas desde Becerril de la Sierra

Origen: Becerril de la Sierra (D3)

Distancia aprox.: 6 Km. (solo ida). Desnivel máximo: 99 m. Dificultad: Media. Duración aprox.: 1h 15'

From Becerril de la Sierra to the vantage point Cerro de las Ruedas

Starting point: Becerril de la Sierra (D3)

Length (approx.): 6 Km. (one way). Total

ascend: 298 m. Level of difficulty: Moderate. Duration: 1h 15' (approx.)

6 De Cerceda al Embalse de Santillana por la Cañada Real Segoviana

Origen: Cerceda (E3)

Distancia aprox.: 8,2 Km. (solo ida). Desnivel máximo: 92 m. Dificultad: Baja. Duración aprox.: 1h 30'

From Cerceda to Santillana reservoir via La Cañada Real Segoviana

Starting point: Cerceda (E3)

Length (approx.): 8,2 Km (one way). Total ascend: 92 m. Level of difficulty: Easy. Duration: 1h 30' (approx.)

7 El Mirador de la Cobaña desde Collado Mediano

Origen: Plaza del Ayuntamiento de Collado

Mediano (C3)

Distancia aprox.: 4,5 Km. (ida y vuelta). Desnivel máximo: 350 m. Dificultad: Media/Alta. Duración aprox.: 2h

From Collado Mediano to La Cobaña

Starting point: Collado Mediano City Hall Square (C3)

Length (approx.): 4,5 Km (round trip). Total ascend: 228 m. Level of difficulty: Easy. Duration: 2h 30' (approx.)

8 Descubriendo los pinares y majadas de La Jarosa en Guadarrama

Origen: Presa del embalse de La Jarosa (B4)

Distancia aprox.: 8 Km. Desnivel máximo: 100 m. Dificultad: Baja. Duración aprox.: 2h

Discovering the pine woods and the sheepfolds of La Jarosa, in Guadarrama

Starting point: La Jarosa Reservoir (B4)

Length (approx.): 8 Km. Total ascend: 100 m. Level of difficulty: Easy. Duration: 2h 30' (approx.)

9 Ruta circular por el monte mediterráneo de Hoyo de Manzanares

Origen: Hoyo de Manzanares (E5)

Distancia aprox.: 13,8 Km. Desnivel máximo: 99 m. Dificultad: Baja. Duración aprox.: 4h 30'

Circular route through the mediterranean forest of Hoyo de Manzanares

Starting point: Hoyo de Manzanares (E5)

Length (approx.): 13,8 Km. Total ascend: 99 m. Level of difficulty: Easy. Duration: 4h 30' (approx.)

10 De Alpedrete a Los Molinos por los caminos de los pastores

Origen: Alpedrete (C4)

Distancia aprox.: 6,5 Km.

(solo ida). Desnivel máximo: 200 m. Dificultad:

Baja. Duración aprox.: 1h 30'

From Alpedrete to Los Molinos via the shephard's trail (caminos de los pastores)

Starting point: Alpedrete (C4)

Length (approx.): 6,5 Km. (one way). Total ascend:

200 m. Level of difficulty: Easy. Duration: 1h 30' (approx.)

11 Subida a la Cabeza Mediana desde Moralzarzal

Origen: Moralzarzal (D4)

Distancia aprox.: 15,5 Km. (ida y vuelta). Desnivel máximo: 350 m.

Dificultad: Media/Alta. Duración aprox.: 5 h

Ascent From Moralzarzal To La Cabeza Mediana

Starting point: Moralzarzal (D4)

Length (approx.): 15,5 Km (return trip). Total ascend:

350 m. Level of difficulty: Moderate to difficult. Duration: 5 h (approx.)

12 Disfrutando de la dehesa de Los Molinos

Origen: Los Molinos (B3)

Distancia aprox.: 7 Km.

Desnivel máximo: 100 m. Dificultad: Baja. Duración aprox.: 2h

Having a good time hiking in Los Molinos meadow

Starting point: Los Molinos (B3)

Length (approx.): 7 Km. Total ascend: 100 m. Level of difficulty: Easy. Duration: 2h (approx.)



Los datos de duración y dificultad de las rutas son estimativos, dependiendo en cualquier caso de la forma física y de las condiciones meteorológicas al realizar la ruta. Más información sobre estas y otras rutas y decálogo de buen uso del monte en las distintas webs municipales y en:



www.sierraguadarrama.info/naturaleza

TELÉFONOS Y DIRECCIONES DE INTERÉS USEFUL ADDRESSES AND PHONE NUMBERS

ASOCIACIÓN DE DESARROLLO SIERRA DE GUADARRAMA (ADESGAM)

C/ Cuartel, 1. 28491 - Navacerrada (Madrid)

91 842 85 04

adesgam@adesgam.org

www.sierraguadarrama.info

www.adesgam.org

www.lineaverdesierraguadarrama.com

ALPEDRETE

www.alpedrete.es

BECERRIL DE LA SIERRA

www.becerrildelesierra.es

91 853 80 06

EL BOAL-CEREDA-MATAEL PINO

www.eboalo-cereda-mataelpino.org

CERCEDILLA

www.cercedilla.es

91 852 57 40

www.turismocercedilla.es

COLLADO MEDIANO

www.yatocolladomediano.es

91 859 81 05

GUADARRAMA

www.guadarrama.es

</