

Senderos de Ávila



Senderos de Ávila 2008

Sistema Central



SEÑALIZACIÓN DE LOS SENDEROS



ADVERTENCIA: Tanto los croquis de las rutas, como los textos que los describen a continuación son meramente indicativos, la mejor forma de completar los senderos sin problemas es seguir la señalización del propio sendero.

Precaución en zonas de carretera

- Camina siempre por el arcén de la izquierda de modo que veas a los vehículos venir de cara.
- Si vas en grupo, camina siempre en "fila india", y siempre por el arcén.
- Evita caminar durante las horas de menos luz. Si tienes que hacerlo, lleva alguna prenda reflectante.
- Extrema tu precaución al cruzar. Hazlo siempre por los lugares de máxima visibilidad.

TELÉFONO DE EMERGENCIAS: 112

GUARDIA CIVIL: 062

Recomendaciones para tus estancias en la Naturaleza

- 1 No abandones ni entierres la basura. Llévala a un lugar donde haya servicio de recogida, tampoco cuesta nada recoger algo de lo que había, y así entre todos contribuiremos a mejorar nuestro entorno.
- 2 Ten cuidado con el fuego. No enciendas nunca hogueras, ni en los lugares habilitados para ello. Llévate la comida preparada.
- 3 Respeta y cuida las fuentes, ríos y otros cursos de agua. No viertas en ellos jabones, productos contaminantes ni residuos.
- 4 No acampes por libre. Respeta los lugares destinados a ello. Respeta las praderas sobre las que acampes.
- 5 La flora y fauna son los auténticos moradores de la Naturaleza, por ello no arranques flores, ramas, ni molestes a los animales, así disfrutaremos todos observándolos. Además, recuerda que muchos de ellos están protegidos por ley.
- 6 Utiliza el vehículo de motor lo menos posible. Úsalo para desplazarte por carretera y sólo lo imprescindible por pistas, aunque si es así, circula despacio y sin salirte de ellas. El ruido también es una forma de contaminación.
- 7 Cierra las verjas, rejas, barreras, puertas de cabaña, etc. que te encuentres por el campo. Sirven para impedir que entre o salga el ganado o los animales salvajes.
- 8 Cruza siempre las tierras de labor por los senderos. No pises nunca el sembrado.
- 9 Los perros deben ir atados para que ni molesten ni espanten al ganado u otros animales.
- 10 Respeta los caminos, los atajos sólo sirven para deteriorar el suelo y crear barranqueras.



PR-AV 21* **Pozo de la Nieve**

Tipo de recorrido: Ida y vuelta
 Longitud: 3,7 km
 Tiempo: 1 h 15 min
 Dificultad: Media-baja

Puntos del recorrido: Puerto de Casillas - Pozo de la Nieve

PR-AV 22* **Cerro de la Escusa**

Tipo de recorrido: Ida y vuelta
 Longitud: 6 km
 Tiempo: 3 h
 Dificultad: Alta

Puntos del recorrido: Puerto de Casillas - Cerro de la Escusa

PR-AV 23* **Toros de Guisando**

Tipo de recorrido: Ida y vuelta
 Longitud: 3 km
 Tiempo: 1 h
 Dificultad: Baja

Puntos del recorrido: Cañada Real Leonesa Oriental (GR 10) - Venta de Tablada - Toros de Guisando

PR-AV 31* **Camino Valdedate**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 17 km
 Tiempo: 4 h 15 min
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: El Barraco - Arroyo Horcajuelo - La Gaznata - Ermita San Marcos - El Barraco

PR-AV 32* **Camino La Cebreira**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 9,7 km
 Tiempo: 2 h 30 min
 Dificultad: Media-baja

Puntos del recorrido: El Barraco - Cerro Capón - Cerro de la Cebreira - Majada Honda - El Barraco

PR-AV 33* **Camino Monte El Encinar**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 8 km
 Tiempo: 2 h 15 min
 Dificultad: Baja

Puntos del recorrido: El Barraco - Navarregosa - Arroyo del Tejar - Horno de la Calera - El Barraco

PR-AV 34* **Camping El Burguillo**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 14 km
 Tiempo: 3 h 30 min
 Dificultad: Baja

Puntos del recorrido: El Barraco - Cerro del Torral - Camping - Arrejondo - El Barraco

PR-AV 52* **San Gregorio**

Tipo de recorrido: Ida y vuelta
 Longitud: 4,3 km
 Tiempo: 2 h
 Dificultad: Media-baja

Puntos del recorrido: Camino de San Gregorio (Embalse de Hinchona) - Área recreativa El Regajo

PR-AV 53* **Cerro de las Víboras**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 3,4 km
 Tiempo: 1 h 15 min
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Área recreativa Siempre Verde

PR-AV 54* **El Castañar**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 4 km
 Tiempo: 2 h
 Dificultad: Baja

Puntos del recorrido: Área recreativa El Regajo

PR-AV 1 **Camino de Rasueros**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 20 km
 Tiempo: 5 h
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Cebreros - Puente de San Marcos - Río Becedas - Observatorio - Cebreros

PR-AV 2 **Camino del Higuérón**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 16 km
 Tiempo: 4 h
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Cebreros - Dehesa Albacoa - Cañada Real Leonesa - Pozo de la Nieve - Cebreros

PR-AV 3 **Camino Real Norte**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 20 km
 Tiempo: 4 h
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Cebreros - Cañada Real Leonesa - Arroyo Pajares - Cebreros

PR-AV 4 **Camino Real Sur**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 22 km
 Tiempo: 5 h 30 min
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Cebreros - Ermita y Puente de Valsordo - Pozo de la Nieve - Cebreros

PR-AV 5 **Camino La Pilita-El Reventón**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 22 km
 Tiempo: 5 h 30 min
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Cebreros - El Pinar Ermita de Valsordo - El Reventón - Presa - Cebreros

PR-AV 6 **Camino Valle-Los Brajales**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 22 km
 Tiempo: 5 h 30 min
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Cebreros - Arroyo Pajares - Buitrera - Dehesa Villalba - Cebreros

PR-AV 7 **Camino Pimiento-La Umbría**

Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 16 km
 Tiempo: 4 h
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Cebreros - Camino de la Cruz - Alto de Valverde - Arroyo del Cerezo - Cebreros

PR-AV 8 **Camino La Hinojosa**

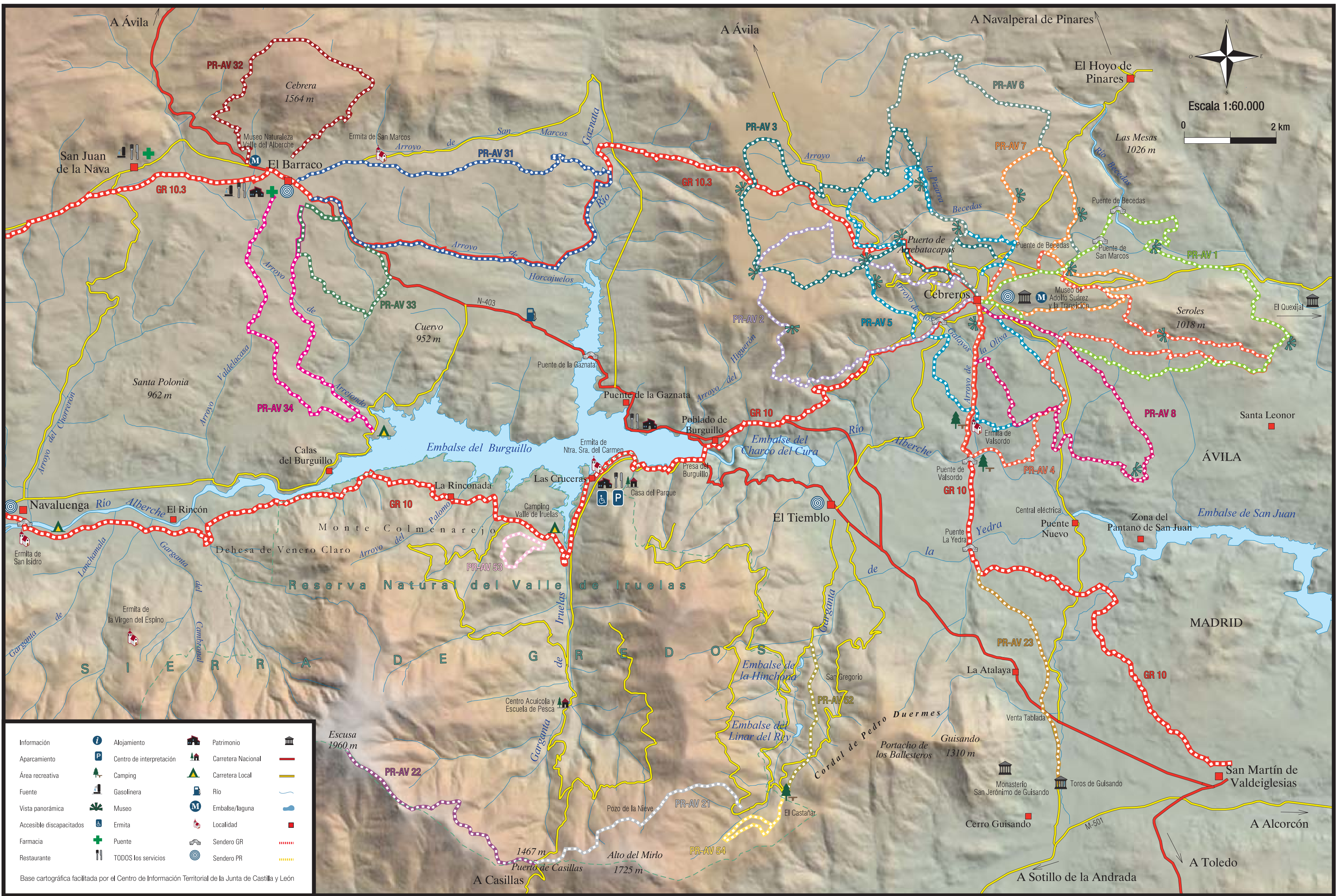
Tipo de recorrido: Circular
 Longitud: 14 km
 Tiempo: 4 h 30 min
 Dificultad: Media

Puntos del recorrido: Camino de la Hinojosa - Puente del Rey - La Estaquilla - Cebreros



COLABORA: Grupo Abulense de Montaña Almanzor
 INFORMACIÓN: www.asider.org www.fundacionasocio.com
 Realiza: **PRAMES**

* Senderos en trámite de homologación



Información	Alojamiento	Patrimonio	Iglesia
Aparcamiento	Centro de interpretación	Carretera Nacional	Sendero PR
Área recreativa	Camping	Carretera Local	Sendero AV
Fuente	Gasolinera	Río	Embalse/laguna
Vista panorámica	Museo	Embalse/laguna	Río
Accesible discapacitados	Ermita	Localidad	Carretera Nacional
Farmacia	Puente	Sendero GR	Carretera Local
Restaurante	TODOS los servicios	Sendero GR	Carretera Local

Base cartográfica facilitada por el Centro de Información Territorial de la Junta de Castilla y León