

RUTAS GUIADAS Y EXCURSIONES DIDÁCTICAS

PRIMAVERA 2026



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.



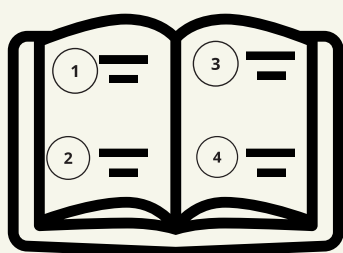
Montes de
valsaín y
cabeza de
Hierro
Espacios Naturales
y Centros Adscritos al Organismo
Autónomo Parques Nacionales



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

*** El plazo de inscripción para cada actividad se abre el lunes anterior a la fecha de realización de cada una de ellas.**

****El plazo para cancelar la asistencia a una actividad será el viernes previo a las 13:00, vía telefónica (921120013) o correo electrónico (bocadelasno@oapn.es)**

La no asistencia sin aviso dentro del plazo establecido o **sin justificación**, impedirá la participación de estas personas durante un trimestre a partir de la falta. La no asistencia reiterada será motivo de exclusión durante un año.

Condiciones generales

- Todos **los menores de edad** deberán ir siempre acompañados por un adulto, madre, padre o tutor/a.
- Durante la ruta se debe seguir atentamente las instrucciones del guía y no abandonar el trazado que se indique.
- El guía se reserva el **derecho de suspender** la ruta o incluso **modificar** el trazado de la misma, siempre por causa justificada.
- **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.

Por su seguridad

- 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.

RESPONSABILIDAD CIVIL: Cada participante asume la responsabilidad derivada de su participación en la ruta guiada, librando de cualquier responsabilidad civil al guía-intérprete y al Parque Nacional. En el caso de menores o personas dependientes, serán responsables sus padres, madres o tutores/as.

MASCOTAS: está permitida la presencia de perros **en todas** las RUTAS GUIADAS, y en aquellas EXCURSIONES DIDÁCTICAS **en las que** se indique con el símbolo: 

Siendo necesario, además, informar de su presencia por correo electrónico a bocadelasno@oapn.es, y atendiendo a las siguientes normas:

- 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 21

10:00 Cabeza Grande

Domingo 22

10:00 Los paisajes del agua

Sábado 28

10:00 Senda de Gabarreros

Domingo 29

10:00 Paseando con perro por la naturaleza

Abril

Sábado 4

10:00 Revenga-Cruz de la Gallega

Domingo 5

10:00 El cerro del Puerco

Sábado 11

10:00 La Cueva del Monje

Domingo 12

10:00 Las raíces del paisaje

Sábado 18

10:00 Chorro Grande y Chorro Chico

Domingo 19

9:00 Arqueología del agua

Sábado 25

10:00 Cañadas y cordeles

Domingo 26

10:00 Descubriendo el soto de Revenga

Mayo

Sábado 2

10:00 El Chorro de Navafría y Los Castillejos

Domingo 3

10:00 Los sonidos del bosque

Sábado 9

10:00 El Alto del Telégrafo

Domingo 10

10:00 Qué es una Reserva de la Biosfera

Sábado 16

9:30 El Puerto de Malangosto

Domingo 17

10:00 Aves de Valsaín

Sábado 23

9:30 El Puerto de la Fuenfría

Domingo 24

9:00 Valsaín, un paraje de cine

Sábado 30

9:30 Siete Picos

Domingo 31

9:00 El Paisaje de la lana

Junio

Sábado 6

9:30 Peña Citores

Domingo 7

10:00 La Princesa de la Gran Torre

Sábado 13

9:30 El Pico del Nevero

Domingo 14

10:00 Versos en las trincheras

Sábado 20

9:30 La Silla del Rey

Domingo 21

10:00 Romances serranos

Sábado 27

10:00 Mirando a las cumbres

Domingo 28

10:00 Excursión al mundo de los insectos



RUTAS GUIADAS

PROGRAMA SÁBADOS

Marzo

Sábado 21: “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 1428 m de altitud y ofrece unas bellas panorámicas.

Inicio: 10:00. Revenga, aparcamiento junto a parada de autobús.

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.

Desnivel: 262 m.

Duración aproximada: 3,5 h.

Grado de dificultad: medio.

Sábado 28: “SENDA DE GABARREROS”. 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: 10:00. Área recreativa de Los Asientos (Ctra. CL-601, km 12).

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

Distancia aproximada: 8 km.

Desnivel: 116 m.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: medio.



Abril

Sábado 4: “REVENGA - CRUZ DE LA GALLEGA”. Paseo en el que podremos disfrutar de un agradable recorrido por un tramo de la Cañada Real Soriana Occidental, visitando las ruinas del Esquileo de Santillana para finalmente ascender hasta la Cruz de la Gallega y contemplar unas inmejorables vistas de la ciudad de Segovia.

Inicio: 10:00. Revenga, aparcamiento junto a parada de autobús.

Itinerario: Revenga - Vereda de Carrera Blanca - Cañada Real Soriana Occidental - Ruinas del Esquileo de Santillana - Cruz de la Gallega-Navalrey-Revenga.

Distancia aproximada: 13 km.

Desnivel: 205 m.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: medio-alto.

Sábado 11: “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 de Valsaín y Cabeza de Hierro.

Itinerario: Centro de Montes - Vado de los Tres Maderos - Cueva del Monje - Fuente del Ratón - Centro de Montes.

Distancia aproximada: 7,5 km.

Desnivel: 180 m.

Duración aproximada: 3,5 h.

Grado de dificultad: medio-bajo.

Abril

Sábado 18: “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. San Ildefonso, aparcamiento frente a la Casa de las Flores.

Itinerario: Casa de las Flores –Caserío de Urgel – Camino de Chorro Grande – Chorro Grande – Chorro Chico (Ida y vuelta por el mismo recorrido).

Distancia aproximada: 6,8 km.

Desnivel: 245 m.

Duración aproximada: 3 -3,5 h.

Grado de dificultad: medio.

Sábado 25: “CAÑADAS Y CORDELES”. Transitaremos por la Cañada de la vera de la Sierra, el cordel de Santillana y descubriremos las ruinas del Esquileo de Iturbieta, recordando la importancia que tuvo la trashumancia en el piedemonte serrano.

Inicio: 10:00. en Revenga, aparcamiento junto a parada de autobús.

Itinerario: Revenga – Camino de Carrera Blanca – Cañada Real Soriana Occidental – Esquileo de Iturbieta - Cordel de Santillana- Camino Real- Revenga.

Distancia aproximada: 10 km.

Desnivel: 100 m.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: medio-bajo.



Mayo

Sábado 2: “EL CHORRO DE NAVAFRÍA Y LOS CASTILLEJOS”.

Este nuevo recorrido nos adentra en el pinar de Navafría para descubrir los saltos de agua que esconde este paraje y las formaciones geológicas de los Castillejos.

Inicio: 10:00. Navafría, en el área recreativa del Chorro (cartel una vez pasado el restaurante).

Itinerario: Área recreativa – salto de El Chorro– arroyo de El Chorro– arroyo Sequillo- mirador de las Cebadillas - ladera de los Berrunos- área recreativa.

Distancia aproximada: 5,5 km.

Desnivel: 232 m.

Duración aproximada: 3,5-4 h.

Grado de dificultad: medio.

Sábado 9: “EL ALTO DEL TELÉGRAFO”. Ascenso a este paraje cargado de historia dentro de la sierra de Guadarrama. Donde apreciaremos la riqueza del ecosistema de alta montaña, y disfrutaremos de las increíbles vistas que nos ofrece.

Inicio: 10:00. Cartel informativo de Los Cogorros. Zona no habilitada para el estacionamiento, que deberá realizarse en los aparcamientos del puerto de Navacerrada (a 700 metros a pie)

Itinerario: Los Cogorros – arroyo del Telégrafo- pradera de Siete Picos- Alto del Telégrafo – Escaparate - Los Cogorros (ruta circular).

Distancia aproximada: 5 km.

Desnivel: 140 m.

Duración aproximada: 2,5-3 h.

Grado de dificultad: medio.

Mayo

Sábado 16: “EL 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 (km 177 de la N-110).

Distancia aproximada: 19,3 km.

Desnivel: 723 m.

Duración aproximada: 6-6,5 h.

Grado de dificultad: alto.

Sábado 23: “EL PUERTO DE LA FUENFRÍA”. Ascenderemos hasta el puerto de la Fuenfría, recreando los pasos de muchos otros viandantes que cruzaban la sierra de Guadarrama justo por este punto. Así podremos contemplar varios vestigios entorno a esta calzada histórica, utilizada desde tiempos antiguos.

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

Itinerario: Puente de la Cantina – Puente del Minguete – Senda GR-88 – Puerto de la Fuenfría – Calzada Romana – Casa Eraso- Fuente de la Reina- Puente de la Cantina.

Distancia aproximada: 15 km.

Desnivel: 555 m.

Duración aproximada: 5,5 h.

Grado de dificultad: alto.

Sábado 30: “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 estacionamiento, que deberá realizarse en los aparcamientos del puerto de Navacerrada (a 700 metros a pie).

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

Distancia aproximada: 8,5 km.

Desnivel: 360 m.

Duración aproximada: 4,5 h.

Grado de dificultad: alto.



Junio

Sábado 6: “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. Puerto de Cotos, junto al cartel informativo del Parque Nacional.

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.

Sábado 13: “EL PICO DEL NEVERO”. Descubriremos el Nevero, un enclave muy especial de la sierra e increíble mirador 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 – Las Lagunillas – mirador peña del Cuervo – pico del Nevero – Alto del Puerto - Mirador de Navalcollado – Puerto de Navafría.

Distancia aproximada: 13,5 km.

Desnivel: 470 m.

Duración aproximada: 4,5 h.

Grado de dificultad: alto.

Sábado 20: “LA SILLA DEL REY”. Exploraremos el Moño de la Tía Andrea, un cerro cubierto de erguidos pinos que se levanta junto a La Granja. En su cumbre se encuentra la silla de granito que mandó colocar el rey Francisco de Asís en el año 1848 para disfrutar de las inigualables vistas.

Inicio: 9:30. San Ildefonso, Puerta de Cosíos

Itinerario: Puerta de Cosíos – Camino Nogal de las Calabazas– Vado de los 3 Maderos- Silla del Rey- Vado de Oquendo- El Esquinazo – Fuente de la Plata - Puerta de Cosíos.

Distancia aproximada: 11 km.

Desnivel: 464 m.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: alto.

Sábado 27: “MIRANDO A LAS CUMBRES”. Un agradable paseo donde contemplaremos maravillosas vistas del valle de Valsaín y de algunas de las cumbres más emblemáticas de la sierra de Guadarrama.

Inicio: 10:00. Cartel informativo de Los Cogorros. Zona no habilitada para el estacionamiento, que deberá realizarse en los aparcamientos del puerto de Navacerrada (a 700 metros a pie).

Itinerario: Los Cogorros – mirador de Gallarza – mirador de Maravillas – puerto de Navacerrada- ROI 07 “Mirando al valle de Valsaín”- puerto de Navacerrada (ruta lineal).

Distancia aproximada: 6,9 km.

Desnivel: 110 m.

Duración aproximada: 3 h.

Grado de dificultad: bajo.



EXCURSIONES DIDÁCTICAS

PROGRAMA DOMINGOS

Marzo

Domingo 22: “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. Puerta del CENEAM.

Público destinatario: familiar (se admiten perros).

Distancia aproximada: 7,5 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: bajo.



Domingo 29: “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. Puerta del CENEAM.

Público destinatario: familiar (se admiten perros).

Distancia aproximada: 2 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: bajo.



Abril

Domingo 6: “EL CERRO DEL PUERCO”. Paisaje e Historia en un paseo para conocer las construcciones defensivas de la Guerra Civil. Carlos de Miguel, Sección de Educación Ambiental y Cooperación del CENEAM.

Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM.

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

Distancia aproximada: 5 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: medio.



Domingo 12: “LAS RAÍCES DEL PAISAJE”. Un paseo por la geología de Valsaín. Nuria Sacristán Arroyo, geóloga y profesora.

Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM.

Público destinatario: familiar (se admiten perros).

Distancia aproximada: 5,8 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: bajo.



Abril

Domingo 19: “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. 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.



Domingo 26: “DESCUBRIENDO EL SOTO DE REVENGA”.

Recorrido interpretativo, entre fresnos y cigüeñas, por uno de los paisajes más representativo del piedemonte serrano. Susan Black, guía-intérprete.

Inicio: 10:00. Revenga (aparcamiento junto a parada de autobús).

Público destinatario: familiar (se admiten perros).

Distancia aproximada: 5 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: bajo.



Mayo

Domingo 3: “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 profesional.

Inicio: 10:00. Puerta del CENEAM.

Público destinatario: a partir de 5 años.

Distancia aproximada: 3 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: bajo.

Domingo 10: “QUÉ ES UNA RESERVA DE LA BIOSFERA”.

Recorrido para comprender los valores naturales, culturales y los usos tradicionales que llevaron a este territorio a ser reconocido como Reserva de la Biosfera por la UNESCO.

Óscar Agraz, Técnico de Medio Ambiente Ayto. del Real Sitio de San Ildefonso.

Inicio: 10:00 Puerta del Centro de Visitantes Boca del Asno.

Público destinatario: familiar (se admiten perros).

Distancia aproximada: 5 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: bajo.



Mayo

Domingo 17: “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. Puerta del CENEAM.

Público destinatario: a partir de 10 años

Distancia aproximada: 5,8 km.

Duración aproximada: 4 h.

Grado de dificultad: bajo.

Domingo 24: “VALSAÍN, UN PARAJE DE CINE: RODAJES Y ANÉCDOTAS”. Recorrido por algunos parajes de los montes de Valsaín que sirvieron de escenario cinematográfico. Clemente de Pablos Miguel, Historiador del Cine.

Inicio: 9:00. Puerta del CENEAM.

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

Distancia aproximada: 10 km.

Duración aproximada: 5 h.

Grado de dificultad: medio.



Domingo 31: “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. 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

Domingo 7: “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: 10:00. Puerta del CENEAM.

Público destinatario: familiar (especialmente dirigido a público infantil).

Distancia aproximada: 3,5 km.

Duración aproximada: 3 h.

Grado de dificultad: bajo.

Domingo 14: “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. Puerta del CENEAM.

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

Distancia aproximada: 2 km.

Duración aproximada: 3,5 h.

Grado de dificultad: medio.



Domingo 21: “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: 10:00. Puerta del Centro Montes de Valsaín y Cabeza de Hierro.

Público destinatario: familiar (se admiten perros).

Distancia aproximada: 3,5 km.

Duración aproximada: 3 h.

Grado de dificultad: bajo.



Domingo 28: “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.



Montes de
valsaín y
cabeza de
Hierro
Espacios Naturales
y centros Adscritos al Organismo
Autónomo Parques Nacionales



centro Nacional
de Educación
Ambiental
CENEAM