



Mapa del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama



Recorridos

En el Parque Nacional existe una amplia red de vías pecuarias, sendas y caminos, tanto de gran como de pequeño recorrido, por los que usted puede adentrarse y conocer este espacio natural. Antes de iniciar una ruta es importante contactar con el Centro de Visitantes más cercano al recorrido para asegurarse del trazado, su estado o las posibles limitaciones a su uso por motivos climatológicos a de conservación. En este folleto se le sugieren algunos itinerarios con inicio o final en diferentes áreas del Parque Nacional y variedad en el grado de dificultad y en la duración.

- Inicio o final en el Puerto de Navacerrada
Puerto de Navacerrada - Senda Schimid - Collado Ventoso - Senda de los Alevines - Senda Herreros - Puerto de Navacerrada.
Puerto de Navacerrada - Senda Schimid - Casa Eraso - Pradera de la Venta - San Leonardos - Cruz de la Gallega - Valsain - Pesquerias Reales - La Granja.
Puerto de Navacerrada - Senda Schimid - Puerto de la Fuenfria - Las Dehesas - Cercedilla.
Puerto de Navacerrada - Guarramillas - Valdemartin - Cabezas de Hierro - Loma de Pandasco - Bailanderos - La Najarra - Puerto de la Morcuera.

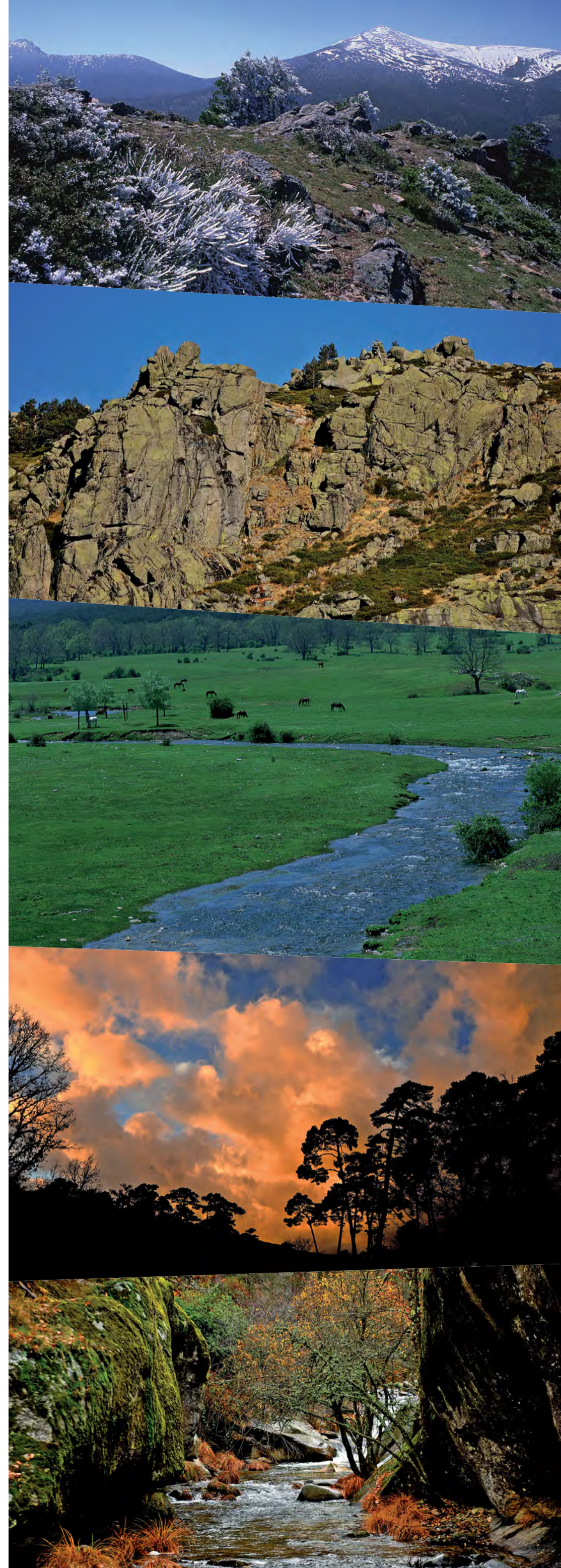
- Inicio o final en el Puerto de Los Cotos
Puerto de los Cotos - Dos Hermanas - Pico Peñalara - Dos Hermanas - Puerto de los Cotos.
Inicio o final en La Granja o Rascafría
La Granja - Caserío de Urgel - Pollo Judío - Puerto del Reventon - Cerro del Diablo - Puente del Perdón - Rascafría.
Inicio o final en Manzanares el Real (La Pedriza)
El Tranco - Canto Cochino - Refugio Giner de los Ríos - El Tolmo - Collado de la Dehesilla - El Yelmo - Canto Cochino - El Tranco.
El Tranco - Canto Cochino - Charca Verde - Puente del Francés - Puente de los Manchegos - Guarramillas (PR18) - La Maliciosa - La Maliciosa baja - Peña Blanca - Canto Cochino (PR16) - El Tranco.

- Información General
Accesos:
Existen siete puntos neurálgicos de entrada al Parque Nacional:
Puerto de Navacerrada, accesos tanto por la vertiente segoviana, carretera CL-601, como por la zona madrileña, carretera M-601.
Puerto de Los Cotos: accesos por la carretera SG-615 desde el Puerto de Navacerrada y por la carretera M-604 desde Rascafría.
Puerto de Navafria: accesos por la carretera M-637 desde Lozoya y por la carretera SG-612 desde Navafria.
Puerto de la Morcuera: carretera M-611, entre Miraflores de la Sierra y Rascafría.
Manzanares El Real: calle Camino de la Pedriza.
Cercedilla: carretera de las Dehesas.
Estación de El Espinar: carretera Garganta (acceso restringido en época estival).

- Consejos y seguridad:
Cumpla las indicaciones de los agentes medioambientales y del personal de vigilancia.
Gran parte del Parque Nacional se extiende por áreas de alta montaña, por lo tanto debe extremar las precauciones durante el periodo invernal.
Prepare con detalle las excursiones, adapte su equipamiento a las condiciones ambientales y valore las repercusiones de las previsiones meteorológicas, especialmente la probabilidad de cambios bruscos del tiempo.
Hay rutas en las que es imprescindible el uso de botas de montaña y en invierno crampones y piolet.
En verano protéjase del exceso de insolación y actúe contra sus negativas consecuencias.
No sobrevale sus propias fuerzas. Procure ir acompañado y lleve consigo un teléfono móvil; para rescates o emergencias marque el 112.

Además sepa que no está permitido:

- La acampada libre
Cazar
Arrojar basuras
Molestar a los animales arrancar plantas
Bañarse en los lugares no permitidos
Pescar
Hacer fuego
Hacer ruidos estridentes
Salir de las sendas y caminos



Logos of the Government of Madrid, the Junta de Castilla y León, and the Sierra de Guadarrama National Park. Includes the park's name in Arabic script.

Ficha técnica
Nombre: Sierra de Guadarrama
Figura de protección: Parque Nacional
Comunidades Autónomas: Madrid y Castilla y León
Provincias: Madrid y Segovia
Superficie: 33.960 hectáreas
Coordenadas: ETRS89 UTM H 30N, Pico de Peñalara X 419.428.917 Y 4.522.567.799
Fecha de aprobación de la Ley: 25 de junio de 2013

Direcciones
PARQUE NACIONAL DE LA SIERRA DE GUADARRAMA
www.magrama.gob.es/es/red-parques-nacionales
Centro de visitantes Peñalara
Puerto de los Cotos - Ctra M-604 km 42
28740 Rascafría - Madrid
Teléfono: +34 918 520 857
casaparqueloscotos@madrid.org
Centro de Interpretación de Boca del Asno
Ctra CL-601 km 14,3
Real Sitio de San Ildefonso - Segovia
Teléfono: +34 921 120 013
bocadelasno@oapn.es
Centro Valle de la Fuenfria
Ctra. de las Dehesas, km 2 - 28470 Cercedilla - Madrid
Teléfono: +34 918 522 213
redcentros.fuenfria@madrid.org
Centro Manzanares
Camino de la Pedriza, s/n
28410 Manzanares El Real - Madrid
Teléfono: +34 918 539 978
redcentros.manzanares@madrid.org
Centro Puente del Perdón
Ctra. M-604 km 27,6 - 28740 Rascafría - Madrid
Teléfono: +34 918 691 757
eavallelozoya@gmail.com
Reconocimientos
Zona de Especial Protección para las Aves (ZEPA)
Lugar de Importancia Comunitaria (LIC)
Reserva de la Biosfera
Incluido en el listado internacional del Convenio de Ramsar
Edita: Organismo Autónomo Parques Nacionales
Fotografías: Fototeca CENEAM (I.L. Colleras; Ferrnando Cámara, M.A. de la Cruz, Vicente García Canseco, Alberto Hurtado, Antonio Moreno, J.L. Perea, J.M. Pérez de Ayala)
Centro de Gestión Puente del Perdón.
Diseño y Maquetación: breu comunicación
Depósito legal: M-36562-2015 - N.I.P.O.: 293-15-011-6

Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama

Se localiza en la parte oriental del Sistema Central y se extiende por las cumbres de la Sierra de Guadarrama, ocupando una superficie de 33.960 hectáreas, de las cuales casi el 64% corresponde a la Comunidad Autónoma de Madrid y algo más del 36% restante pertenece a Segovia, en la Comunidad Autónoma de Castilla y León. El pico Peñalara, con sus 2.428 m.s.n.m., es la cima de mayor altitud, y junto con otras cuatro cumbres aledañas, de más de 2.271 m, conforma la cresta del llamativo Macizo de Peñalara, que se prolonga desde el Puerto de Los Cotos, en dirección N-NE, hasta el pico de Los Neveros. A partir de aquí el Parque Nacional continúa hacia el noreste siguiendo el eje central de la Sierra de Guadarrama, atravesando el Puerto de Navafría, hasta llegar a la cumbre de Reajo Alto (2.100 m). Existe otro cordal montañoso imponente, Cuerva Larga, que se inicia en el Puerto de Navacerrada y que, durante 16 km, mantiene una altitud superior a los 2.000 m, con una cota máxima de 2.383 m en Cabezas de Hierro. El Puerto de la Morcuera marca el final de Cuerva Larga y el inicio de la Sierra de la Morcuera, de menor altura que la anterior, y que se prolonga más allá del límite del Parque Nacional. Otras sierras y cumbres de interés son Siete Picos, que discurre entre el Puerto de Navacerrada y el Puerto La Fuenfría, Sierra de los Porrones, La Pedriza, Peña del Oso (2.196 m) y Montón de Trigo (2.195 m).

Historia de la creación del Parque Nacional

En las últimas décadas del siglo XIX, un reducido y selecto grupo de científicos e intelectuales, impulsados por un espíritu de exploración y de investigación, desarrolló los primeros estudios cartográficos, geológicos, botánicos y faunísticos sobre la Sierra de Guadarrama. Esta corriente de interés científico confluyó con la aparición, en 1876, de un movimiento de renovación pedagógica que impulsó el conocimiento y amor por la Sierra: la Institución Libre de Enseñanza. A principios del siglo XX surgen las primeras sociedades deportivas y montañeras como la Real Sociedad Española de Alpinismo Peñalara, el primer organismo que pidió, ya en los años 20, la declaración de Parque Nacional. Pero no sería hasta la década de 1930 cuando comenzaría la protección de la Sierra con la implantación, por ejemplo, de la figura de Sitio Natural de Interés Nacional (Cumbre, Circo y Lagunas de Peñalara, Pedriza de Manzanares y Pinar de la Acebeda). Posteriormente algunas de estas áreas protegidas fueron recalificadas y surgieron otras nuevas figuras de protección, nacionales y comunitarias, que exceden los límites del Parque. Finalmente, el 25 de junio de 2013, el Congreso de los Diputados aprueba la Ley de declaración del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.

El hombre y su influencia en el Parque y su entorno

En la época del Imperio Romano, Segovia y Toledo estaban unidas por una calzada que pasaba por el Puerto La Fuenfría. En esta zona su trazado coincide con "el camino viejo a Segovia", que sube al Puerto, en su vertiente madrileña, faldeando a media ladera. El empedrado que pasa por el Puente de Enemiedo fue construido en el siglo XVIII y se corresponde con una vía pecuaria denominada "Cañada de la Fuenfría". Dentro del Parque Nacional están catalogadas varias vías pecuarias. Las cañadas reales eran utilizadas por los rebaños trashumantes para desplazarse, según la época del año, en busca de las frescas praderas de montaña o de los pastos de las dehesas y valles templados. El mayor apogeo se vivió durante el reinado de los Reyes Católicos, cuando millones de merinas, de excelente lana para comercializar, transitaban al amparo del Honrado Concejo de la Mesta (1273-1836). En la actualidad predomina el ganado vacuno para la producción de carne. La mayoría de las vacas nodrizas son de raza Avileña Negra-Ibérica y en algunos casos se cruzan con Charolais y Limousine, que tienen mayor aptitud cárnica.

La explotación forestal de los pinares de la Sierra de Guadarrama ha sido uno de los aprovechamientos tradicionales más importantes. Sin embargo, desde hace años, la mayoría de las masas boscosas del Parque Nacional tienen asignada la función de conservación de la biodiversidad y el paisaje, la protección del suelo, el control hidrológico y el recreo, continuando la explotación forestal en la zona periférica de protección. Merece mencionarse el caso del Pinar de Valsain, ejemplo emblemático de aprovechamiento sostenible y de conservación de la naturaleza, del que la parte perteneciente a la Zona Periférica de Protección (ZPP), posee un régimen jurídico especial, a raíz de la declaración del Parque, que en la práctica la equipara a este.

Pino silvestre y Macizo de Peñalara



La flora

En las laderas de la Sierra de Guadarrama son característicos los pinares de pino albar (*Pinus sylvestris*), con algunos enclaves donde crecen bosques mixtos con rebollos (*Quercus pyrenaica*) y bosques relictos de abedules (*Betula alba*), acebos (*Ilex aquifolium*) y tejos (*Taxus baccata*). Por encima del bosque se desarrollan los matorrales de alta montaña dominados por el piorno serrano (*Cytisus oromediterraneus*) y el enebro rastreo (*Juniperus communis* subsp. *alpina*), que ocupan gran extensión.

La Sierra de Guadarrama presenta una elevada riqueza florística, debida por una parte a que las cumbres han actuado como refugio de especies vegetales, que durante períodos geológicos más fríos tuvieron una amplia distribución, y que ahora, bajo condiciones más cálidas, han desaparecido de las zonas bajas y en muchos casos han dado lugar a endemismos, y por otra, a su situación geográfica, a medio camino entre la región mediterránea y la eurosiberiana. Todo ello hace que en el Parque Nacional existan más de 1.000 especies vegetales, de las que 83 son endémicas de la península Ibérica.

Los pastizales de altura y, sobre todo, los pastos xerófilos, albergan el mayor número de endemismos y flora amenazada. Aquí domina la gramínea *Festuca curvifolia*, a la que acompañan especies finícolas, es decir, aquellas que se encuentran en el límite de su área de distribución, como *Thymus praecox* o *Jasione crispa* subsp. *centralis*. Los pastizales húmedos y las comunidades ligadas a medios acuáticos del Macizo de Peñalara son muy peculiares y en ellos podemos encontrar especies como *Lycopodiella inundata* y las carnívoras *Drosera rotundifolia*, *Pinguicula grandiflora* y *Utricularia minor*. Finalmente, cabe citar las comunidades de medios rocosos (gleras, canchales, roquedos) con especies como *Doronium carpetanum* y *Saxifraga pentadactylis* subsp. *willkommiana*.



1 Siete Picos, vista desde Cercedilla.

2 Tomillo rastreo · *Thymus praecox*

3 Erizo de la Sierra · *Armeria caespitosa*

4 Rocío de sol común · *Drosera rotundifolia*

5 Circo de la Laguna Grande de Peñalara



6 Cuernecillo azul · *Phyteuma hemisphaericum*

7 y 8 Roca granítica con musgo y pino silvestre · *Pinus sylvestris*



La fauna

En el Parque Nacional existe una elevada riqueza faunística que en el caso de los vertebrados supone 255 taxones censados, lo que representa el 40% de la fauna inventariada en el territorio español. Por orden de abundancia de especies destacan los mamíferos (57), seguidos de anfibios y reptiles (36), aves (148) y, finalmente, peces (14). En cuanto a los invertebrados los datos disponibles son mucho más escasos y parciales. Sólo para insectos se maneja la cifra de unas 2.000 especies en la Sierra de Guadarrama, cuando existen estimaciones de unas 14.000.

A pesar de la abundancia de mamíferos no siempre es fácil observar algunas especies. Para conseguirlo se precisa tener una cierta predisposición y preparación, ya que, aunque se trate de especies de amplia distribución como el corzo, su carácter esquivo y sus hábitos preferentemente crepusculares dificultarán el avistamiento. Las aves son sin duda las más fáciles de detectar, sobre todo en espacios abiertos como los pastizales alpinos, frecuentados en primavera y verano por acentores y collalbas, o en el cielo, donde buitres y otras rapaces marcan su característica silueta de vuelo. Sólo en ocasiones muy puntuales se producen acontecimientos masivos de ejemplares en el Parque, uno de ellos es el paso migratorio de palomas torcaces por ciertos puertos de la Sierra, o la concentración, en charcas y lagunas, de anfibios para aparearse durante las noches templadas de primavera y verano. Precisamente este grupo faunístico es el objetivo del Centro de Cría en Cautividad de Anfibios Amenazados de la Sierra de Guadarrama, que trabaja no sólo con las poblaciones en mayor peligro sino también con otras no tan vulnerables. Muchas especies merecerían un interesante comentario pero al menos, entre las más simbólicas, hay que citar: mariposa isabelina, águila imperial ibérica, buitre negro, cigüeña negra, rana patilarga, sapillo pintojo y lagartija carpetana.



1 Buitre negro · *Aegypius monachus*

2 Águila imperial Ibérica · *Aquila adalberti*

3 Mariposa Soffa · *Issoria lathonia*

4 Lobo Ibérico · *Canis lupus signatus*

5 Carbonero común · *Parus major*

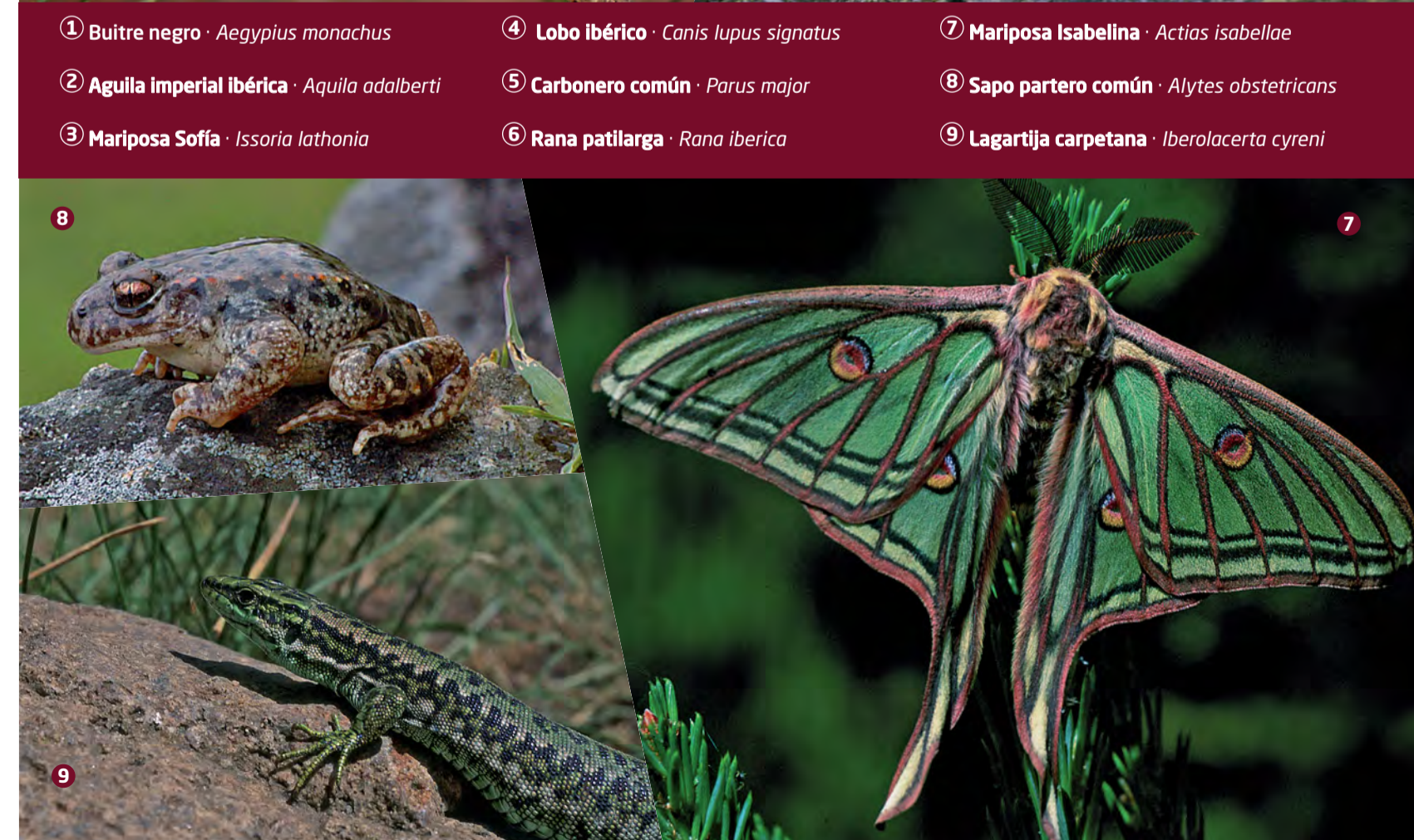
6 Rana patilarga · *Rana iberica*



7 Mariposa Isabelina · *Actias isabellae*

8 Sapo partero común · *Alytes obstetricans*

9 Lagartija carpetana · *Iberolacerta cyreni*



RED DE PARQUES NACIONALES



Ámbito territorial: El Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama se extiende por dos comunidades autónomas, Madrid y Castilla y León.

Los términos municipales que aportan terreno al Parque Nacional son los siguientes; en Madrid: Alameda del Valle, Becerril de la Sierra, El Boalo, Cercedilla, Lozoya, Manzanares el Real, Miraflores de la Sierra, Navacerrada, Navarredonda y San Mamés, Pinilla del Valle, Rascafría y Soto del Real; en Segovia: Aldealengua de Pedraza, Basardilla, Collado Hermoso, El Espinar, La Losa, Navafría, Navas de Riofrío, Palazuelos de Eresma, Real Sitio de San Ildefonso, Santiuste de Pedraza, Santo Domingo de Pirón, Segovia, Sotosalbos, Torre Val de San Pedro, Torrecaballeros y Trescasas.