

Guía de viajes en familia

10 rutas en coche para pasarlo bien todos juntos



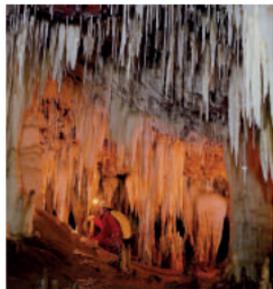
GUÍA DE VIAJES EN FAMILIA

RUTAS EN COCHE PARA TODOS

- 1** Cerdaña
- 2** Ruta de los Dinosaurios
- 3** Ribeira Sacra
- 4** Occidente de Asturias
- 5** Occidente de Cantabria
- 6** Ribera de Navarra
- 7** Castillos del Loira
- 8** Siguiendo el río Loira
- 9** La Alta Bretaña
- 10** Centro de Portugal

Guía de viajes en familia

10 rutas en coche para pasarlo bien todos juntos



REAL AUTOMÓVIL CLUB VASCO NAVARRO (RACVN)

Presidente: Pedro Martínez de Artola

Director Gerente: Eduardo Martínez García

“**Guía de Viajes en Familia**” es una Guía creada por el RACVN,
Paseo de los Fueros, 4 - San Sebastián (Guipúzcoa)

Texto y Fotos: Jordi Bastart

Fotos portada: Turismo de La Rioja y Jordi Bastart

Coordinación: Toni Velázquez

Diseño y Maquetación: Tipusgràfics

Impresión: Centro Gráfico Ganvoa

Está prohibida la reproducción total o parcial de esta Guía, mediante cualquier procedimiento y en cualquier soporte, sin la autorización expresa del Real Automóvil Club Vasco Navarro.

PRESENTACIÓN

La mayor parte del año utilizamos el vehículo para desplazarnos por diferentes obligaciones: trabajo, acompañar a los niños al colegio, etc. Pero por suerte acaban llegando los días de merecido descanso, aunque sea un fin de semana más o menos largo.

En muchos casos para viajar también nos desplazamos en coche, sea con el propio o con uno alquilado, y a menudo con toda la familia. Estos viajes suelen tener éxito si podemos encontrar propuestas para todas las edades, si podemos satisfacer la oferta de ocio.

Porque encontrar el equilibrio para disfrutar todos juntos es muy difícil, por eso hemos elaborado esta '**GUÍA DE VIAJES EN FAMILIA**. Rutas en coche para todos', para ayudar a los padres a realizar una ruta en coche con todos los datos necesarios, tanto el recorrido (indicado en un mapa detallado) como los puntos de mayor interés.

Cultura, con propuestas para visitar museos, monumentos o cascos antiguos de ciudades; parques temáticos, desde los que cuentan con atracciones más o menos atrevidas a los que recorren las huellas de dinosaurios; actividades náuticas como el piragüismo, rocódromos para la escalada o meterse en una cueva prehistórica.

Estas propuestas las encontramos tanto en las ciudades, en pequeños pueblos perdidos, como en las zonas de más afluencia turística.

En el RACVN hemos preparado detalladamente 10 rutas por el norte de España, Portugal y Francia con las que es obligatorio pasarlo bien en familia.

PRÓLOGO

Las rutas en coche son mejores con un 'amigo' como el RACVN

Los imprevistos se definen como una circunstancia que no esperábamos. En un viaje nos podemos encontrar con una avería inesperada, algún percance no deseado, o que uno de los miembros de la familia tenga algún problema.

Mejor que no ocurra, pero contar con los Servicios al automovilista y su familia que ofrece el RACVN es como llevar un solucionador de problemas incorporado.

No nos cansaremos de recordarlo: los socios del Club tienen cubierta con la Asistencia Mecánica la resolución de averías en más de 30 países no solo con su vehículo sino con cualquier coche que conduzca, dispone de Asistencia Sanitaria y Personal en todo el mundo y en caso de alguna duda legal la Asistencia Jurídica le pone en manos de expertos. Y no solo en el automóvil, gracias a Asistencia en el Hogar, le echará una mano si por ejemplo al regresar de su viaje ha perdido la llave.

Una protección de primer nivel que se redondea con los seguros. Una póliza no es un trámite, hay que contratar el tipo de seguro y las prestaciones que necesitamos y al precio más adecuado. En eso el RACVN es un verdadero especialista y asesora imparcialmente a todos los socios.

Y el carné le ofrece todavía más satisfacciones. Somos un Club con miles de socios, y por eso muchos establecimientos ofrecen ventajas y descuentos. Puede consultarlo en la web www.racvn.net.

En cualquier punto de atención encontrará personal cualificado que le ayudará a resolver dudas, a solucionar problemas, y por teléfono, si necesita Asistencia puede llamar al 902 106 116 y si lo que desea es información puede hacerlo al 902 34 34 35

EDUARDO MARTÍNEZ
DIRECTOR GERENTE DEL RACVN



Viajar en familia, entre la responsabilidad y el disfrute

Pocas cosas en la vida son tan agradables como viajar en coche con la familia. Disfrutar junto a los seres queridos de unos días descubriendo o revisitando paisajes, espacios culturales de todo tipo y realizar diferentes actividades para todas las edades, es algo que no solo apreciamos mientras estamos haciendo una ruta, sino que recordamos durante toda la vida. Pero para que un viaje en automóvil sea plenamente satisfactorio debemos tener como prioridad la seguridad de todos, y en este sentido no sirven excusas.

Revisar a fondo todos los elementos del vehículo, cargar bien el maletero, situar a los niños en la sillita que corresponde a su edad, conducir con extrema prudencia y siempre alerta, respetar las señales y en caso de duda no realizar maniobras que puedan provocar problemas, no son opcionales, tienen que ser de serie.

Un Automóvil club de primer nivel como el RACVN está al lado de los socios para aconsejarle y ayudarle, para que viajar sea una gran satisfacción. Por eso, hemos elaborado esta Guía de Viajes en Familia, con propuestas de rutas aptas para los más pequeños, para los que necesitan un poco más de adrenalina o para los mayores.

Pero siempre debemos recordar que el conductor es el máximo responsable, el que debe cumplir siempre las normas de seguridad vial; esa será su aportación más importante, aunque cuando detenga el vehículo sea el primero en disfrutar de las interesantes propuestas.

PEDRO MARTÍNEZ DE ARTOLA
PRESIDENTE DEL RACVN

SUMARIO

10 COMARCA DE LA CERDAÑA

La Cerdaña es una de las comarcas del Pirineo catalán que ofrece más atractivos. Iglesias románicas, turismo activo y succulenta gastronomía

24 LA RUTA DE LOS DINOSAURIOS

La comarca de las Tierras Altas en Soria y el valle del Cidacos en La Rioja son lugares para ver huellas de dinosaurios

38 LA RIBEIRA SACRA

Los cañones del Miño y Sil en las provincias de Lugo y Ourense son los artífices de la región conocida como Ribeira Sacra

50 OCCIDENTE DE ASTURIAS

El occidente de esta Comunidad, tanto en la costa como en el interior, es el mejor exponente del lema 'Paraíso natural'

66 OCCIDENTE DE CANTABRIA

La naturaleza es uno de sus grandes valores, sin olvidar un patrimonio monumental, con el mejor arte rupestre de España y unos recursos gastronómicos fuera de toda duda.

80 LA RIBERA DE NAVARRA

En esta Comunidad hay tres territorios claramente diferenciados: Pirineos, Zona Media y Ribera

94 RECORRIDOS POR EL RÍO LOIRA

El Loira (Loire en francés), con algo más de mil kilómetros de recorrido es uno de los ríos más largos de Francia y también uno de los que está rodeado de mayor nobleza.

96. LOS CASTILLOS DEL LOIRA

Un escenario Patrimonio de la Humanidad. Castillos y palacios nos remiten a la 'grandeur' de la Francia de los siglos XIV al XVI

108. SIGUIENDO EL RÍO LOIRA

Junto al Loira se escribió la historia de la mano de los duques de Anjou. Al final del recorrido, los agradables pueblos y playas de la costa atlántica

120 LA ALTA BRETAÑA

Bretaña tiene identidad propia y las costas del norte, unas características especiales

134 ZONA CENTRO DE PORTUGAL

Aldeas históricas, la Serra da Estrela, la ciudad de Viseu y unos alojamientos con encanto, razones de peso para visitar esta región

SI TE GUSTA
LA NIEVE,
CATALUÑA ES TU CASA



Xavi Hernández | Futbolista

La Molina



Gemma Mengual | Medallista olímpica en natación sincronizada

Baqueira Beret



CERDAÑA

Es una de las comarcas del Pirineo catalán que ofrece más atractivos. Iglesias románicas, turismo activo y succulenta gastronomía





La Cerdaña, postal pirenaica

Pueblos encantadores que han sabido conservar la arquitectura tradicional, iglesias románicas, rutas señalizadas para senderistas y amantes de la bicicleta de montaña, conciertos en verano y pistas de esquí para el invierno. ¡El paraíso en el Pirineo catalán!

Esta comarca pirenaica a caballo entre las provincias de Girona y Lleida, se extiende entre dos formaciones montañosas: la cordillera de los Pirineos al norte y la sierra del Cadí-Moixeró al sur. Su situación cercana a numerosas pistas de esquí, la buena gastronomía y la posibilidad de practicar actividades de turismo activo, han hecho que la Cerdaña se convierta en un destino turístico de primer orden. Esta circunstancia ha contribuido al crecimiento urbanístico de muchos pueblos de la zona. De todas maneras, el hecho de man-

tener rigurosos criterios arquitectónicos, ha ayudado a crear una uniformidad en lo que a las viviendas se refiere.

Puigcerdà es la capital de la comarca y principal centro comercial. Pueblecitos como Bellver de Cerdanya, Talló, Martinet, Guils de Cerdanya, Prullans, Alp y Llivia merecen una visita, ya sea para contemplar su patrimonio arquitectónico o para pasear

Abajo: Vall de La Llosa es uno de los valles completamente vírgenes



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

La N-260 cruza toda la Cerdaña siguiendo el río Segre. Para llegar hasta Puigcerdà podemos hacerlo por esta misma carretera superando la collada de Toses de 1800 metros o por la C-16 a través del túnel del Cadí (peaje). Entre Puigcerdà y la Seu d'Urgell, en ambos extremos del recorrido, tenemos 50 km por la N-260. El presente itinerario sobrepasa justo el centenar de kilómetros.

HOTELES Y GASTRONOMÍA

Por ser una región de alto valor turístico encontraremos una buena red de hoteles de todas las categorías y una considerable oferta de turismo rural.

A nivel gastronómico, la Cerdaña es tierra de buenos productos y también de excelentes restaurantes; se puede encontrar desde el recomendado en las guías Michelin, hasta la sencilla fonda de montaña con platos más que aceptables y abundantes.

El plato típico por excelencia es el *trinxat*, que se realiza con patata y col de invierno, todo ello hervido y posteriormente triturado; finalmente se fríe con ajos y un trozo de panceta. Los nabos es otro producto típico de la comarca, que acompañan guisos de pato, pies de cerdo y pollo, entre otras carnes. Buenos embutidos acompañados de pan con tomate en cualquier época del año y



las setas que pueden ser a la brasa, en revuelto, tortilla o guisadas con un estofado de ternera, completan el recetario tradicional.

ESQUÍ NÓRDICO Y ALPINO

Los practicantes del esquí nórdico disponen de dos centros cuyos itinerarios quedan prácticamente unidos. Se trata de las estaciones de Lles de Cerdanya y Aransa que ofrecen un total de 68 km de circuitos que discurren entre el bosque. También hay estaciones de esquí alpino, Massella-Alp 2500 y La Molina-Alp 2500 que entre ambas aglutinan más de 100 km de pistas.

MÁS INFORMACIÓN

www.cerdanya.org
www.puigcerda.cat/gaudeix/gaudeix
www.bellver.org
www.turismeseu.com



por los tradicionales mercados. La cocina ceretana también es especial en estas tierras de alta montaña, con platos donde los productos de la huerta acompañan a las carnes, tanto de caza como de corral.

LA CAPITAL DE LA COMARCA

El Segre discurre entre montañas y da forma a un amplio valle a mil metros de altitud.

Nuestro recorrido puede empezar por **Puigcerdà**. Además de capital de la Cerdaña ejerce de espectacular mirador de esta comarca y más si nos atrevemos a subir los 168 escalones de la torre de la antigua iglesia de Santa María, con una magnífica panorámica.

Esta torre se encuentra en el centro de Puigcerdà, en la plaza de Santa María y es el único resto que que-

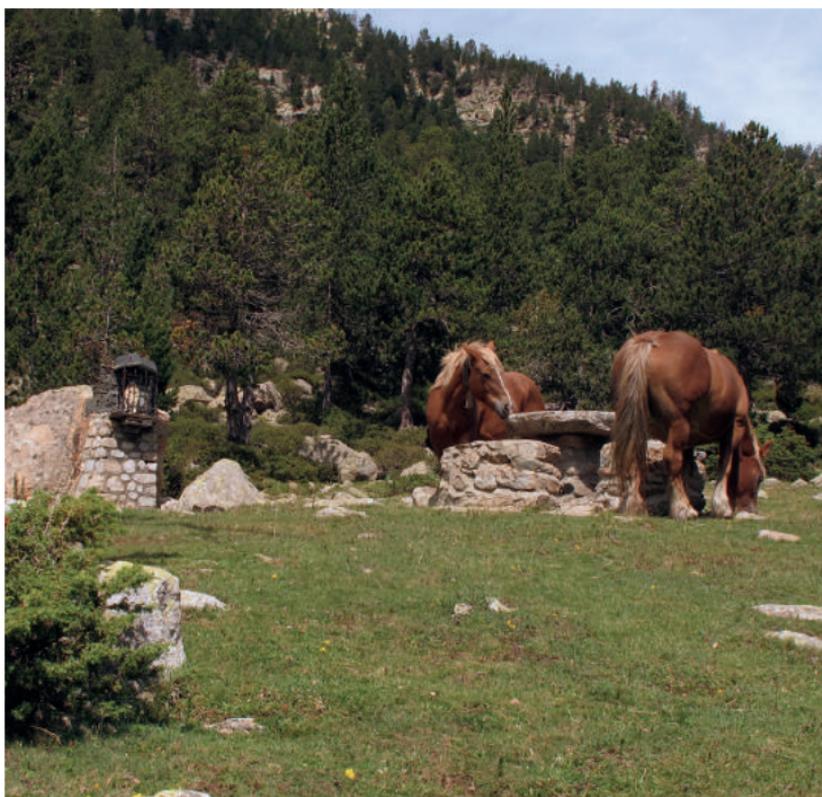
Puigcerdà, la capital de la comarca, es un buen lugar para pasear, ir de compras y degustar buena comida ceretana

Las estaciones de esquí, paraísos para los amantes de la nieve, en verano reconvierten su actividad hacia el turismo activo

da de la iglesia parroquial de estilo gótico que fue destruida en 1936. A partir de esta plaza se desarrolla el casco antiguo de Puigcerdà que se ha transformado en un centro comercial con bares, restaurantes y tiendas de todo tipo, sobretodo dedicadas a deportes de montaña y nieve, no en vano, cerca de Puigcerdà hay más de media docena de estaciones de esquí. Además, también podemos visitar la iglesia de Santo Domingo de estilo gótico, modificada posteriormente a causa de los terremotos que sufrió en 1428; el Museo Cerdà ubicado en

el antiguo convento de las Carmelitas, y el Centro de Acogida Turística (CAT) que explica las consecuencias del Tratado de los Pirineos.





‘LA VALL DE LA LLOSA’

La ‘Ruta dels Bons Homes’ por parajes excepcionales

Desde Viliella nos podemos acercar por pista hasta la masía de Can Jan de la Llosa (3 km) y allí dejar el vehículo para iniciar el recorrido por la Vall de la Llosa. Una hora y media de caminata por la “Ruta dels Bons Homes”, la que siguieron los cátaros para escapar en los ss. XII-XIII de la represión del rey francés, nos situará en uno de los parajes más excepcionales de estos contornos.

El itinerario sigue las marcas blancas y rojas del GR 107 y desde siempre, este camino por su conexión con Andorra a través del puerto de Vallcivera (2.517

m), fue utilizado por contrabandistas, bandoleros, pastores y arrieros que transportaban el mineral de hierro de la mina situada en Pimorent.

Sin tener que subir hasta lo alto de estas montañas, después de menos de dos horas de caminata llegaremos a la cabaña de Els Esparvers rodeada de prados, lugar extraordinario para comernos el bocadillo junto a las aguas del riachuelo Vallcivera.

Hay que reponer fuerzas para el regreso aunque ahora todo el trayecto será de bajada.

La Cerdaña es un buen lugar para realizar senderismo, con numerosos itinerarios señalizados, a pie o en BTT

El lago de Puigcerdà y el parque que lo rodea bautizado con el nombre de German Schierbeck -que fue cónsul de Dinamarca en Barcelona en la segunda mitad del siglo XIX- es uno de los espacios más emblemáticos de la ciudad y el lugar para pasear bajo la sombra de magníficos ejemplares de árboles. En pleno invierno, el lago la mayoría de años suele helarse parcialmente. A unos 4 km de Puigcerdà se encuentra Llivia, una población situada en territorio francés donde, por interpretaciones del Tratado de los Pirineos, cuando en el año 1659 se perdió la Cerdaña norte,

el Rosellón y otras comarcas pirenaicas, siguió siendo territorio español. En Llivia podemos visitar el casco antiguo y la farmacia de la que dicen es una de las más antiguas de Europa.

Otra población a la que vale la pena acercarse es **Guils de Cerdanya**, por las vistas de Puigcerdà y por la magnífica iglesia románica dedicada a san Esteban.



Arriba y superior: Inicio y final por 'la Vall de la Llosa'.

Derecha: El itinerario hacia los lagos de la Pera discurre entre un frondoso bosque



La ‘Ruta del Románico’ permite recorrer todas las iglesias de este estilo arquitectónico, muy presente en la Cerdaña



EL PUEBLO MÁS BONITO

Después de visitar estas poblaciones nos dirigiremos por la N-260 a **Bellver de Cerdanya**, uno de los pueblos más bonitos del valle. Situado encima de un cerro, en lo alto sobresale el casco antiguo; es la imagen que todo el mundo se lleva en su cámara fotográfica. En el centro de la población, encontraremos una plaza porticada a la que asoman fachadas de piedra y la iglesia parroquial de trazas góticas. El pueblo es un hervidero de tiendas, fondas y restaurantes. En alguno es recomendable probar la cocina tradicional de montaña que tiene en el *trinxat* y el *tiró amb naps* (pato gui-

Arriba: Santa Maria de Talló, por su magnitud, recibe el sobrenombre de ‘Catedral de la Cerdaña’

sado con nabos negros) unos de sus platos más representativos.

Si queremos disfrutar de una monumental iglesia románica no tenemos más que acercarnos a **Santa María de Talló**. Situada a muy pocos kilómetros, se trata de un edificio del siglo XII de una nave coronada por un ábside adornado con arcuaciones lombardas. El centro espiritual de la comarca bautizado como ‘Catedral de la Cerdaña’ es una verdadera maravilla. En el interior se conser-

¡DÉJATE LLEVAR!

Aguas bravas en el Parque Olímpico del Segre

Este centro de deportes se construyó para realizar las pruebas de aguas bravas para las Olimpiadas de Barcelona del año 1992.

Ahora es el gran pulmón de la ciudad con un centro de donde parten rutas para realizar en bicicleta de montaña, un amplio canal para la práctica del piragüismo en aguas tranquilas y un circuito cerrado de aguas bravas cuyo elemento líquido, impulsado por

potentes bombas, imita el cauce de un río de montaña.

En el mismo lugar te alquilan el traje de neopreno, el casco y te dan las consiguientes instrucciones para que la experiencia sea una gozada. ¡Aventura en aguas bravas con la máxima seguridad!

www.parc olimpico.cat/es/es/el-parque/el-parque-olampico



Las estribaciones de los Pirineos al norte y las del Cadí al sur, encauzan al río Segre por la Cerdaña

va una talla policromada de la Virgen que pertenece al siglo XIII, una de las pocas tallas originales que hay en la comarca. El lunes de Pascua se celebra una interesante romería donde se bailan danzas populares cuyos personajes lucen los vestidos tradicionales.

EL MIRADOR DE LA CERDAÑA

Si seguimos por la N-230, pronto encontraremos el desvío hacia **Pruillans**. Por esta carretera local y dejando atrás el pueblo, penetraremos en uno de los parajes más interesantes de la Cerdaña. Carretera estrecha y curva tras curva nos iremos elevando sobre el paisaje. Después de Ardòvol y Coborriu de la Llosa

cruzaremos el río de la Llosa por un puente en medio de un bosque de abeto y pino negro. Por la otra vertiente alcanzaremos **Viliella**, cuatro casas a 1.550 metros de altitud, algunas reformadas como segunda residencia. Para los que gusten andar, este es el punto de partida para descubrir una de los pocos valles vírgenes que quedan en la Cerdaña.

Desde **Viliella** la carretera nos llevará hasta **Lles de Cerdanya** donde comprenderemos el porqué del sobrenombre de 'Mirador de la Cerdaña'. Aquí hay varios lugares para comer y pernoctar. Por la LV-4036 descendemos de nuevo al valle saliendo en la población de **Martinet**, junto al Segre. En total habremos realizado un recorrido de 26 km por parajes espectaculares.

LA SIERRA DEL CADÍ

Altas paredes cierran el valle del Segre por el sur, son las estribaciones de la sierra del Cadí que junto con la del Moixeró están declaradas parque natural. Con alturas máximas que se mantienen alrededor de los 2.500 metros, son un paraíso para los amantes de la montaña y también para el rebeco que campa a sus anchas por estos parajes.

Izquierda: A los lagos de la Pera se accede desde el pueblo de Aransa





Aún sin ánimo de obligar a nadie a realizar ningún recorrido pedestre, nuestra propuesta será acercarnos por una estrecha y revirada carretera hasta **Querforadat**, uno de los pueblecitos más encantadores que viven pegados a estas montañas.

Para ello desde la N-260, a la altura de el Pont de Bar, debemos tomar la carretera que en unos once kilómetros nos elevará desde el valle del Segre a 900 metros de altitud, hasta los 1.400 que se encuentra Querforadat. Antes de llegar a este pueblecito habremos pasado cerca de Bar y por Toloriu.

Arriba: Contrafuertes de la sierra del Cadí desde Querforadat.

Las cuatro casas y la iglesia se guarecen junto a la peña que le da nombre al pueblo –quer, palabra de origen prerromano significa peña- y foradat –en catalán agujereado- porque según la leyenda un agujero comunicaba el castillo que se elevaba sobre la peña con el río y de esta forma permitía escapar de los asedios. Actualmente subir hasta aquí, además de las vistas tiene premio gastronómico. Cal Mariet es una masia con inmejorable panorámica donde



Fèlix Duran ejerce en los fogones. Gastronomía de montaña acompañada de música clásica en un lugar peculiar donde no funcionan las tarjetas de crédito, aunque si por circunstancias uno no lleva suficiente *cash*, no se quedará sin comer: tienen fórmulas para solucionarlo. Ahí hay que preguntar por el lugar ya que no tiene cartel.

UNA CATEDRAL ROMÁNICA

Sin más preámbulos podemos completar la ruta hasta la Seu d'Urgell. Hemos dejado atrás la Cerdaña pe-

ro siguiendo el Segre por la N-230 llegamos a la capital del Alt Urgell. Esta ciudad, nudo de comunicaciones –Andorra está a tiro de piedra–, se asienta en la confluencia de los ríos Segre y Valira.

La antigua villa *Sedis* o *Sedes Urgelli*, capital de la comarca del Alt Urgell, atesora uno de los monumentos históricos más importantes del románico catalán del siglo XII. Se trata de la catedral de Santa María situada en la Plaça dels Oms. El interior del templo está presidido por



Izquierda: La catedral de la Seu d'Urgell es una joya del románico. *Derecha y abajo:* La calle Mayor de la Seu d'Urgell con los típicos porches que martes y sábados se llenan con el mercado

una talla policromada de la imagen de la Virgen. En la zona sur se encuentra un claustro del siglo XI con bellos capiteles historiados.

Otro edificio destacado es el Museo Diocesano de Urgell instalado en la capilla de la Piedad; su interior custodia el famoso *Beatus* de la *Seu d'Urgell*, un manuscrito de procedencia mozárabe del siglo X que expresa comentarios del Apocalipsis.

Si nuestro paso por la localidad coincide en martes o sábado, las calles porticadas del casco antiguo acogen el tradicional mercado donde podremos captar el ambiente de la población, además de adquirir buenos quesos que en esta zona tienen merecida fama.



Si queremos disfrutar de deportes de aguas bravas, el Parque Olímpico del Segre dispone de un circuito cerrado para realizar *rafting*.



SORIA Y LA RIOJA

*La comarca de Tierras
Altas en Soria y el valle
del Cidacos en La Rioja,
lugares para ver huellas
de dinosaurios*



En busca de los dinosaurios

En España hay muchos lugares donde podemos ver rastros de dinosaurios, pero con toda probabilidad, es en el norte de Soria, en la comarca de Tierras Altas y en el sur de La Rioja, en el valle del Cidacos, donde se concentran el mayor número de yacimientos.

Los últimos ejemplares de estos grandes –y pequeños– animales se extinguieron de la faz de la Tierra hace unos 65 millones de años. Se han desarrollado muchas teorías sobre el porque de su desaparición y parece que la más aceptada es el impacto de un gran meteorito que propició un repentino cambio climático en la Tierra, transformando las condiciones de vida rápidamente sin dar tiempo a que las especies se adaptaran. Lo cierto es que su presencia y exterminio ha suscitado un gran número

de relatos, muchos de ellos llevados al cine con diferente fortuna. Jurassic Park, la película que realizó Spielberg en 1993 fue el gran detonante de la “dinosauriomanía”. Se crearon estatuillas de pequeñas dimensiones para coleccionistas, se establecieron rutas de los dinosaurios a las que, para mayor espectacularidad, se añadieron figuras de estos grandes

Abajo: Los dinosaurios estarán presentes durante todo el recorrido. Yacimiento de Valdevecillo



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

A Soria se llega por la N-111 que desciende del puerto de Piqueras, las N-234 y N-122 que discurren transversalmente y la AS-15 que proviene del sur. Por Calahorra al final de la ruta, pasa la autopista AP-68 y la N-232. Esta ruta tiene algo más del centenar de kilómetros a los que tendremos que añadir los desplazamientos hasta los yacimientos de icnitas.

DONDE DORMIR

En Soria, el hotel Leonor Mirón, cerca del lugar donde acudía Machado con su amada Leonor por las vistas que tiene de la ciudad.

www.hotelleonormiron.com

En Yanguas el Hotel rural Los Cerezos por su calidez y acogida.

www.losceresosdeyanguas.com

En Enciso la Casona del Dinosaurio, un alojamiento ideal para ir con niños www.casonadeldinosaurio.com y la



Tahona, un alojamiento de turismo rural en un antiguo molino harinero donde los propietarios, son expertos en el tema de los dinosaurios.

www.casatahona.es

En Arnedillo, el balneario (Hotel SPA TermaEuropa) por sus aguas termales.

www.balnearioarnedillo.com

GASTRONOMÍA

Las carnes de caza y sobretodo las setas, forman parte de la gastronomía soriana. La Rioja es tierra de buen comer y sobretodo de sabrosas verduras y prestigiosos vinos. Nuevas propuestas en manos de jóvenes chefs han revalorizado la cocina sin perder la autenticidad.

MÁS INFORMACIÓN

www.sorianitelaimaginas.com

www.lariojaturismo.com

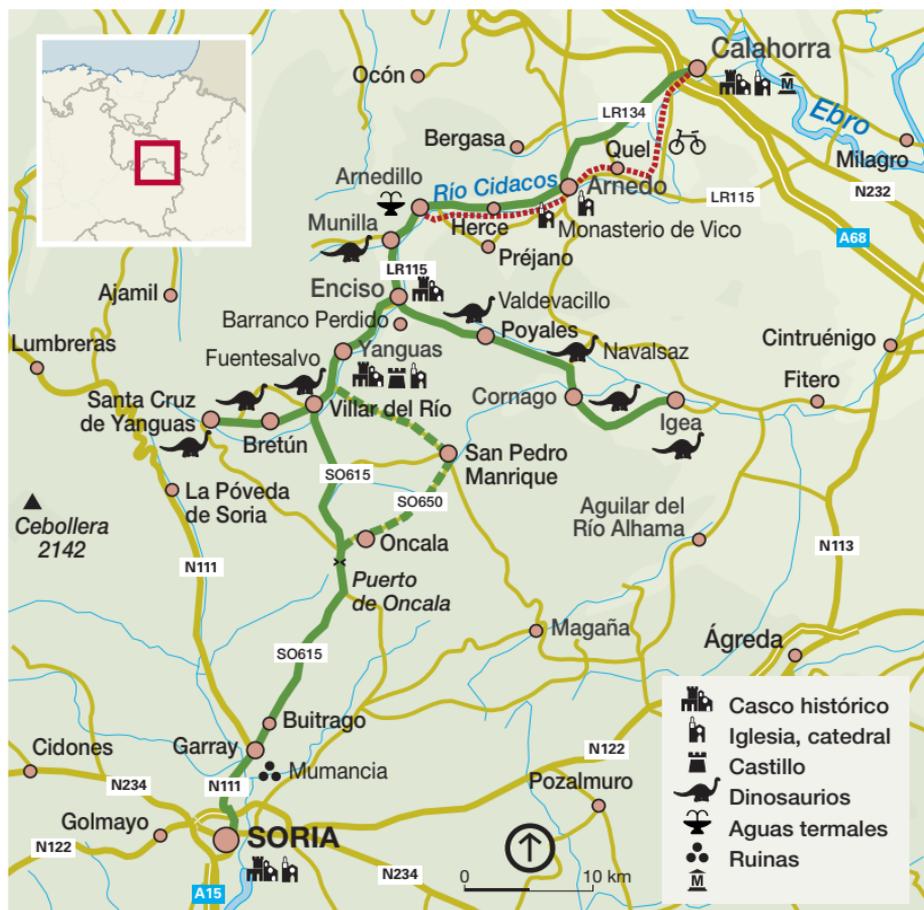
animales a los yacimientos de huellas y se pusieron en marcha centros recreativos de aventura con los dinosaurios de protagonistas.

LA RUTA POR TIERRAS DE SORIA

Nuestro punto de partida lo podemos establecer en **Soria**, ciudad en la que vale la pena dar una vuelta por su legado románico y porque no, por los bares del casco antiguo para tomar un vino acompañado de los típicos

torreznos. En la capital de la provincia son imprescindibles las iglesias de San Juan de Rabanera declarada monumento nacional, Santo Domingo con una portada que es la Biblia hecha piedra, el claustro de la concatedral de San Pedro y el de San Juan de Duero donde románico y mudéjar se dan la mano.

Desde Soria, si avanzamos por la N-111 hacia el puerto de Piqueras, **Garray** nos recibe con la imagen de



un dinosaurio anunciando así que vamos a penetrar en una tierra en la que estos grandes animales fueron protagonistas. No debemos olvidar que en esta localidad se encuentran las ruinas de Numancia, la ciudad celtibera que fue arrasada por los romanos al no querer rendirse sus habitantes. Tenemos pues la oportunidad de conocer uno de los pasajes más heroicos de nuestros antepasados antes de penetrar en “tierras de dinosaurios”.

Por la SO-615, entre campos de labor ascenderemos hasta los 1453 m del puerto de Oncala. En el descenso se nos presentan dos opciones: ir hasta San Pedro Manrique o seguir por la SO-615 hasta Villar del Río.

San Pedro Manrique es famosa, entre otras cosas, por el Paso del Fuego. Sucede la vigilia de san Juan, cuando hombres con los pies descalzos y cargando una persona

*Los templos de Soria capital,
una de las mejores muestras
de arte románico de España*

Derecha: Puente medieval con la iglesia de Santa María en Yanguas. *Abajo:* Portada de la iglesia románica de Santo Domingo en Soria.



atravesan las brasas ardientes. Si nuestra visita no coincide con estas fechas podemos ir al centro de interpretación con información de esta y otras celebraciones. Si seguimos hacia **Villar del Río**, pasaremos junto al yacimiento de Fuentesalvo donde se adivinan huellas de dinosaurio Terópodo. Cuando nos acercamos a esta población veremos en lo alto una gran figura de un Saurópodo que nos vigila; resulta obligado subir con el vehículo hasta su emplazamiento para haceremos una foto. Pasado el Cidacos, junto al Aula paleontológica con figuras de dinosaurio incluidas, podemos tomar un camino rural asfaltado que nos permite llegar hasta

Bretún (3,5 km) con un par de yacimientos de icnitas y a **Santa Cruz de Yanguas** (7 km) con otro yacimiento (www.rutadelasicnitas.com). En ambos casos, a la roca desnuda donde se pueden observar las huellas, acompaña el animal a tamaño real que las produjo.

Nuestra última etapa va a ser la población de **Yanguas** antes de partir hacia tierras riojanas. Declarada conjunto histórico-artístico en un extremo se levanta el consolidado castillo que antaño vigilaba el paso del Cidacos. En la plaza mayor porticada, además del Ayuntamiento se levanta la iglesia de San Lorenzo y saliendo



INVESTIGANDO EL PASADO

Las icnitas, huellas de dinosaurios

Son las huellas que los dinosaurios dejaron hace millones de años y que tras un largo proceso de transformaciones geológicas quedaron marcadas en el terreno.

Estos rastros han permitido a los científicos conocer muchos aspectos de estos grandes animales, como datos sobre la anatomía además de conocer algunos aspectos de su actividad y comportamiento.

¿Cómo se forman estas huellas?

Algunas de las huellas que depositaron estos grandes animales en zonas pantanosas quedaron cubiertas por una nueva capa de sedimentos; con el paso del tiempo los materiales se transforman en rocas, pero la erosión y los movimientos geológicos han hecho aparecer cada uno de estos estratos. Si el material donde el animal marcó su huella es más duro que el del relleno, veremos

las pisadas hundidas. En cambio, si sucede lo contrario, el estrato puede mostrarnos una imagen negativa de la huella.

Gideon Martell, un estudioso del tema

En 1822, Gideon Martell, un médico inglés aficionado a la paleontología, fue el primero que planteó la existencia de estos animales al descubrir unos dientes de grandes proporciones. Los identificó como las de un gran herbívoro con una apariencia similar a la de las iguanas actuales, por lo que lo bautizó como Iguanodon. Desde aquel entonces, distintos hallazgos han ido estableciendo diferentes teorías acerca de cómo vivieron y qué forma tenían; se ha llegado a la conclusión de que no todos eran especies de grandes proporciones, sino que, igual que ocurre en la actualidad, los había tan diminutos como una pulga.

De Yanguas el último pueblo soriano, pasaremos a Enciso en el valle riojano del Cidacos

por la Puerta de la Villa percibiremos a lo lejos otro templo. Se trata de la iglesia de Santa María, gótica como la anterior, pero que en su interior guarda valiosos retablos platerescos y barrocos; detrás erguida como un vigía, la Torre de San Miguel de estilo románico nos habla de calzadas romanas y asentamientos celtíberos. Un tranquilo paseo junto al Cidacos nos llevará hasta Santa María pasando por debajo del puente medieval con la posibilidad de visitar los antiguos lavaderos restaurados. Una buena forma de despedirnos de las tierras sorianas.

EL VALLE RIOJANO DEL CIDACOS

Para saltar a este valle, desde Yanguas debemos proseguir por la SO-615 que al llegar a La Rioja se transforma en la LR-115. Serán 12 km de curvas por un paisaje espectacular hasta llegar a Enciso, el mejor lugar para empaparnos de dinosaurios.



Superior: Yanguas, población que conserva su aspecto medieval.

Arriba: Puerto de Oncala.

Derecha: Bretún, en plena ruta soriana de los dinosaurios.

Imaginar que hace miles de años La Rioja era una zona pantanosa poblada por dinosaurios no es fácil, ni tan solo para un niño. Sin embargo, este era el antiguo paisaje de la Rioja Baja. En la comunidad hay diversos yacimientos paleontológicos que conservan centeneras de huellas de dinosaurios. Entre los yacimientos de icnitas más destacados cabe mencionar los de Enciso, los de Cornago e Igea o los de Munilla, especialmente el del Barranco de la Canal, uno de los más espectaculares. En ellos, además de huellas, podremos ver reproducciones a tamaño natural de estos grandes animales.

El alto valle del Cidacos se ha convertido en uno de los lugares del mundo con más cantidad y calidad de huellas de dinosaurios correspondientes al Cretácico inferior (entre 100 y 140 millones de años).

Durante un largo periodo, estos animales se pasearon entre una vegetación exuberante. Los había gigantescos y diminutos, carnívoros y herbívoros, bípedos y cuadrúpedos, hasta también los había voladores. Los más grandes como el Diplodocus, el Braquiosaurio, el Ornitópedo o el terrible Tiranosaurio Rex, dejaron sus huellas en sedimentos de ríos y lagos que más tarde se solidificaron y fosilizaron.

ENCISO Y LA RUTA DE LOS DINOSAURIOS

Enciso es, en este sentido, la referencia obligada para todos aquellos que quieran revivir la época en que estos grandes animales poblaban la tierra. Pero Enciso es además una bonita población. Ubicada en un cerro, bañada por las aguas del río Cidacos y rodeada de sierras, en el siglo XIII la Orden de Calatrava era



Para pasear o pedalear

La Vía Verde del Cidacos es un recorrido de 34 km que utiliza el antiguo trazado del ferrocarril de Calahorra a Arnedillo. La mayor parte del itinerario discurre junto al río Cidacos y es ideal para realizarlo a pie o en bicicleta. Se puede empezar en el llamado Parque de Cidacos de Calahorra y después de pasar por un par de estaciones abandonadas, a los 12,4 km cruzaremos el túnel del Gollizo que se ha iluminado. La siguiente etapa nos llevará hasta la localidad de Quel y en



el km 23,9 pasaremos cerca del santuario de Vico. La estación de Herce se ha reconvertido en un albergue para jóvenes y rebasada la estación de Préjano, o Aliñano, la Vía Verde afronta el cañón de Arnedo. Después de cruzar un segundo túnel llegaremos a la estación de Arnedillo.

dueña del castillo que actualmente está en ruinas. Perteneció a los Duques de Medinaceli y fue parte de Soria hasta 1833, cuando pasó a la provincia de Logroño. Hasta mediados del siglo XX y gracias a su actividad ganadera, desarrolló una importante industria textil y lanera que hizo prosperar económicamente a la población. De ese esplendoroso pasado dan muestra algunas casonas señoriales y monumentos religiosos de notable importancia que se distribuyen por todo el núcleo urbano, con un casco antiguo de calles estrechas y muchas pendientes. En la parte alta de la población, junto a las ruinas del castillo destaca la iglesia de Santa María de la Estrella del siglo

Izquierda: Enciso se encuentra en la cabecera del valle del Cidacos

XV; de la misma época es el templo de San Pedro ubicado a la orilla del río. En el aspecto lúdico, hace algunos años se ha puesto en marcha el Barranco Perdido, un centro multiaventura donde los más pequeños se lo pasarán en grande disfrutando de los circuitos de aventura, las piscinas y como no... de los dinosaurios (ver recuadro).

Desde Enciso debemos tomar la LR-356 para acercarnos al yacimiento de Valdevecillo, muy cercano a la población y uno de los más espectaculares de La Rioja. Allí podemos ver una familia de iguanodontes, un gran braquiosaurus y un tarbosaurus situado en lo alto. Cerca de allí, la carretera nos lleva al yacimiento de Navalsaz, después de pasar por los de El Villar y Poyales; en el primero veremos

La reproducción de los grandes dinosaurios es un aliciente en la visita de los yacimientos de icnitas

las huellas más grandes halladas en estos contornos. Se trata de un ornitópodo cuyas patas medían 4,20 metros de altura, y dejaron una impronta de 75 centímetros. Otro yacimiento interesante es el de Virgen del Campo, donde una pasarela de madera cruza toda la zona, permitiendo observar detenidamente las huellas y señales del arrastre de las colas. Diversos paneles nos informarán de las características de cada yacimiento y los animales que dejaron su impronta. Todo ello muy interesante y bien documentado.

LAS RECONFORTANTES AGUAS TERMALES

Cansados ya de ver dinosaurios, si continuamos por la LR-115 iremos a parar a **Arnedillo**, población que se desparrama encajonada entre montañas, cuya bondad de sus aguas termales ya fue conocida por

los romanos. En el siglo XVII sus virtudes atrajeron numerosos visitantes y actualmente el balneario ha incorporado un moderno diseño en forma de cúpula acristalada. Las aguas que emergen a una temperatura de 52,5°C, son adecuadas para tratamientos reumáticos, contracturas musculares, neuralgias y afecciones de las vías respiratorias entre otras.

Finalmente la LR-115 después de 26 km nos llevará hasta Calahorra después de pasar por **Arnedo**. El casco viejo de esta localidad conserva monumentos públicos y religiosos de gran valor. El más emblemático es la iglesia de San Cosme y San Damián, de mediados del siglo XVI. Su interior destaca por valiosos retablos, la capilla de San Francisco Javier y la capilla de la Purísima, que aloja una talla románica del siglo XII. De la misma época son los templos de Santo Tomás, con su portada gótica, una bóveda estrellada de ocho puntas y su torre de dos plantas cuadradas y la iglesia de Santa Eulalia, la más antigua, con frescos del martirio de la santa y un retablo rococó del siglo XVIII. El centro histórico de la población es una sucesión de palacios y casonas señoriales que recuerdan la grandeza de otras épocas. La patrona de la ciudad es la virgen de Vico. Cuenta la leyenda que se le apareció



Izquierda: Arnedillo rodeado de una huerta productiva



a un moro, El Kan de Vico, que se convirtió al cristianismo y edificó una ermita en su nombre. En ese mismo lugar, a 3 km de Arnedo, se encuentra el monasterio de Nuestra Señora de Vico. El edificio actual se construyó en el siglo XV y en el XVI su iglesia de estilo gótico tardío.

LA CAPITAL DE LA RIOJA BAJA

Calahorra es la segunda ciudad en importancia de La Rioja después de la capital. De historia bimilenaria, la ciudad es reflejo del paso de distintas civilizaciones. Se asienta sobre una pequeña colina, donde confluyen los ríos Ebro y Cidacos que le brindan sus prolíficos valles. Se sabe que sus primeros habitantes, en el siglo III a.C., fortificaron parte de

Arriba: Braquiosario y tarbosaurio en el yacimiento de Valdevecillo

la colina y consiguieron dominar ese territorio. Atraídos por su situación estratégica, los romanos la conquistaron hacia el 180 a.C. La Calgurris Julia romana jugó un papel muy importante en la región. Invadida más tarde por los musulmanes, fue reconquistada en 1054 por García Nájera.

Casi todo el patrimonio que se conserva en la actualidad es de los siglos XVI al XVIII. La catedral, situada a orillas del río Cidacos es el templo más importante. La ubicación del templo se explica por la leyenda de San Emeterio y San Celedonio, patronos de la ciudad. Estos legionarios romanos fueron decapitados en ese mismo lugar y como veneración por ese

Derecha: Museo de la Romanización en Calahorra. *Abajo:* La catedral es el monumento más destacado de Calahorra. En la imagen, la sacristía.



martirio se alzó un baptisterio en el siglo IV d.C. La actual del siglo XVI, se construyó sobre un primitivo templo románico, del que se conservan algunos restos. El exterior es de estilo gótico, con pórtico barroco decorado con figuras de alabastro. Destaca la torre de seis cuerpos y la portada plateresca de San Jerónimo, que mezcla decoración barroca y renacentista. El interior es como un verdadero museo de arte sacro con numerosos retablos y capillas de gran valor. El claustro, de estilo gótico-renacentista, junto con la sacristía, se han convertido

en el Museo diocesano que alberga piezas de arte religioso y pinturas de Tiziano y de Zurbarán.

La plaza del Raso, antiguo foro romano, está presidida por la iglesia de Santiago, del siglo XVII. Neoclásica, con hermoso pórtico y interior de estilo barroco con retablo mayor dedicado al santo. Otra iglesia destacada es la de San Andrés, con su espectacular portada gótica. Se encuentra al lado de la única entrada a la ciudad que conserva la muralla, el Arco del Planillo.





ENCISO

Barranco Perdido, o cómo disfrutar aprendiendo

Se trata de un parque temático con múltiples circuitos de aventura para edades a partir de 10 años (puentes tibetanos, tirolinas, toboganes...). También hay un circuito paleontológico una instalación en la que se combinan las actividades de campo con réplicas de los yacimientos, con juegos que reproducen las tareas del paleontólogo.

El Barranco Perdido acoge también el Museo Cretácico en el que el visitante puede ver una exposición permanente sobre el cretácico en La Rioja y descubrir el modo de vida, la alimentación, reproducción y extinción de los dinosaurios. Además, permite conocer el proceso de formación de huellas fósiles y los diferentes tipos

de icnitas de los yacimientos riojanos. El parque también ofrece actividades de teatro, títeres y leyendas además de instalaciones acuáticas y recreativas formadas por: piscinas de paleontología submarina en la Playa Cretácica y varios juegos como rocódromo, rompecabezas del paleontólogo, eco de los saurios, área de pozas, cascadas y géiseres en la Colina de los saurios. www.barrancoperdido.com







RIBEIRA SACRA

*Los cañones del Miño y Sil,
en las provincias de Lugo
y Ourense son los artífices
de esta comarca*



Tierra de rezos y playas

Alrededor de los ríos Miño y Sil, la Ribeira Sacra es tierra de eremitas y buenos vinos. La ruta llega hasta las Rías Baixas, con dos propuestas ineludibles durante el camino: saborear un Ribeiro y tomar las aguas en Mondariz

Los embalses del río Sil, antes de que junte sus aguas con el Miño, es un territorio de cañones y viñedos plantados en terrazas en pendiente bautizado como Ribeira Sacra. Además de buenos vinos, encierra numerosos tesoros de ámbito religioso. Eremitorios que se convirtieron en monasterios son el testigo de aquellos que buscaron el recogimiento en estos paisajes.

LA CIUDAD TERMAL

Ourense es un buen lugar para empezar esta ruta. La capital de la provincia tiene todo lo imprescindible para una buena visita. Un cuidado casco antiguo repleto de tabernas donde la piedra tiene un marcado protagonismo; la catedral en la que se mezclan los estilos románico, gótico y renacentista y las fuentes termales de As Burgas que brotan en el centro de la ciudad.

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

La mejor manera de llegar hasta Galicia es por la autopista AP-1 hasta Burgos y luego cruzar la meseta con las A-231, AP-71 y A-6, para desviarnos por la N-120 antes de Villafranca del Bierzo, hasta Llegar a Monforte de Lemos donde podemos empezar nuestro recorrido por la Ribeira Sacra.

ITINERARIO

Por la Ribeira Sacra debemos seguir un rosario de carreteras locales que desde Ourense nos llevarán por Esgos, San Pedro de Rocas, San Estevo de Ribas de Sil, Parada de Sil, Castro Caldelas, Monforte de Lemos, Pantón y Os Peares. Un recorrido de unos 150 km, al que luego debemos añadir un centenar de kilómetros más hasta llegar a la ría de Vigo.

GASTRONOMÍA

En el interior la gastronomía tradicional es sencilla y cuenta con la excelente calidad de sus productos. Pulpo a feira, empanadas, lacón con grelos, pulpo guisado, anguilas, ternera gallega y las filloas de postres, harán las delicias del viajero. Todo ello regado con los vinos de la DO Ribeira Sacra que se subdivide en cinco zonas de producción. Llegados a la costa cambiamos de productos y de vino. Mariscos de todas clases que aquí acostumbran a comerse hervidos con especial atención a los percebes y las ostras. Todo ello regado con vinos blancos de Ribeiro o Albariño.



COMPRAS

En la población de Gundivós se continúa confeccionando a mano una cerámica negra que si antes se utilizaba en los quehaceres cotidianos ahora sirve como decoración.

FIESTAS

'Festa da Istoria' ambiente medieval en Ribadavia en el que participa todo el pueblo vestido a la antigua usanza, el último sábado de agosto. www.festadaistoria.com

Feria del vino de Ribeiro a primeros de mayo en Ribadavia.

MÁS INFORMACIÓN

www.turgalicia.es

www.ribeirasacra.org/turismo

www.turismo.gal/presentacion-da-ribeira-sacra?langId=es_ES

www.ribadavia.net

www.riasbaixas.info



Fueron los romanos los que ya descubrieron aquí los placeres del agua. Ahora los paisanos tienen la posibilidad de disfrutarlas de forma gratuita en las termas naturales de Chavasqueira junto al Miño, aunque también hay unas de pago con un diseño exquisito. Una ruta a pie convierte el río en un pulmón natural y zona de ocio de la ciudad.

POR LA RIBEIRA SACRA

Desde aquí tomaremos la OU-536 dirección a Castro Caldelas con la intención de desviarnos por la OU-0509 antes de llegar a Esgos, para visitar el monasterio de **San Pedro de**

Derecha arriba: Iglesia de San Miguel de Eiré, cerca de Ferreira de Pantón. Abajo: Interior de San Pedro de Rocas, templo excavado en la roca.

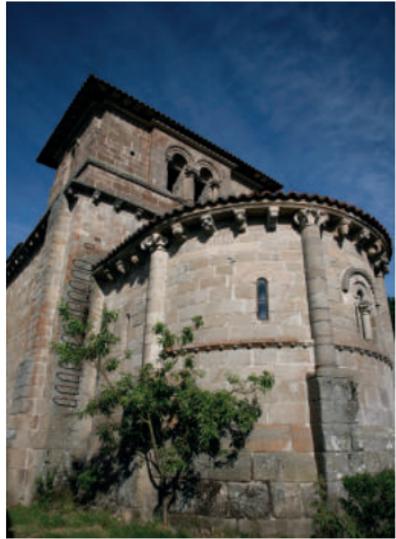
Rocas. Su origen se remonta al siglo VI cuando un grupo de ascetas se instalaron aquí para retirarse a una vida de oración. Se puede ver una primitiva ermita excavada en la roca a la que más tarde se le añadió una construcción exterior; a su alrededor hay diversas tumbas antropomorfas.

Por la misma carretera llegaremos a Luintra y por la OU-0508, la próxima parada la realizaremos en **San Es-**

La margen izquierda del cañón del Sil es un rosario de iglesias y monasterios cuyo origen fueron los eremitorios

tevo de Ribas de Sil. El monasterio asentado en la ladera de la montaña ha sido convertido en un fabuloso Parador de Turismo; vale la pena visitar los tres claustros: románico, gótico y renacentista.

Seguiremos por la misma carretera donde iremos encontrando miradores estratégicamente colocados, desde donde observar un paisaje de escarpadas riberas tapizadas de frondosos bosques de castaños y robles que dejan paso al cultivo de la viña en terrazas. El siguiente lugar de interés es el **monasterio de Santa Cristina** cer-





PASEOS EN CATAMARÁN

Los cañones del Miño y el Sil desde el agua

Los desfiladeros por donde discurrían los ríos Miño y el Sil en la Ribeira Sacra llevó a la construcción de presas y al aprovechamiento hidroeléctrico de una gran parte de sus tramos.

A mitad del siglo XX se construyeron los cuatro grandes embalses de esta zona: Belesar y Os Peares en el río Miño, y San Pedro y Santo Estevo en el Sil.

Existe en verano un servicio de catamaranes que recorre estos embalses. Es un paseo agradable

de unas dos horas de duración que permite contemplar lo agreste del paisaje desde el agua. El cañón del Sil es más angosto que el del Miño, con paredes verticales en muchos casos de una gran espectacularidad. En ellas podemos ver cómo están plantados los viñedos, un cultivo heroico cuyo producto —la uva— por la fuerte pendiente, muchas veces hay que sacarla en barca.

www.turismo.gal/ruta-dos-encorrida-ribeira-sacra-e-canons-do-sil?langId=es_ES

Derecha: Las gaitas, siempre presentes en cualquier fiesta popular.

Abajo: Colegio del Cardenal en Monforte de Lemos



ca de Parada do Sil, importante cenobio benedictino de origen incierto colgado sobre el cañón del Sil. Al cruzar el municipio de A Teixeira la carretera va cambiando de nomenclatura; pasaremos por pequeños pueblos hasta llegar a la OU-903 donde a la derecha nos acercaremos hasta la localidad de **Castro Caldelas** dominada por su fortaleza, dedicada actualmente a usos culturales.

POR LA PROVINCIA DE LUGO

La ruta sigue en dirección contraria cruzando el Sil; penetramos en la provincia de Lugo y la carretera se convierte en la LU-903 hasta llegar a **Monforte de Lemos**, capital de Terra de Lemos y población histórica que vale la pena visitar. En lo alto del monte San Vicente desde donde se tienen excelentes vistas, perviven los restos de la fortaleza, la torre del Homenaje

del siglo XIV y el monasterio de San Vicente convertido en Parador de Turismo. El núcleo urbano aglutina numerosos edificios emblemáticos como el Colegio del Cardenal y una gran colección de arte sacro en el convento de Santa Clara.

Ahora podemos tomar la N-120 hasta **Ferreira de Pantón**, en cuyo monasterio cisterciense aún convive una comunidad femenina.

Resulta más interesante desviarnos de nuevo por carreteras locales que nos permitirán disfrutar mejor del

paisaje. Con la LU-4104 llegaremos hasta **Pombeiro**, cuya iglesia de San Vicente es lo que queda del antiguo priorato benedictino. Su situación en medio de un paisaje de viñas, colgada literalmente de las laderas del Sil, es realmente sorprendente.

La misma carretera nos conducirá hasta **Amandi**, localidad que da nombre a los afamados vinos de esta zona. Finalmente saldremos de nuevo a la N-120 en la población

Abajo: Puente de origen romano sobre el Sil, en Ourense.



En barco a las Cíes

Desde Vigo, Baiona o Cangas se puede llegar en barcos turísticos hasta las Islas Cíes.

Hay distintas compañías marítimas que realizan el trayecto con posibilidad de pasar el día en la isla y disfrutar del placer de unas playas vírgenes o solamente hacer un trayecto de navegación alrededor de este pequeño archipiélago.

En la mayor de las Cíes hay un camping muy bien acondicionado, tres restaurantes con servicio de bar y cuatro rutas señalizadas para hacer senderismo, además de un centro de interpretación situado en el camino que sube hacia el Monte Faro. Está construido sobre las ruinas



del antiguo convento de San Esteban (s. XI) que más tarde fue almacén de artillería en la época en la que la ría de Vigo debía protegerse de los ataques de Francis Drake.

www.piratasdenabia.com y www.mardeons.com

de **Os Peares**, lugar donde no solamente Miño, Sil y Búbal juntan sus aguas, sino que también confluyen dos provincias -Lugo y Ourense-, otras tantas diputaciones, cuatro concellos, tres partidos judiciales y dos diócesis, todo un poema.

LA CAPITAL DEL RIVEIRO

Camino del Atlántico pasaremos por **Ribadavia**, piedra que huele a Treixadura, una de las uvas autóctonas que se utiliza para el Ribeiro y donde en el casco antiguo aún se pueden encontrar retazos de la próspera comunidad judía que vivió aquí.

La judería ocupó gran parte de lo que hoy es el centro histórico, con la plaza de la Magdalena donde había la sinagoga.

Un paseo por este barrio nos permitirá descubrir también la plaza Mayor, pequeña y de forma trapezoidal, donde los domingos se celebra un mercado de artesanía; allí en una esquina, se encuentra la iglesia de San Juan de estilo románico. Otra muestra del románico la tenemos en la iglesia de Santiago, terminando finalmente por admirar la arquitectura gótica del convento

Vinos de la denominación de origen Ribeiro y aguas termales, un buen binomio para hacer más llevadera esta ruta

de Santo Domingo, con tres naves rematadas por ábsides y un bello claustro neoclásico de épocas posteriores. Todavía persisten restos de la muralla que protegía la población, con la Porta Nova y algunas torres del castillo. En su interior se celebra la “festa da Istoria”.

Si estamos en Ribadavia, no debemos perder la oportunidad de llegar hasta el **monasterio de San Clodio en Leiro** y el de **Santa María en Melón**. Ambos están declarados monumento nacional y mientras el primero conjuga el románico en el ábside, con elementos renacentistas en el claustro, junto con el gótico y barroco en la fachada, el segundo corres-

ponde a un románico de transición típico cisterciense.

Balneario de Mondariz y Rías Baixas
Un desvío de la N-120 nos acercará hasta Mondariz, localidad conocida por sus aguas termales. El balneario de Mondariz fue una verdadera institución a finales del siglo XIX principios del XX que reunió lo mejor de la sociedad de la época.

Actualmente este conjunto que conserva el aire de la belle époque, ha ido recuperando los viejos edificios y

Abajo: Fuente termal en el balneario de Mondariz *Derecha:* Monasterio de San Salvador, en Ferreira de Pantón





conservando la fachada, los ha dotado de modernas comodidades. Sus piscinas activas, siete saunas, zona de masajes y el Palacio de agua, espacio lúdico para disfrutar mientras sentimos los beneficios del agua termal, son buena prueba de ello.

Inexorablemente nuestro camino hacia el mar nos conduce hacia las Rías Baixas, estas hendiduras naturales en el paisaje que la leyenda cuenta fueron dejadas por la mano

de Dios al apoyarse, cuando terminó de crear el mundo. La más próxima es la de Vigo, con la población de Baiona como máximo referente histórico y donde también encontraremos deliciosas playas. Y si nos gusta navegar, nada mejor que embarcarse en un catamarán para acceder a las islas Cíes que cierran la ría. Forman parte del Parque Nacional de las Islas Atlánticas y en ellas se conservan parajes paradisíacos. Una delicia como final de viaje.



OCCIDENTE ASTURIAS

*Tanto en la costa como
en el interior, es el mejor
exponente del lema
'Paraíso natural'*





Occidente de Asturias

Tierras del Principado de Asturias que aún conservan el sabor rural tanto en el paisaje como en la gastronomía. Hoteles con encanto y casas de aldea ofrecen un alojamiento confortable. En las montañas el oso vive feliz mimado por los aldeanos.

Seguro que en el occidente de Asturias es donde mejor se mantiene el carácter de esta comunidad cuyo lema sigue siendo 'Paraíso natural'. Antes comarca deprimida, los programas de la Comunidad Económica Europea ayudaron a rehabilitar herrerías y mazos, potenciar la artesanía, construir alojamientos de turismo rural y pequeños hoteles con encanto, señalar rutas y, en definitiva, preservar un paisaje para el disfrute de los amantes del turismo tranquilo y de calidad.

RECORRIENDO LA COSTA

Nuestra ruta empezará por descubrir la costa occidental. Pequeños pueblos agazapados entre acantilados ofrecen una armonía de colores que combinan con su gastronomía marinera. En los puertos, bien protegidos de los embates del Cantábrico, una pequeña flota espera hacerse a la mar a diario para traer merluza del *pinchu*, *pixín*, bocartes, parrochas, *andariques*, *bugres* y algún *tiñosu*, una amalgama de pescados y mariscos que en Asturias tienen nombre



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

La autopista AS-16 que recorre la costa del occidente de Asturias es la mejor forma de llegar hasta Cudillero, en el inicio de la ruta. A partir de aquí, un entramado de carreteras nacionales y locales bien señalizadas nos ayudarán a completar un itinerario de unos 250 km.

GASTRONOMÍA

Pescados y mariscos en la costa y fabada y buenas carnes en el interior, siempre acompañados de un *culín* de sidra para tapear o los vinos de la D.O.P. de Cangas. En Santa Eulalia de Oscos, en el restaurante L'Auga Joaquín nos puede sorprender con alguna propuesta creativa (www.casonademazonovo.com) y en Casa Pedro la cocina tradicional tiene nombre propio. En la Nueva Allandesa, en Pola de Allande,



imprescindible para probar el potaje de berza y el repollo relleno www.lanuevaallandesa.com, mientras que en Cangas de Narcea el restaurante Blanco en la calle Mayor, es el mejor para comer o tapear.

DONDE DORMIR

En Cudillero www.casonadelapaca.com
 En Taramundi www.larectoral.com
 En Santa Eulalia de Oscos www.hotelcasapedro.com
 Cerca de Cangas del Narcea www.casamario.net;
 Palacio de Merás en Tineo <http://palaciodemeras.com>

MÁS INFORMACIÓN

www.turismoasturias.es

Izquierda: El pueblo de Cudillero se asoma al puerto como un anfiteatro.

propio. Los vivos colores de los cascos de las embarcaciones aportan una nota de color a un mar, a veces amable otras enfurecido que juega con las mareas.

Cudillero, en el inicio de la ruta, es como un anfiteatro que mira al mar. En la plaza Marina, junto al puerto, restaurantes y tabernas se esmeran para ofrecer lo mejor de su gastronomía, sea en forma de tapas o sen-

tados a la mesa frente al plato. Después, un paseo hasta el faro siempre ayudará a digerir.

Para desplazarnos por la costa, si tenemos prisa es mejor seguir por la autovía A-8 y tomar la salida a los pueblos que queramos visitar. Más tranquilo es el trayecto por la N-632 que va uniendo todas las poblaciones. El litoral asturiano también incluye un rosario de playas encantadoras y aunque Asturias no es un destino de 'sol y playa' hay que aprovechar el buen tiempo para dar-



se un chapuzón. Entre Cudillero y Luarca, nuestro próximo destino, no debemos perdernos el paisaje que nos ofrece el **cabo Vidio** y entre las playas, nos quedamos con la del Silencio. Rodeada de acantilados el acceso lo encontraremos desde el pueblo de Castañeras.

Luarca, localidad intelectual y marinera por excelencia, está presidida por un evocador cementerio, don-

de descansan los restos de Severo Ochoa, natural de esta villa. Desde este lugar tenemos la mejor perspectiva del puerto y del barrio marino que lo rodea. **Puerto de Vega** a pocos kilómetros, se extiende sobre la estrecha ría que hace las veces de puerto pesquero. Aquí murió el ilustre Gaspar Melchor de Jovellanos y este puerto fue uno de los mayores centros balleneros del norte de la península. Un código de señales emiti-

Puerto de Vega, Viavélez y Ortiguera son poblaciones marineras cuyo puerto se abre paso entre las rocas

Alrededor del cabo Vidio podremos encontrar diversas playas paradisíacas como por ejemplo la del Silencio

do desde las atalayas advertía de la presencia de los cetáceos, empujando a los hombres a la mar. Un verdadero ritual se ponía en marcha una vez capturado el animal, del que se aprovechaba todo; la grasa para el alumbrado público, la carne era salada o ahumada para su conservación y las barbas del animal se utilizaban en la confección de corsés. En el mirador encima del puerto, se conservan unas mandíbulas de ballena y un viejo cañón con el que se arponeaba al animal.

Navia, localidad que se extiende a lo largo de la margen derecha de la extensa ría que forma el río Navia, es

nuestra siguiente parada. En la parte antigua aún se conservan los restos del recinto amurallado, aunque si lo que nos interesan son los vesti-





LOS PAISANOS LO ADMIRAN

Por donde campa el oso

En las montañas del occidente de Asturias el oso parece que ha conseguido multiplicarse y así evitar el peligro de extinción que pesaba sobre él. En los años 70 del siglo pasado aún se le perseguía y en cierta manera, aunque fuera furtivamente era un orgullo cazarlo. De aquella persecución se ha pasado al extremo opuesto y ahora los paisanos lo admiran y tratan con cierto cariño. El oso cantábrico come frutos, manzanas, hierba, miel y en muy pocas ocasiones ataca al ganado. Eso sí, como es muy *llambión* como casi todos los asturianos, las colmenas deben protegerse con un *cortín*, un muro de piedra de unos dos metros de altura que las rodea por completo. Parece que actualmente puede haber unos

300 osos entre ejemplares adultos y oseznos ya que cada año se calcula que hay unos 50 nacimientos. Sus costumbres y correrías son seguidas por cientos de aficionados al turismo de naturaleza. Su visión en libertad atrae un turismo especializado que monta guardia en determinados lugares provistos de anteojos, prismáticos y teleobjetivos de largo alcance. Todo el mundo intercambia experiencias y quién más quién menos presume de haberlo avistado en algún momento; y lo más importante, dan trabajo a agencias especializadas en avistamientos, llenan casas de turismo rural y consumen en restaurantes. En resumen, el oso es actualmente una pequeña lotería para el territorio.

El castro de Coaña, cerca de Navia, es uno de los mejores ejemplos de la cultura castreña

gios históricos, debemos acercarnos hasta el Castro de Coaña.

Antes de llegar a Tapia de Casariego vale la pena visitar los pueblecitos costeros de **Ortiguera** y **Viavélez**. En el primero, cuatro casas y el mismo número de barcas refugiadas en la pequeña ría. Viavélez, conocido como 'El Porto' rebosa sabor marinero por los cuatro costados. Un gran farallón rocoso forma parte de la ensenada natural que hace las veces de puerto. En la Taberna del Puerto, aparte de unas apetitosas tostadas con anchoas o un revuelto de oricios, entre toques de azul marino

podremos descubrir porqué aquí se construían los bergantines más veloces de toda la costa.

Tapia de Casariego se encuentra situada encima de un promontorio que penetra en el mar. El puerto pesquero, en el centro de la población, está rodeado de casas lo que proporciona una imagen insólita del conjunto urbano. Finalmente, la ría del Eo ya en el límite con Galicia, pondrá fin



Superior: Junto al río Muniellos discurre un itinerario muy agradable. *Arriba y derecha:* Ensenada que forma el puerto de Viavélez y escultura en hierro en el centro de Santalla.





Izquierda y abajo: En Navallas de Taramundi forjan unos cuchillos de calidad y tienen un museo donde exponen todo el proceso.



Taramundi es uno de los mejores ejemplos del desarrollo del turismo rural basado en la artesanía y la calidad de los alojamientos

a nuestro recorrido costero. Allí, en el espejo de sus aguas, se miran las poblaciones de **Figueras**, **Castropol** y **Vegadeo**; desde esta última tomaremos la AS-21 que nos llevará hacia el interior. Nuestro próximo destino Taramundi, a 18 km.

TARAMUNDI, 30 AÑOS DE TURISMO RURAL

Hace 30 años, esta pequeña población del occidente de Asturias se convertía en el primer ejemplo de turismo de alto standing en un medio

rural, al transformar una antigua casona del siglo XVIII en un encantador hotel de cuatro estrellas. Actualmente, aquella idea de unos iluminados es, no solo un ejemplo que se ha estudiado en todas las escuelas de turismo, sino también en el detonante que ha hecho renacer toda una comunidad.

Taramundi ha crecido no solo en cantidad sino también en calidad y lo que es más importante, los artesanos que antes hacían navajas para cuatro turistas dispersos, ahora, sin



MAZO DE TEIXOIS

Un ejemplo de aprovechamiento

Teixois representa todo lo que un mazo puede ofrecer a la sociedad y es un buen ejemplo para que los más pequeños de la familia aprendan. Todo empieza por hacer llegar el agua por una canal y su almacenamiento en una balsa. Esta agua se utiliza para poner en marcha un molino y con unos sistemas rudimentarios moler el grano y obtener harina fina para el consumo humano, empleando lo más basto para alimento de los animales. La misma agua se utiliza para mover la piedra de afilar y el batán, para así ablandar lana, lino, pieles, etc; también para alimentar el mazo con sus excéntricas y avivar el fuego de la fragua con aire al utilizar el efecto Venturi. Ahí empieza la labor del hombre el cual, a base de calentar, martillear, enfriar y volver a calentar conseguirá darle la forma y el temple necesario al material ya sea en el yunque o en el martillo del mazo.

Hay que fijarse en todos los detalles de este complejo industrial. Nada está puesto en balde; cualquier rozadura

dispone de refrigeración aportada por un conducto y las salpicaduras tienen la misión de tener la madera siempre húmeda y así evitar que seque y resquebraje. Audacia y técnica a partes iguales.

La modernidad también trajo en su momento la luz. La fuerza del agua se utilizó para imprimir a partir de una turbina, movimiento rotatorio a una dinamo que garantizaba 120 voltios de corriente continua y una potencia de 1.000 vatios. Lo necesario para que alumbraran un par de bombillas en cada casa.

Ahora todo esto se puede revivir con las explicaciones jocosas de Isabel que sabe como motivar a los más pequeños. Luego, en el bar, un *culín* de sidra acompañada de chorizo casero, o mejor en el restaurante, una excelente fabada o un surtido de carnes a la brasa. Todo ello servido con cariño por Luis Legaspi, su mujer M^a del Carmen Mon y su hija Tania.

El Museo Etnográfico de Grandas de Salime es un gran ejemplo de recopilación de objetos y oficios rurales

perder la originalidad, han convertido la artesanía en un negocio. Segundas generaciones se han puesto al frente de restaurantes de cocina tradicional, mazos reconvertidos en museos y pensiones rehabilitadas como hotelitos con encanto. Un sueño convertido en una realidad que se puede constatar en los seis museos y una veintena de talleres que hay en el municipio.

Teixois, un mazo del siglo XVIII se ha puesto de nuevo en valor para admiración de propios y extraños. Curioso saber cómo en Taramundi y pueblos de los alrededores empezó a surgir la necesidad o afición para elaborar navajas y cuchillos. Tres elementos eran básicos para ello y los tres se encontraban en el territorio: mineral de hierro, agua y madera.

SANTA EULALIA DE OSCOS

Para ir a Santalla debemos recorrer 10 km por la AS-21 y la AS-26 hasta alcanzar la AS-11; al llegar al alto de la Garganta de 877 m de altitud, nos desviaremos por AS-33 que nos llevará a Santa Eulalia de Oscos, el otro nombre con el que se conoce esta población de casas y entorno bien cuidado.

A un par de kilómetros se encuentra el mazo de Mazonovo, otro complejo industrial del siglo XVIII que aún se mantiene en activo, donde la fuerza del agua, el fuego y el aire modelan el mineral de hierro junto con la acción de la mano del hombre. Rodeado de un bonito entorno de huerta, bosques y riachuelos hay que añadir el restaurante L'Auga en una antigua casona restaurada.

Pero Santalla nos guarda otras sorpresas. Una de ellas es ver a Irene Villar elaborar prendas en algodón, seda, lana y lino, en un antiguo telar de madera. Otra es como una pasión, la de los cuchillos, se transformó en una historia de amor entre Jorge Román Toquero y la japonesa Keiko Shimiza. Uno aportó la tradición, la otra la perfección y ahora la pareja se complementa en un pequeño taller –Hyottoko- donde Jor-



Izquierda: El agua mueve el la gran rueda dentada del Mazo de Teixois.



Arriba: Cocina lareira en el Museo Etnográfico de Grandas de Salime

ge hace verdaderas obras de arte en cuchillos con las técnicas aprendidas en Japón y Keiko se dedica a reproducir figuras de hierro inspiradas en el arte prehistórico.

Y para disfrutar un poco de la naturaleza, la ruta hasta la cascada Seimeira nos puede venir muy bien. Empieza en el pueblito de Pumares y representa algo más de dos horas andando por un bonito camino señalado junto al río Agüeira. Al final, después de haber pasado por las ruinas del antiguo pueblo de Anca-deira, cruzado un magnífico bosque de castaños y penetrado en el llamado Valle del Desterrado donde una

curiosa leyenda pone los pelos de punta, nos recibe las cascada Seimeira, una caída de agua de unos veinte metros.

EL MUSEO ETNOGRÁFICO, UN VALOR EN ALZA

Nuestra próxima etapa por el occidente astur será **Grandas de Salime**. Para ello, saldremos de Santalla por la AS-33 para, a los 5 km, continuar por la AS-362 hasta San Martín; allí encontraremos la AS-13 que, al llegar a Pesoz confluye en la AS-12. Esta nos llevará hasta Grandas. En total habremos recorrido 30 km. El mayor aliciente de esta población es su Museo Etnográfico, una verdadera maravilla de recuperación temática del mundo rural que se empezó

a forjar en 1984. Fue una iniciativa de Jase Naveiras apodado 'Pepe el Ferreiru'. Él empezó a recopilar objetos del mundo rural cuando nadie le daba importancia, consciente de que era algo en trance de desaparecer con el paso de los años. El tiempo le dio la razón y actualmente, la colección de objetos que alberga clasificados en temáticas, es de las mejores de España. La antigua rectoral con su cocina *lareira*, las estancias de la casa ocupadas por telares y mobiliario antiguo; en los bajos se ha instalado un taller de reparación de zapatos, la bodega y la cantina, así como todo lo relacionado con el trabajo de la madera. Horreo y panera en el recinto exterior le confieren

autenticidad al conjunto donde se puede ver en marcha un molino impulsado por el agua y a una artesana trabajando objetos de madera con una gran colección de ellos. Antes, en estas tierras, toda la vajilla y utensilios de la casa estaban realizados con distintos tipos de madera; era lo que se tenía más a mano.

Otro edificio que simula un ayuntamiento de época alberga la tienda de ultramarinos, la escuela, un hospital de época, barbería, sastrería, trampas para la caza y artilugios del mundo del alumbrado y la comunicación. Un buen ejemplo de la evolución de un mundo que está en permanente transformación.



Izquierda: Castaño en la ruta hacia la cascada de Seimeira.

Derecha: Irene Villar tejiendo en su telar de madera de Santalla. **Abajo:** Museo del Vino de Cangas de Narcea.



EN TIERRAS DE VINOS

Para llegar a Cangas del Narcea debemos realizar la etapa más larga del recorrido. Serán 63 km por la AS-14 bordeando primero el embalse de Salime para, después de cruzar el puerto del Palo de 1.146 m de altura, descender a Pola de Allande –imprescindible detenernos en la Nueva Allandesa- y empalmar luego con la AS-15 hasta Cangas del Narcea.

Esta siempre fue tierra de vino pero la verdad, hasta hace unos diez años que no se ha vuelto a recuperar la producción con una calidad constatada. La D.O.P. Cangas se constituyó

oficialmente en el 2008; engloba algo más de 80 ha de viñedos que se cultivan en las laderas soleadas de fuerte pendiente y con suelo pizarroso. Hay cinco bodegas inscritas en la Denominación de Origen aunque hay alguna más fuera de la D.O.P. El tipo de uva es el Albarín blanco, Albillo y Moscatel de grano menudo para los blancos y Albarín negro, Carrasquín, Verdejo negro y Mencía para el tinto, unas variedades autóctonas de las que salen vinos con una cierta acidez pero con cuerpo y aroma. En el Museo del Vino situado en el barrio de Santiso en Cangas del Narcea, podemos conocer la historia del

Un deporte curioso

Y para finalizar en Tineo se practica un juego de bolos que ha sido catalogado como los más curiosos de Europa, sobre todo por la forma de jugarlo y por lo antiguo de su práctica. El Bolo de Tineo se juega con una bola de madera que cada jugador estampa contra los 20 bolos de 16 cm apostados en una superficie ligeramente inclinada situada entre 4 y 6 metros del lanzador. La habilidad de este consiste en tirar el máximo número de bolos y a la vez, conseguir desplazar alguno de ellos a una distancia mayor de 25 m. Fuerza y destreza a partes iguales entre *culín*



y *culín* de sidra. En Tineo se pueden ver en la bolera situada en lo alto de San Roque y a la vez disfrutar con las vistas del valle.

Desde Tineo la AS-216 y la N-634 en 40 km nos pueden devolver a la costa o también, a buscar la autovía A-63 que nos conducirá hasta Oviedo y Cantabria.

vino en estas tierras desde el tiempo de los romanos hasta la actualidad con todos los procesos de producción empleados.

Cangas del Narcea es una capital de comarca que se acerca a los 5.000 habitantes. Dividida por el río Narcea su arquitectura urbana combina antiguos palacios con edificios nuevos que delatan el gran crecimiento que se produjo en los años de la minería. Interesante es pasear por la peatonal calle Mayor con diversos bares donde tomar un buen pincho –Blanco es más que recomendable- y por el barrio del Carmen al que se accede por un puente medieval. Y hablando de puentes, hay uno colgante diseñado por José Gómez del Collado que sus-

pendido por 28 cables une el centro de la ciudad con el barrio del Fuejo. Toda una experiencia pasar por él.

TERRITORIO PROTEGIDO

Los alrededores de Cangas del Narcea constituyen un territorio protegido donde campa el oso y por el que se pueden realizar todo tipo de excursiones por itinerarios señalizados. Por un lado el Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, declarado Reserva de la Biosfera, es un territorio tapizado de bosques de hoja caduca los cuales en el otoño ofrecen su mejor versión. Por el otro el bosque de Muniellos declarado Reserva Natural Integral, con una visita restringida a 20 personas diarias, para la cual es preventivo solicitar la

Al final de la ruta, cerca de Tineo, tenemos tres propuestas interesantes: Museo del Oro, Bosque de Muñalén y Museo Vaqueiro

reserva con antelación. Por su extensión constituye el mayor robledal de España y es uno de los mejor conservados de Europa. Desde el Centro de Información de Tablizas parten los dos itinerarios que se pueden realizar y por los que se accede hasta las lagunas de Muniellos. En ambos casos el desnivel a superar es de 650 m y hay que contar entre 6 y 9 horas. También podemos realizar un recorrido corto de un par de horas ida y vuelta por el sendero que acompaña al río Muniellos. Los primeros 500 m están adaptados para silla de ruedas.

EN BUSCA DEL ORO

Estamos cerrando nuestro recorrido por el occidente y ahora toca llegar hasta Tineo; la AS-15 y la AS-215 nos llevarán hasta allí después de recorrer unos 30 km. En el municipio tres sorpresas por descubrir en forma de museos: el del Oro situado en Navelgas, el del Bosque en Muñalén y el Vaqueiro en Naraval.

El río Navelgas es aurífero, eso quiere decir que bateando se pueden encontrar pequeñas pepitas de oro. Cerca del pueblo los romanos ya habían explotado una mina con la técnica Ruina Montium (disponer de agua embalsada en lo alto de la montaña, abrir galerías, prender fuego en su interior y arrojar el agua por ellas); el contraste de temperatura provocaba el derrumbe y luego

solo había que tamizar toda la tierra arrastrada, pero para ello ya había esclavos, eso sí, vigilados de cerca. En el MAO (Museo del Oro de Asturias) se puede descubrir todo eso y mucho más, como las cualidades de este metal, su relación con las distintas culturas del mundo y los concursos internacionales de bateadores que se organizan por todo el mundo, donde los de Navelgas se distinguen por su gran destreza.

A unos tres kilómetros de Navelgas, “Chuso” Jesús Pérez, ha montado lo que él llama el Museo del Bosque, un lugar donde apreciar las cualidades de la madera de cada clase de árboles, sus usos y el cuidado que merece el bosque autóctono; todo ello adquiere tintes poéticos contado por él.

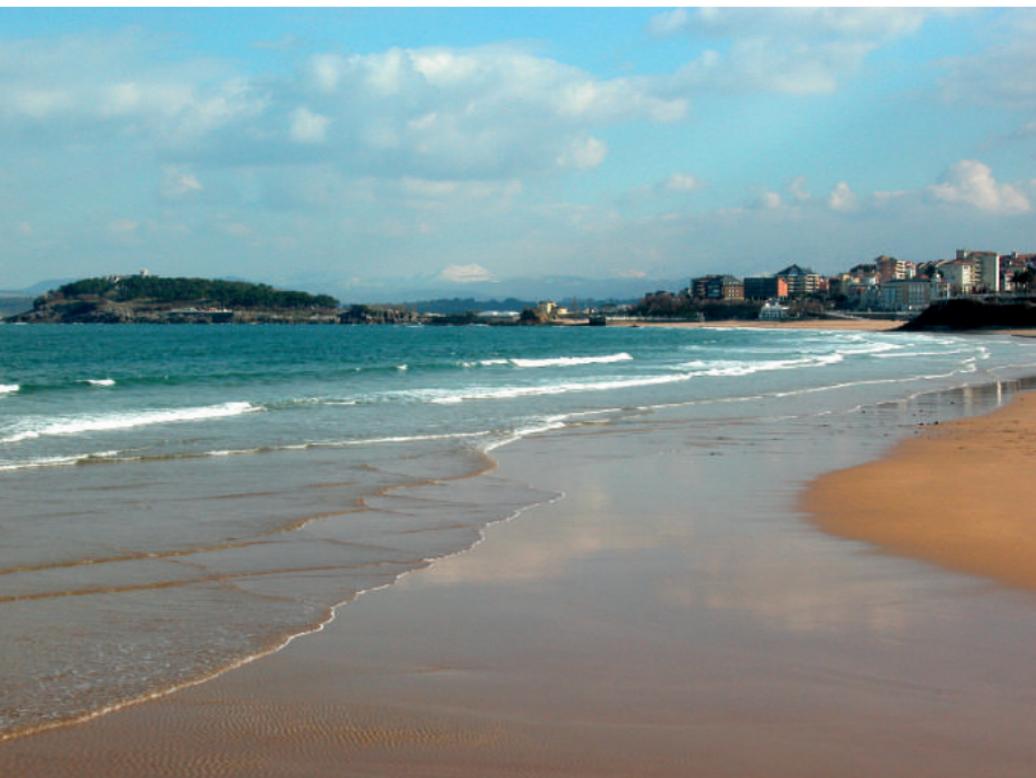
En el núcleo de Naraval, a muy poca distancia de Navelgas, la Asociación Manxelón ha organizado el Museo Vaqueiro donde se recogen todas las costumbres de estas comunidades trashumantes que cada año dejaban sus casas del llano para subir a las montañas con el ganado en busca de pastos. De costumbres cerradas, los vaqueiros de alzada se desplazaban con todas sus pertinencias. Su forma de vestir y sus ritos han hecho correr ríos de tinta a antropólogos y estudiosos de la materia. Junto al museo se reproduce una casa típica con todos sus enseres.





CANTABRIA

La costa occidental cántabra es una sucesión de pueblos encantadores. En el interior, paisajes protegidos y cuevas extraordinarias



Paisajes en azul y verde

El occidente de Cantabria, empezando por la costa y terminando en los valles pasiegos, es un compendio de playas solitarias, pueblos pintorescos y verdes valles de tradición rural

Santander puede ser un buen punto de partida para iniciar un recorrido por el occidente de Cantabria. La capital reúne todos los ingredientes que se le pueden pedir a una ciudad como destino turístico para el verano: patrimonio monumental, buenas playas y zonas de ocio con bares tradicionales junto con otros de moderno diseño. En este sentido, en el interior del mercado del Este se han habilitado diversos espacios ideales para tomar un bocado.

AIRE COSMOPOLITA

Santander siempre ha sido un destino para las vacaciones unido a un cierto aire cosmopolita. Buena culpa de ello la tienen su hermosa bahía y el Paseo de Pereda, que mira al mar junto con la playa del Sardinero, donde ya en el siglo XIX se practicaban los llamados 'baños de ola'. En el interior de la ciudad, la catedral con su cripta es de visita obligada, así como la península de la Magdalena, espacio verde rodeado de mar convertido

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

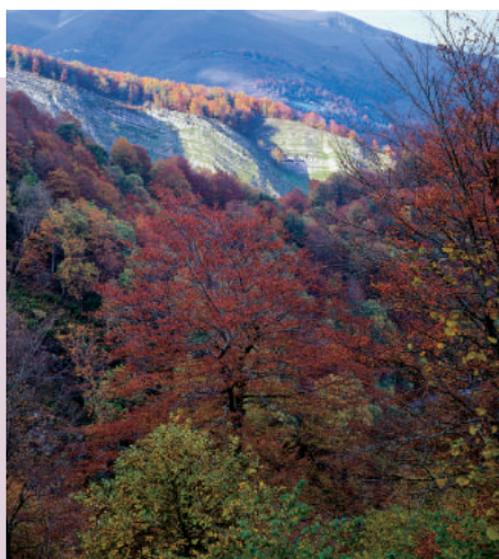
Desde Bilbao se puede llegar a la capital de Cantabria por la autovía A-8 que sigue por el interior camino de Asturias. Para ir descubriendo pueblos y playas lo mejor es utilizar la CA-131 que nos deja cerca de San Vicente de la Barquera. Para visitar los valles del Nansa y Saja, hay que tomar en Pesués la CA-181, en Puenteansa la CA-182 y luego las CA-815 y CL-610 que nos llevarán a descubrir el valle de Cabuérniga y Bárcena Mayor.

GASTRONOMÍA

La cocina de Cantabria se basa en los buenos productos tanto del mar como del interior, sin demasiados aderezos para no enmascarar su calidad. Uno de los platos más populares es el cocido montañés, aunque en pescados tienen fama el besugo, las anchoas o los bocartes a la cazuela y en carnes un buen chuletón de buey o ternera o algún guiso de carne de caza como el venado. De postres la leche frita y en el Valle del Pas, imprescindible la quesada y el *sobao* pasiego.

PARQUE NATURAL SAJA BESAYA

Cuenta con un centro de interpretación que por medio de paneles, maquetas, vitrinas y audiovisuales nos permiten conocer los valores florísticos, faunísticos, geomorfológicos y paisajísticos de este espacio. El Centro, enclavado en medio de los Bosques de los Tojos, es a su vez el centro de referencia de una amplia gama



de rutas guiadas por el Parque, que realizan durante todo el año por medio de un equipo de guías especializados. (www.turismodecantabria.com/disfrutala/recursos-naturales/25-parque-natural-saja-besaya)

EL MUSEO DEL NANSA

Muestra la forma de vida en el mundo rural a través de varias salas con paneles fotográficos, textos, videos, objetos antiguos, etc. En el edificio donde se ubica el museo hay ocho salas que repasan los aspectos más representativos del valle: artesanía, fauna y flora, los bolos, el folclore, las cuevas, la gastronomía o los aprovechamientos del agua (www.lospicayos.com/museo.php)

MÁS INFORMACIÓN

www.turismodecantabria.com
<http://museodealtamira.mcu.es>
www.zoosantillanadelmar.com
<http://cuevas.culturadecantabria.com>



en un museo al aire libre formado por tres galeones, réplicas de los que empleara Orellana en el descubrimiento del Alto Amazonas. Fueron construidos con espíritu romántico por Vital Alsar en 1977 para la expedición que recordó dicha hazaña. Junto a los galeones se encuentra la réplica de 'la Balsa' con la que atravesó en el año 1970 todo el Pacífico -8.550 millas- con cuatro tripulantes, en un tiempo de 161 días. En este espacio al aire libre hay también un pequeño zoo integrado en el mar Cantábrico, donde tienen su hábitat los leones marinos y pingüinos del cono sur africano que harán las delicias de los más pequeños.

Otro lugar interesante para todos los públicos es el Museo Marítimo del Cantábrico. Dos grandes esqueletos de ballena nos dan la bienvenida, mientras que en el interior, maquetas de barco, objetos de navegación, artilugios de pesca y un gran acuario hacen que la visita sea sumamente interesante.

Si queremos darnos un remojón, Santander cuenta con un buen número de playas, la mayoría de ellas avalladas con la bandera azul. También

Derecha arriba: Paseo de Pereda, en Santander *Abajo:* Esqueleto de ballena en el Museo Marítimo de Santander

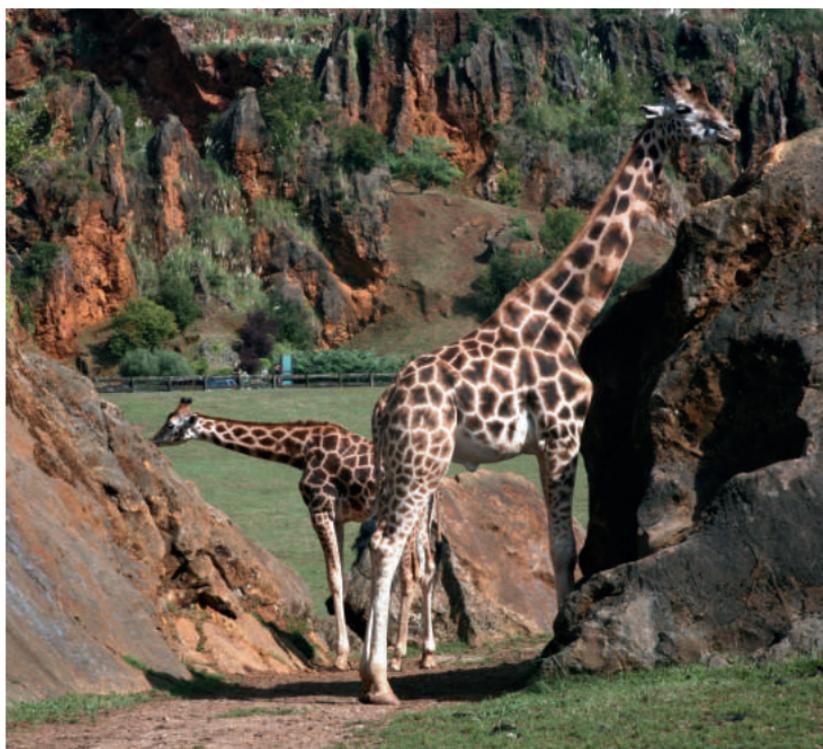
Santander es una ciudad señorial que posee unas magníficas playas y con un interesante patrimonio monumental

podemos coger una embarcación para ir hacia Pedreña, Somo y las playas del Puntal, para además de disfrutar con la vista del frente marítimo de la ciudad, acceder a unas playas mucho más tranquilas.

CAMINO DE LA COSTA

Liencres se ha convertido con los años en un importante centro turístico y residencial. Aunque su casco urbano tiene algunas construcciones interesantes, el municipio es más conocido por su paisaje dunar en la desembocadura del río Pas. El río





ANIMALES EN LA MINA

Parque de Naturaleza de Cabárceno

Al sur del macizo de Peña Cabarga, a unos 17 km de Santander, se encuentra esta reserva de animales con especies en peligro de extinción.

Son más de cien especies en régimen de semi-libertad: cebras, jirafas, tigres, hipopótamos, osos, elefantes, monos, entre otros, que se mueven a sus anchas en lo que fue una antigua mina a cielo abierto que mantiene unas formaciones geológicas sorprendentes.

Más de 20 km de carreteras surcan el parque de Cabárceno. Son itinerarios señalizados que se realizan sin guía, en coche, a pie o en bicicleta. Están pensados para poder acercarnos a la

naturaleza y ver de cerca los animales además de una gran variedad de especies vegetales. El circuito botánico nos lleva por sendas próximas a algunos de los recintos de animales más visitados.

Por todo el parque existen numerosas zonas de aparcamiento y sendas que permiten descubrir rincones de gran belleza, desfiladeros, lagos y caprichosas formas rocosas.

Dentro del parque disponemos también de restaurantes, tiendas y un área de pic-nic.

www.parquecabarceno.es

Derecha: Talleres para jóvenes en la Cueva de Altamira. Abajo:

Las pinturas de Altamira son una de las mejores colecciones de arte rupestre



Besaya se une al Saja para verter sus aguas en el mar Cantábrico formando la ría de Suances que ya en épocas pretéritas utilizaron los romanos. Su costa, formada por los acantilados de la punta del Dichoso y Tagle, además de las playas de Los Locos y de El Sable, esconden parajes de gran belleza.

Hacia el interior, **Santillana del Mar**, declarado Monumento Histórico Artístico mantiene todo el sabor de una villa medieval con calles empedradas, torreones, casas-palacio y

la espléndida colegiata de Santa Juliana, románica del siglo XII. No muy lejos de la población, las **cuevas de Altamira** conservan una de las mejores colecciones de arte rupestre del cuaternario. La que se conoce como 'Capilla Sixtina de arte rupestre' tiene una réplica idéntica para evitar el deterioro de las pinturas rupestres de la cueva original. En la Neocueva se reproduce con exactitud la cueva y sus pinturas; en su bóveda hay más de veinte representaciones de bisontes, caballos, jabalíes y una cierva de más de dos metros de longitud. Antes

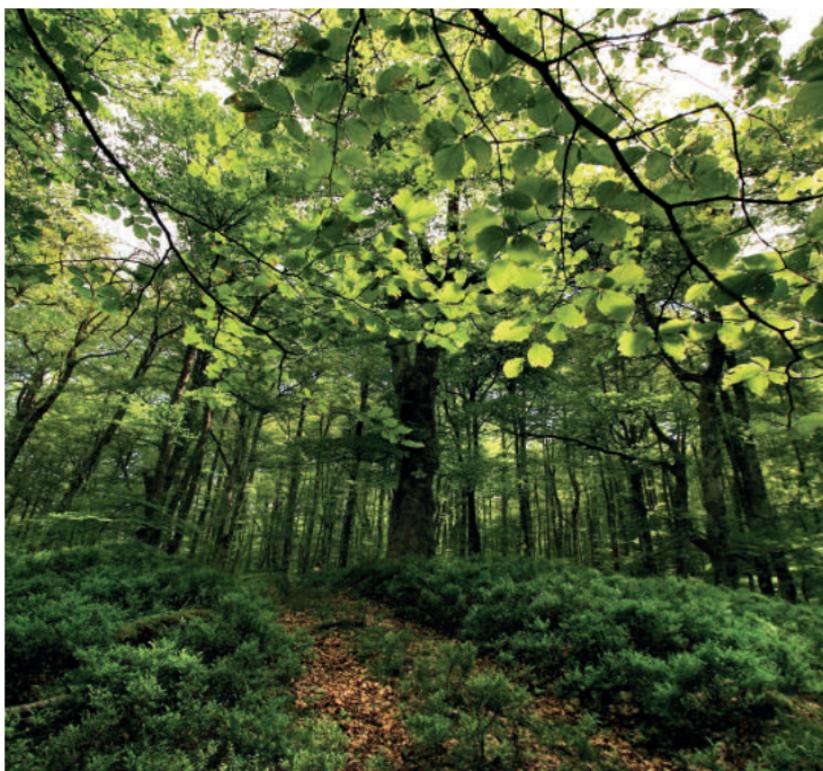
de entrar en la Neocueva, es obligado recorrer la exposición sobre cómo era la vida de Altamira en otros tiempos y ver la mejor colección arqueológica del Paleolítico Superior de la Península. Además, hay programas para que los más pequeños puedan aprender jugando.

Santillana del Mar cuenta con un zoo que gracias al esfuerzo de su progenitor José Ignacio Pardo de Santaya, ha conseguido reunir un buen número de fauna de los cinco continentes; felinos, aves, reptiles, insectario tropical y acuario, en un magnífico entorno con abundante vegetación, tiendas y restaurante. Se pueden visitar a los animales, participar en las actividades y hasta convertirnos en

cuidadores de algunas especies por un día. Resulta muy divertido cuando los pequeños monos vienen a comer de tú mano.

De nuevo en la costa de Comillas, a pesar de tener un puerto pesquero, se distingue por su aire aristocrático. Fue población vinculada al veraneo de los reyes de España y, además de un cuidado casco antiguo, una de las construcciones más sorprendentes es la Universidad Pontificia, obra neogótica con influencia mudéjar. En el palacio de Sobrellano (s. XIX) destaca el mural de la entrada y a su lado se halla la capilla neogótica de los marqueses de **Comillas**. La obra es de Martorell, los muebles de su interior diseñados por Gaudí y los





mausoleos de mármol esculpidos por Llimona y Vallmitjana. Otro de los edificios emblemáticos de la localidad es El Capricho, obra que ejecutó Antoni Gaudí entre 1883 y 1885.

UN VERDADERO ECOMUSEO

Al cruzar el río del Escudo hemos penetrado en la comarca de Saja-Nansa, la última del occidente cántabro que posee costa. Está situada entre la franja costera que se extiende desde San Vicente de la Barquera hasta Unquera -población limítrofe con las tierras asturianas- y las sierras Escudo de Cabuérniga, Bárcena Mayor, Cordel y Peña Sagra. Comprende los valles del Nansa, Saja y Cabuérniga y es una zona con personalidad que conserva todo su valor ecológi-

Izquierda: Comillas Arriba: Hayedo en el Parque Natrual Saja-Besaya

co con los espacios protegidos del **Parque Natural de Oyambre** y su sistema de dunas, además del **Parque Natural Saja-Besaya** que engloba las cabeceras del río Saja y sus afluentes, así como algunos valles de la cuenca del Besaya. Es un territorio que incluye algunos de los mejores bosques de Cantabria con una importante fauna de ciervos, corzos, jabalíes y rebecos.

San Vicente de la Barquera es una villa marinera que combina el valor de su patrimonio con la imagen de destino turístico. Ocupa un lugar estratégico y conserva vestigios desde la época altomedieval, con muralla,

Los valles del Pas y Saja conservan todos los valores naturales con poblaciones de marcado sabor rural

fuerte e iglesia ubicadas en un lugar elevado y fácil de defender. Desde el puerto, el colorido de los cascados de las barcas de pesca rompen con la austeridad de las piedras históricas. La población también presume de una de las mejores playas de toda la costa cantábrica, con casi tres kilómetros de largo y una anchura media de 40 metros. Rodeada de prados, desde la arena blanca destaca la figura del puerto y la villa de San Vicente, y el impresionante macizo de los Picos de Europa en el fondo cerrando el horizonte.

Hacia el interior extensos prados donde pasta el ganado están rodeados de bosques de roble, haya y abedul que ponen la nota de color según

la época del año. Curiosa resulta la imagen de la vaca tudanca, autóctona de esta zona, con sus largos y afilados cuernos. Es un mundo rural que apenas ha cambiado con el paso del tiempo.

Dos núcleos urbanos han sido declarados Conjunto Histórico-Artístico; **Tudanca** y **Bárcena Mayor** conservan todas las características de la arquitectura tradicional con diversos artesanos que aún trabajan la madera. A ellos se une **Carmona**, villa de noble pasado que se encuentra al pie de la sierra del Escudo de Cabuérniga, entre los valles de Nansa y Saja. La mayoría de sus casonas conservan los escudos nobiliarios en la fachada.

SAL, AGUAS TERMALES Y VALLES PASIEGOS

De vuelta hacia Santander, **Cabezón de la Sal** es de parada obligada. Toma su nombre de la actividad principal que ejerció durante siglos y fue lugar de paso hacia Castilla. Esta población cuenta con un importante patrimonio histórico-artístico con multitud de edificios dignos de mención repartidos entre los núcleos próximos. Uno de ellos es la casa-palacio de Pedro de Ygareda situada en Carrejo, convertida actualmente en Museo de la Naturaleza de Cantabria.

Izquierda: Balneario de Puente Viesgo, dotado de unas magníficas instalaciones





Cuando llegamos a **Torrelavega** nos damos cuenta de la importancia que tuvo esta población como núcleo industrial. Aguas arriba del Besaya nos acercamos a la localidad de **San Felices de Buelna** con el balneario de las Caldas de Besaya, cuyas aguas cuentan que están indicadas en los tratamientos de ciática. Si nos adentramos por el valle del Pas, en **Puente Viesgo** tenemos otro balneario famoso por sus aguas con modernas instalaciones. Cerca de él, las cuatro **cuevas del Monte Castillo** rivalizan en importancia con la de Altamira. Sólo están abiertas al público las de El Castillo y Las Monedas y

Arriba: La población de Tudanca está declarada Conjunto Histórico-Artístico

en ellas también vivió el hombre prehistórico. La cueva de El Castillo es uno de los conjuntos de arte rupestre paleolítico más significativos de Europa. Su interior, con numerosos grabados, dibujos y pinturas, y excepcionalmente escultura con aprovechamiento de relieves naturales, representa un verdadero monográfico del arte rupestre paleolítico ejecutado por los primeros Homo sapiens (entre 20.000 y 18.000 aC). La cueva de las Monedas situada a 675 metros de la anterior, debe su nombre



Izquierda: Los Valles Pasiegos conforman uno de los paisajes mejor conservados de Cantabria. **Abajo:** El Capricho, en Comillas, es obra de un joven Gaudí



La Cueva del Soplao es una maravilla de formaciones naturales y Monte Castillo, un conjunto de ‘templos’ del arte rupestre

a la localización de 20 monedas de la época de los Reyes Católicos que alguien escondió en una sima.

Las cuencas de los ríos Pas, Pisueña y Miera conforman un paisaje siempre verde con valles intrincados, extensos pastizales entre montañas y gentes de carácter reservado debido en parte a la incomunicación sufrida

hasta hace bien poco. Los pasiegos han sido básicamente pastores trashumantes, de aquí las cabañas diseminadas por el paisaje que les han servido de hábitat. El valle del Miera, con angostas gargantas excavadas en la roca por el río, es el más cerrado de toda la región, mientras que el río Pas con sus pozas naturales, es el más salmonero de toda Cantabria.



CUEVA DEL SOPLAO

Un mundo mágico bajo tierra

En el Valle del Nansa, cerca del pueblo de Rábago, toda la magia del mundo subterráneo nos espera en esta cueva que se abrió al público en el año 2005.

Luz y sonido entre un mar de formaciones como estalactitas, estalagmitas, excéntricas, coladas y columnas, nos dejaran embelesados durante la visita.

El Soplo, que fue descubierta a principios del siglo XX, está considerada una de las grandes maravillas de la geología. Para los más intrépidos, se ofrece

una fantástica manera de conocer en profundidad el mundo subterráneo.

Una ruta de 3 km (2.30 h) en la que los visitantes recorren las galerías de Campamento, el Órgano y el Bosque, entre otras, pasando por el suelo original y zonas menos accesibles de la cavidad.

La organización proporciona el equipo adecuado (casco con luz, buzo y botas de agua). Una experiencia que asombra por la variedad de formaciones y por la diversidad de espacios que se visitan (www.elsoplo.es)



RIBERA NAVARRA

*En esta Comunidad hay
tres territorios claramente
diferenciados: Pirineos,
Zona Media y Ribera*



Ribera navarra y Bardenas, contraste de colores

Desde Pamplona hasta la Ribera, un recorrido que nos llevará a descubrir iglesias románicas, castillos perdidos en el tiempo, monasterios de la Orden del Cister y el contraste entre el verde de la huerta y los ocre de las Bardenas Reales.

La capital de Navarra es un buen lugar para empezar la ruta. La ciudad cada día nos sorprende con nuevas propuestas. Al casco antiguo que se articula alrededor de la plaza del Castillo y a los numerosos espacios verdes que atesora la ciudad, se unen ofertas culturales sumamente interesantes.

LA PLAZA DEL CASTILLO, CORAZÓN DE LA CIUDAD

Desde esta plaza parten las calles más emblemáticas. Desde principios del siglo XIV acogió todo de tipo de celebraciones, torneos, justas y corridas de toros y ahora es el lugar preferido por los pamplonicos para pasear y relajarse en las numerosas



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Hasta Pamplona, si venimos del País Vasco por la autovía A-68 y desde el sur por la autopista AP-15. Desde Pamplona a Cortes por el itinerario propuesto, son unos 200 km de carreteras locales y comarcales.

GASTRONOMÍA

Ruta de pinchos por el casco viejo de Pamplona con verdaderas creaciones culinarias. La Semana del Pincho que acostumbra a celebrarse a finales de marzo primeros de abril, es una buena prueba de esta cocina en miniatura y los pinchos premiados en cada establecimiento gozan de gran popularidad durante una larga temporada

www.semanadelpincho.es

Verduras de la Ribera: alcachofas con jamón, cardo con almendras, alubias con almejas y el 'Feo de Tudela' un tomate particular que bien aliñado



está buenísimo. No olvidar los vinos de Navarra y no sólo los rosados, los tintos le están ganando protagonismo. Las monjas del monasterio de Ntra Sra de la Caridad en Tulebras, elaboran unas pastas excelentes.

MÁS INFORMACIÓN

En Pamplona, la Oficina Municipal de Turismo se encuentra junto a la plaza Consistorial, en la calle San Saturnino, 2 (edificio de casa Seminario).

Tel. 948 420 700.

www.turismo.navarra.es

www.turismodepamplona.es

www.tudela.es/turismo

terrazas de los bares. A la plaza asoman edificios tan emblemáticos como el Café Iruña, el hotel La Perla y el Palacio de los Goyeneche, peculiar edificio de concepción barroca. La Glorieta que preside en centro de la plaza data de 1943 y es uno de los símbolos de la ciudad. En uno de sus ángulos, la escultura de Jorge Oteiza,

Izquierda: Plaza del castillo en

Pamplona, con una escultura de Jorge

Oteiza

Unidad triple y liviana invita a la reflexión, mientras cerca, el rey Carlos III el Noble, mira con asombro.

Precisamente de este lugar, en cuyos inicios se encuentra el Palacio de Navarra (sede de la Diputación Foral) y el Teatro Gayarre, parte la avenida de Carlos III, uno de los grandes ejes comerciales de la ciudad. A la derecha, el Paseo de Sarasate presidido por el edificio del Parlamento y el monumento a los Fueros, forma par-



te del primer Ensanche de la ciudad que tuvo lugar en 1888.

LA CALLE MÁS FAMOSA DE ESPAÑA

Las calles de la Estafeta, Mayor y de la Zapatería conforman el entramado urbano más notable del casco antiguo. La calle de la Estafeta discurre muy cerca de la Plaza del Castillo y

es con toda probabilidad una de las calles más conocidas de España. De trazado rectilíneo, por ella es el último tramo que recorren los toros en sanfermines antes de dirigirse a la Plaza de Toros. La calle está llena de tiendas de recuerdos, bares para tomar un buen pincho, churrerías y un largo etcétera que la convierten en una de las calles más transitadas de Pamplona.

Pamplona combina numerosos espacios verdes con importantes monumentos y la costumbre de 'ir de pinchos'

Derecha: Casa Consistorial, en la unión de los tres burgos que forman Pamplona

Abajo: Exposición Occidens junto a la catedral



La Calle Mayor es el eje de la ciudad histórica y fue la calle principal tras la unión de los tres Burgos fundacionales de la ciudad en 1493. Comunica la Plaza Consistorial con la iglesia de San Lorenzo, donde se encuentran las reliquias de san Fermín, pasando por la iglesia de San Saturnino o San Cernin. Por él transitaban y transitan los peregrinos y a la calle asoman diversos palacios y casas nobles que con sus blasones nos hablan de la pujanza económica en el siglo XVIII. En el primer piso del Palacio del Condestable hay un museo dedicado al músico Pablo Sarasate. La calle de la Zapatería fue una arteria de gran importancia en el siglo

XVIII como lo constatan los numerosos palacios y casas blasonadas que asoman a la vía pública. Uno de ellos es el Palacio de los Navarra Tafalla, una muestra de la arquitectura señorial barroca que data de la segunda mitad del siglo XVIII. Otro ejemplo lo tenemos en el Palacio Guenduláin, actualmente convertido en hotel.

CULTURA Y ESPACIOS VERDES

No debemos olvidar que Pamplona fue ciudad amurallada y algunas de sus defensas se han conservado en muy buen estado hasta convertirse en espacios de ocio. Tal es el caso de la Ciudadela en el centro de la



SENDA VIVA

De todo y para todos

Animales en semi-libertad, atracciones, espectáculos, actividades, todo para pasar una jornada divertida.

Más de 800 animales de 200 especies distribuidos en nueve sendas, para que puedas observarlos de cerca; treinta atracciones para todos los públicos, desde tiovivos para los más pequeños hasta tirolinas y vagonetas que se deslizan por railes para los más aventureros; espectáculos de

circo y vuelo de rapaces además de la posibilidad de interactuar con algunos animales.

Todo esto y mucho más cerca de la localidad de Arguedas, junto al espacio natural de Bardenas Reales, a muy poca distancia de Tudela.

Crta. Virgen del Yugo s/n. Tel. Arguedas. Tel. 948 088 100. www.sendaviva.com

La Valdorba, a muy pocos kilómetros de Pamplona, guarda el mejor románico de la Comunidad Navarra

ciudad, el paso de ronda que recorre la muralla que rodea Pamplona por el norte o el Fortín de San Bartolomé reconvertido en Centro de Interpretación de las Fortificaciones de Pamplona.

La capital navarra también podría denominarse ciudad verde por la cantidad de parques, jardines y plazas arboladas que se incorporan a su entramado urbano y que ocupan aproximadamente el 20% del término municipal. El río Arga rodea la urbe por el norte creando un parque fluvial por donde discurre el Camino de

Santiago. La recuperada Ciudadela, eximida de sus funciones militares se ha convertido en el gran pulmón de la ciudad junto con el coqueto Parque de la Taconera, el romántico de la Media Luna y el Parque Yamaguchi de concepción mucho más moderna. Junto a la catedral de Santa María, precioso templo de concepción gótica, el museo diocesano ha sido



Superior: Figura de Hemingway en el café Iruña
Arriba: La localidad de San Martín de Unx destaca encima de un montículo **Derecha:** Interior de la catedral de Pamplona

transformado y acoge una propuesta muy bien articulada. Occidens es un viaje por la civilización occidental desde la Edad Antigua hasta la actualidad y todo a partir de las excavaciones realizadas en la misma catedral que han permitido descubrir los orígenes de la ciudad. También vale la pena acercarse hasta el Museo de Navarra, tanto por el edificio donde está ubicado como por las colecciones y dar una vuelta por el interior de la Ciudadela convertida en un magnífico parque verde.

RUTA DE HEMINGWAY

Ernest Hemingway, escritor y novelista estadounidense fue un enamorado de Pamplona y los sanfermines motivo por el cual, la ciudad le dedica una ruta.

Llegó a Pamplona por primera vez, el 6 de julio de 1923 en calidad de corresponsal en Europa del semanario canadiense Toronto Star. Sus crónicas

Abajo: En Pamplona los inviernos pueden ser rigurosos.



Pamplona para los más pequeños

Para niños y niñas, descubrir una ciudad amurallada con todos los alicientes que ello conlleva ya puede representar un juego muy divertido y más, si cuando visitamos el Fortín de San Bartolomé, podemos hacernos una foto representando un soldado de la época o cuando paseamos por los Jardines de la Taconera y nos asomamos a los fosos de la murallas, vemos como ciervos, patos y pavos reales se han convertido en sus habitantes.



Otro de los alicientes es visitar el Planetario situado en el parque Yamaguchi y sin movernos del asiento, contemplar los misterios del universo en una cúpula de veinte metros de diámetro, una de las más grandes del mundo.

cas periodísticas y su novela “Fiesta” favorecieron la divulgación internacional de las fiestas de San Fermín. Hemingway fue galardonado en 1954 con el Premio Nobel de Literatura. Visitó los Sanfermines en un total de nueve ocasiones; la última de ellas en 1959. Se suicidó en el año 1961 en vísperas de los Sanfermines y cuentan que él personalmente anuló la reserva en el Hotel La Perla al que acudía regularmente para ver la fiesta.

La ruta recorre los lugares que Hemingway hizo más populares, o porque los visitaba personalmente o porque los incluyó como escenarios en sus novelas. Entre ellos destacan el Café Iruña en la Plaza del Castillo, donde en el bautizado como Rincón de Hemingway podemos verle de cuerpo entero apoyado en la barra y el Gran Hotel La Perla muy cerca del

anterior, donde se conserva la habitación tal como la ocupaba el escritor. Otros lugares habituales son el bar Txoko, al que solía acudir antes y después de las corridas de toros; el hotel Quintana -hoy desaparecido- que hizo famoso en su novela *La Fiesta*, así como el Café Bar Torino transformado actualmente en el Windsor Pub. Numerosos rincones de la ciudad recuerdan anécdotas del popular escritor muy dado a la bebida y a cortejar guapas mujeres. Junto a la Plaza de Toros, en el callejón de entrada, un busto y el nombre del paseo recuerdan su afición por la fiesta taurina.

EL ROMÁNICO DESCONOCIDO

A escasa media hora de Pamplona la **Valdorba** es un valle que pasa desapercibido hasta para muchos nava-

Bardenas Reales es un espacio natural único en España, con multitud de itinerarios para ir en bicicleta de montaña

rros y eso que aglutina el mejor románico rural que podamos encontrar en la Comunidad Navarra. Pequeños pueblecitos de noble pasado que antaño defendían el paso hacia Pamplona, ahora se han convertido en un oasis de bienestar entre piedras históricas. Orisoaín en el centro del valle, esconde un magnífico tesoro en el interior de la iglesia de San Martín de Tours. Debajo del altar mayor, una pequeña cripta de origen prerrománico deja pasar un rayo de luz coincidente con los solsticios de primavera y otoño. El haz luminoso recorre durante varios días las viejas piedras y el 28 de agosto, día de san Agustín,

la luz se detiene en una piedra distinta de todas las demás lo que da origen a numerosas conjeturas.

Muy cerca de Orisoaín, a la ermita románica del Santo Cristo de Cataláin acuden todas las gentes del valle en romería. San Pedro de Etxanove al norte del valle, es otra de las iglesias que no debemos dejar de visitar, sobre todo por la lectura de su portada muy bien decorada y por los canecillos que adornan la techumbre, toda una profecía hecha piedra. En Irache se conserva un hórreo prerrománico de piedra que se sustenta sobre arcos y en Olleta, en el interior de la iglesia de la Asunción hay unos capiteles historiados dignos de ver.

DE CASTILLOS Y MONASTERIOS

La Valdorba está formada por dos valles paralelos y la comunicación entre ambos puede hacerse por la pista cementada que va de Orisoaín hasta Olleta pasando por Bézquiz y recorriendo las carreteras locales NA-5161, 5162 y 5110. De Olleta cruzaremos el Alto de Lerga coronado por numerosos aerogeneradores y al llegar a la NA-132 iremos hacia **San Martín de Unx**, localidad en lo alto de la cual destaca el templo románico de San Martín de Tours, mientras que

Izquierda: Monasterio de Santa María la Real en Fitero





Arriba: Templo Románico dedicado a San Martín de Orisoain (Valdorba)

en la parte baja se encuentra la iglesia de Ntra Sra del Pópulo de estilo gótico. Nuestro trayecto prosigue por la NA-5310 y 5311 que en continuado descenso nos llevarán hacia el valle del río Aragón. Per antes pero, es obligado detenerse en el **mirador de Ujué** para hacer una foto a este bello conjunto medieval. Dejamos atrás el monasterio cisterciense de la Oli-va y cruzamos la N-121 y la autopista AP-15 para hacer parada en **Marcilla**. En el centro de la población el rehabilitado castillo parece sacado de un cuento. Cruzamos el río Arga antes de llegar a Funes y desde aquí, por la NA-115 nos dirigiremos hacia **Corella** cruzando una porción la La Rioja. La bautizada como ciudad del

barroco hace gala de este estilo en los palacetes y templos que pueblan el casco antiguo. La NA-160 y 161 nos lleva a **Fitero** donde el monasterio de Sta M^a la Real fue el primer cenobio cisterciense levantado en la península ibérica. De grandiosas proporciones, de aquella construcción del siglo XII solamente se conserva la iglesia junto con el claustro y sala capitular, habiendo sido transformadas en dependencias municipales el resto de los edificios. Para los amantes del termalismo, Baños de Fitero a escasos 6 km, es el lugar adecuado para tomar las aguas.

LA RICA HUERTA

Desde Fitero, 17 km nos separan de **Cascante** por la NA-6900. En esta población es obligado subir hasta la

Derecha: Las Bardenas Reales conforman un paisaje único en España
A la derecha Típicos 'castilletes' **Abajo:** Paso del Ebro, rodeado de huertas, cerca de Tudela.



basílica del Romero para disfrutar con la vista y contemplar el singular Via Crucis porticado. **Tudela**, la capital de la Ribera se encuentra a un tiro de piedra. El casco urbano gira alrededor de la popular Plaza de los Fueros. Con su glorieta central es punto de encuentro y lugar de celebraciones de los tudelanos. En el casco antiguo destaca su catedral, de la que no hay que perderse su visita al claustro, como tampoco hay que dejar de hacer un recorrido gastronómico por los bares para comprobar porque tiene tanta fama la huerta tudelana. Y para completar la ruta nos queda la visita a **Cortes**. Siguiendo el río Ebro la NA-126 nos acercará a esta población en medio de la cual destaca su castillo del siglo XII. Los jardines se han con-

vertido en un bello parque para uso y disfrute de todos, incluidos los patos que nadan a sus anchas.

BARDENAS REALES

Cerca de Tudela, al SE de Navarra, se extiende un vasto territorio semi-desértico y despoblado de más de 40.000 ha, cuyos paisajes singulares han sido protagonistas en múltiples películas y spots publicitarios. La formación geológica y su posterior erosión ha creado unas formaciones calizas con estratos más duros que terminan formando cabezos, montículos de tierra coronados por un sombrero de roca. El más singular y por ende, el más fotografiado, es el Cabezo de Castildetierra al que se llega por pista desde el Centro de In-



formación cerca de Arguedas, donde un mirador permite visualizar gran parte del espacio bardenero. Declarado parque natural y reserva de la Biosfera, en su interior sobrevive un polígono de tiro del ejército. La circulación en vehículo sólo está permitida en determinados lugares; uno de ellos es la pista de tierra compactada que rodea el polígono de tiro. Son unos 30 km de paisajes espectaculares que vale la pena recorrer.





VALLE DEL LOIRA

*El glamour de Francia en
un escenario Patrimonio
de la Humanidad*



Castillos del Loira

El Loira (Loire en francés) con algo más de mil kilómetros de recorrido es uno de los ríos más largos de Francia y también uno de los que está rodeado de mayor nobleza. Castillos y palacios nos remiten a la 'grandeur' de la Francia de los siglos XIV al XVI

El Loira nace en el Macizo Central y desemboca en el Atlántico formando un amplio estuario. Desde Orleans, ciudad histórica situada a 130 km de la capital francesa, hasta la desembocadura el Loira recorre 450 km entre viñedos salpicados de esplendrosos palacios. Es lo que se conoce como Valle del Loira, del cual 280 km están inscritos en la lista del Patrimonio de la Humanidad por la diversidad biológica de su paisaje, así como por su patrimonio histórico y cultural.

La importancia del Loira no sólo viene dada por sus dimensiones, sino porque a lo largo de su recorrido, entre Orleans y Nantes, los reyes y la nobleza francesa fueron levantando imponentes construcciones donde agasajaban a sus invitados, cazaban y practicaban sus aficiones favoritas. En sendos reportajes vamos a describir una ruta interesante que nos permitirá en una semana de vacaciones o en dos largos fines de semana, gozar con uno de los pai-

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Una buena red de autopistas recorre el suroeste de Francia. Desde San Sebastián hasta Orleans tenemos 700 km. Otra posibilidad es llegar a París en avión y allí alquilar un vehículo ya que Orleans se encuentra a 133 km de la capital francesa. El presente itinerario tiene unos 150 km por buenas carreteras.

DÓNDE COMER Y DORMIR

La Feuillaie es una casa de turismo rural en el pueblo de Saint-Ay, cerca de Orleans que Véronique y Philippe han convertido en un acogedor alojamiento personalizado con numerosos objetos. Cocina espectacular a cargo del propietario www.lafeuillaie.com

Le Saint-Honoré es un restaurante en Tours en el que Benoit Pasquier ejerce en los fogones con gran acierto. En el subterráneo, una cava de época romana guarda las mejores cosechas www.lesainthonoretours.fr/sainthonore/.

ENOTURISMO Y BICICLETA

El Valle del Loira, que se incluyó como paisaje cultural vivo en las listas del Patrimonio de la UNESCO, presenta una gran extensión de viñedos con unas 50 Appellation d'Origine Contrôlée.

Entre Tours y Blois los vinos de la región de Touraine cuentan con diversas AOC. Elaborados mayoritariamente con cepas Chenin blanc y Cabernet blanc para los vinos



blancos, tienen en estos su mayor fama y producción. Un buen lugar para degustarlos, además de las distintas bodegas, es la cava-bar Les bec à vin en Orleans. (www.becsavin.com) www.vinsvaldeloire.fr

La bicicleta es un buen medio para descubrir tranquilamente este paisaje. Hay un programa especialmente diseñado para los amantes del pedaleo con 800 km de rutas señalizadas, numerosas empresas que además de alquilar las bicicletas te llevan el equipaje. www.loire-a-velo.fr

PARA LOS MÁS PEQUEÑOS

La Casa de la Magia en Blois (www.maisondelamagie.fr), Mini Chateaux en Amboise, un parque que agrupa 45 maquetas de castillos en miniatura (www.decouvrez-levaldeloire.com) y la Pagoda de Chanteloup, a poca distancia de Amboise, con juegos muy divertidos (www.pagode-chanteloup.com).

MÁS INFORMACIÓN

www.visaloire.com
<http://es.blois.fr/306-descubrir-blois.htm>
www.tourisme-orleans.com www.orleans.fr
www.tours-tourisme.fr
www.abbayedefontevraud.com



sajes mejor valorados del territorio francés. Mientras los adultos quedamos embelesados por las lujosas estancias de una época que pretendía deslumbrar a medio mundo, los más pequeños podrán hacer volar la imaginación rememorando fiestas llenas de malabarismos, justas entre caballeros, danzas llenas de armonía además pasear en barca por los lagos que rodean míticos palacios.

ORLEANS, LA CIUDAD DE JUANA DE ARCO

El inicio de esta larga ruta la podemos situar en **Orleans**. En esta ciudad la imagen de Juana de Arco está presente en todos los rincones y cada año se le dedica una fiesta que empieza el 29 de abril. El rehabilitado casco antiguo siempre guarnecido con flores, invita al paseo. Los tranvías, con la línea eléctrica soterrada, transitan

Fachadas de ‘colombage’ en los cascos antiguos y castillos cerca del río, elementos presentes a lo largo del recorrido

Abajo: Casas de ‘colombage’ en el casco antiguo de Orleans

Derecha: Interior del castillo de Meung-sur-Loire, reflejo de la vida de la nobleza. **Abajo-derecha:** Catedral de Orleans, de estilo gótico.



por la Rue Jeanne d'Arc desde la que se obtiene una bonita perspectiva de la catedral de la Sainte Croix del siglo XIII. Cerca de ella se puede visitar el Hôtel Groslois, edificio del siglo XVI que fue sede del Ayuntamiento y actualmente se utiliza para bodas civiles y recepciones. En el otro extremo de la ciudad, en la plaza del General de Gaulle, encontraremos reproducida la casa donde Juana de Arco pernoctó diez días cuando acudió en ayuda de las tropas que defendían la ciudad del asedio inglés. Muy cerca de aquí, en la Place du Martroi, la heroína a caballo ocupa el centro de este espacio donde tienen lugar la mayoría de las manifestaciones de la ciudad.

JUANA DE ARCO, LA HEROÍNA QUE LIBERÓ A FRANCIA

En la historia de esta mujer que vestía de hombre se mezclan retazos de leyenda y vestigios de realidad. Su personalidad ha seducido a literatos y cineastas que la han llevado varias veces a la pantalla. También en su honor se celebran festejos que reproducen el ambiente que se vivía en la Francia de los siglos XIV y XV, en plena Guerra de los Cien Años entre ingleses y franceses, donde las luchas por los territorios de Normandía



AMBIENTE DE LA EDAD MEDIA JUNTO AL RÍO

El festival del Loire

Es el evento más importante de la región alrededor del cual se reúnen 650.000 visitantes. Tiene lugar a finales de septiembre –en el 2017 entre los días 20 y 24- y se celebra en los muelles junto al río Loira.

Hasta allí acuden embarcaciones de época y la ambientación recuerda los mercados de la Edad Media con artesanos, comida y música. Hasta Orleans acuden más de 200 embarcaciones de época que rememoran la importancia que tuvo el comercio y la navegación por el río. Durante los cinco días que duran los

festejos se puede vivir el ambiente de la Edad Media con las gentes que se visten para la ocasión, numerosos juegos para los más pequeños de la familia, además de paseos por el río.

Cada año un río y a una región son los invitados de honor del evento. Para el 2017 se ha escogido el Ebro y la Costa Vasca, el amplio litoral marítimo que se extiende entre la desembocadura del Adour en Anglet y el Muskiz al oeste de Bilbao.

www.my-loire-valley.com/events/festival-de-loire-2017-a-orleans/



Derecha: Castillo de Chenonceaux, morada de reinas y amantes . **Abajo:** monumento a Juana de Arco en el 'Jardin de l'évêche', en Blois



La figura de Juana de Arco convertida en heroína, es la protagonista en plazas y jardines de muchas ciudades

y Aquitania ocupados por los primeros, estuvieron plagadas de traiciones, asesinatos y como no, grandes batallas.

Juana de Arco nació en 1412 en un pueblecito de la Lorraine. Iluminada a la edad de 13 años por una voz divina, convence al rey Carlos VII que debe expulsar a los ingleses del territorio. A los 17 años, vestida con una armadura y un gran estandarte

estaba al frente del ejército francés y liberaba Orleans del asedio de los ingleses. Después de diversos éxitos militares, capturada por los borgoñones en 1430 y entregada a los ingleses, la condenan por herejía el 30 de mayo de 1431, a morir quemada en la hoguera. Años más tarde, el juicio es invalidado por la iglesia católica. En 1909 es beatificada por el Papa Pío X, santificada en 1920 y declarada patrona de Fran-



cia convirtiéndose en un símbolo para el catolicismo.

Por la N-152, a unos 20 km de Orleans, vale la pena detenerse en **Meung-sur-Loire** para visitar el castillo que se alza en medio de la localidad. Puede parecer modesto comparado con los demás castillos que se pueden visitar en el Valle del Loira, pero su valía estriba en la ambientación que alberga su interior y en la colegiata de Saint Liphard que se encuentra junto a él. Visitar este palacio-fortaleza es adentrarse en la vida de centenares de personas que lo habitaron y dejaron su huella en las diversas estancias, desde simples servidores hasta reyes como Luis XI, pasando por poderosos obispos que en aquel tiempo atesoraban mucho poder. Curiosa resulta la denominada estancia de la Señora de Pilles – un personaje muy influyente del siglo XVIII-, donde a base del mobiliario y los objetos se puede repasar la vida cotidiana de la nobleza desde que se levantaban alrededor de las siete

de la mañana hasta la hora de acostarse. Las oraciones, el desayuno, la visita del cirujano y la costumbre de purgarse diariamente, el despiojarse, untarse la cara con pomadas y escoger la peluca, los perfumes en una época –los siglos XVII y XVIII- en los que la higiene era más bien precaria. Todo un recetario de curiosidades de las cuales, alguna de ellas –como la de dormir con una mascarilla de fresas aplastadas en la cara para recuperar la frescura de la piel- podría ser utilizada en la actualidad.

CHAMBORD, EL SUEÑO DE FRANCISCO I

De la N-152 nos desviaremos por la D-112 para llegar a **Chambord**, un imponente palacio donde Francisco I quiso dejar patente su afición por la arquitectura y deslumbrar a su rival contemporáneo Carlos I, el monarca del imperio español. El castillo conserva una apariencia de fortaleza medieval transportada a la época en la que se inició su construcción, 1519. Una torre del homenaje central flanqueada por cuatro imponentes torres y una muralla que rodea el conjunto. En las cuatro alas que se distribuye el castillo hay 426 estancias, 77 escaleras, 282 chimeneas, todo ello rodeado de más 5.000 ha de bosque, cifras que demuestran la grandilocuencia del lugar. La visita al conjunto es un paseo por el Renacimiento francés con estancias que



Izquierda: Doble escalinata en el castillo de Chambord cuyo diseño se atribuye a Leonardo da Vinci.



LUZ Y SONIDO

Recreación histórica en la fachada del castillo

El castillo de Blois es uno de los reflejos más evidentes de la historia de la nobleza francesa y de las luchas por el poder. Con la llegada del buen tiempo las noches en el patio central de la fortaleza transformada en palacio se llenan de luz y sonido.

En el espectáculo 'Sons et lumière', además de efectos estéticos sorprendentes, refleja toda la historia del castillo.

Cuando ya es de noche para apreciar mejor la magia de la luz (a las 22h

o 22.30 h según la época), la tenue iluminación que inunda las fachadas del patio interior se desvanece para dar paso a un sinfín de proyecciones de colores que van resiguiendo la cornisa y ventanales del edificio mientras las recreaciones históricas van apareciendo.

El espectáculo dura 45 minutos y la traducción se puede seguir a través de audio-guías en español. Realmente recomendable para todos los públicos.

<http://es.chateaublois.fr/2199-espectaculo-luz-y-sonido.htm>



La ambientación que encontramos en los castillos del Loira es el fiel reflejo de la vida de la realeza en aquella época

atesoran mobiliario del siglo XVIII. Uno de las obras más significativas es la doble escalera de caracol que ocupa el corazón del edificio por la que se podía bajar y subir sin entorpecerse. Dicen que Leonardo da Vinci tuvo algo que ver en su ideario aunque esta hipótesis no ha podido ser probada. Al final de una visita que puede durar varias horas habremos realizado un recorrido por 500 años de historia. Junto a la entrada, un conjunto de casas donde vivía la servidumbre, se han transformado en restaurantes, tiendas de recuerdos y lugares para catar los vinos de la región. Una buena forma de llevarse un agradable recuerdo.

BLOIS, CASTILLO Y MAGIA

Nuestra siguiente etapa será recabar en **Blois** de la que nos separan unos 20 km por la D-33. Para entrar

en la población cruzaremos el puente medieval Jacques Gabriel sobre el Loira, desde cuyo extremo tenemos una buena imagen de la ciudad. En lo alto se adivina el 'château', un palacio que refleja cuatro estilos distintos levantados alrededor de un patio interior. Una de las alas fue levantada a principios del siglo XIII –la gran Sala de los Estados de estilo gótico– y es lo único que se conserva del castillo medieval edificado por los condes de Blois. Junto a ella el ala de Luís XII levantada a finales del siglo XV en estilo gótico flamígero. Del Renacimiento es el ala atribuida a Francisco I construida entre 1515 y 1520 –este rey se dedicó a edificar cerca de una decena de palacios en toda Francia, el más importante de los cuales es el que aloja el Museo del Louvre–. Finalmente Gastón de Orleans, hermano de Luís XIII, levantó la cuarta ala entre 1635 y 1636, una obra maestra de la arquitectura clásica francesa. Muy aconsejable el espectáculo "Luz y sonido" que cada noche, entre abril y septiembre, se proyecta sobre su fachada. Además, durante el verano, el patio del Castillo es escenario de combates de esgrima: espadachines se enfrentan en duelos para revivir una época



***Iaquierda:** El patio interior del castillo de Blois responde a tres estilos distintos, iniciativa de otros tantos reyes.*



en la que esta era la fórmula más empleada para dirimir cualquier diferencia; todo ello combinando con escenas de teatro y música renacentista.

Cerca del castillo la Maison de la Magie (La Casa de la Magia) nos permite penetrar en un universo curioso y sorprendente a la vez. En una casa burguesa del siglo XIX nos espera la iniciación a las artes mágicas con autómatas, ilusiones ópticas, trucos de ilusionismo, historia de la magia y el dragón de las seis cabezas. ¡Siempre podemos aprender algún truco para sorprender a nuestras amistades!

Desde el otro extremo de la población, en los jardines que hay detrás de la catedral gótica de San Luis y del Ayuntamiento (Jardin de l'évêché), tenemos una buena perspectiva de la ciudad y un bonito paseo

Arriba: El puente Jaques Gabriel sobre el Loira, en Blois

de fragancia y color por la rosaleta. Siempre bajo la atenta mirada de Juana de Arco que, espada en mano, vigila sobre su caballo. Y si nos apetece tomar un vino, en Chez Laurent, en pleno casco antiguo peatonalizado, ofrecen un par de veces por semana música en directo.

CHENONCEAU, FASTUOSAS FIESTAS Y ENCUENTROS LITERARIOS

Por la D-764 y la D-17 en unos 45 km llegaremos a **Chenonceau**, un magnífico castillo que fue morada de reinas y amantes por debajo del cual transcurre un canal del río Cher. Sus estancias son un reflejo de seis siglos



de historia y los jardines una amalgama de filigranas. Se levantó en el siglo XVI donde antes había un molino fortificado del que sólo se conserva la torre del homenaje. Los jardines llevan el nombre de dos mujeres de reconocido carácter que dieron personalidad a este palacio. En 1547 Enrique II donó Chenonceau a Diana de Poitiers, su favorita, pero a la muerte del rey, su mujer, Catalina de Médicis, desposeyó a Diana de la propiedad y se dedicó a embellecer más si cabe lo que su competidora había empezado. Aquí organizó suntuosas fiestas y gobernó el país con mano de hierro convirtiéndose en una de las mujeres más poderosas de la época.

En la visita veremos lujosas estancias –en la de Diana de Poitiers, un óleo de Catalina parece toda una declaración de intenciones– y una magnífica cocina muy bien organizada que es fiel reflejo de la actividad que debía desarrollarse en el castillo. Y hablando de comida, en los edificios anexos podemos deleitarnos

con las propuestas gastronómicas de l'Orangerie y degustar los vinos que se producen en la misma finca.

LEONARDO DA VINCI Y EL CULTIVO DEL TOMATE

Amboise, nuestra próxima parada antes de llegar a Tours, se encuentra junto al Loira. En esta ciudad medieval sobresale el castillo que domina la población, famosa entre otras cosas porque en la mansión Clos Lucé vivió Leonardo da Vinci invitado por Francisco I. Este rey sentía una gran admiración por el artista-inventor italiano que murió en estas tierras y está enterrado en la capilla del castillo de Amboise.

Esta fortaleza que pasó a ser residencia real bajo los reinados de Carlos VIII y Francisco I, posee una magnífica colección de mobiliario de estilo gótico y del Renacimiento, testigos del refinamiento artístico de la nobleza francesa en el siglo XVI.

¿Somos unos amantes del tomate? Antes de llegar a Tours podemos detenernos en el **castillo de la Bourdailisère** junto a Montlouis-sur-Loire. Además del edificio en sí, lo curioso del lugar es que en sus jardines se cultivan cerca de 650 variedades de tomate procedentes de todo el mundo además de numerosas hortalizas. Una verdadera escuela de la naturaleza con numerosos plafones instructivos.

Izquierda Habitación que perteneció a Diana de Poitiers, en el castillo de Chenonceaux





TOURS

Ciudad de Arte y de Historia

La N-152 o la D-751 a ambos lados del Loira, nos conducirán en 22 km hasta **Tours**, una ciudad que se extiende entre dos ríos: el Loira y el Cher. Los amplios boulevards Béranger y Heurteloup dividen la población en dos: a un lado el barrio nuevo con la emblemática estación de ferrocarril que parece haber tomado modelo de la parisina d'Orsay – ocupada ahora por el famoso museo- y al otro lado el casco antiguo con el moderno palacio de congresos obra de Jean Nouvel.

En este barrio, donde se situaba la antigua ciudad romana, destaca la catedral de Saint Gatien cuya joya más importante son sus vidrieras.

La peatonal Rue du Commerce nos conduce hasta el Vieux Tours con sus

fachadas de *colombage*, concurridas plazas, el agradable mercado de Les Halles con una oferta de productos tradicionales más que sugerente, los restos de la colegiata dedicada a San Martin de Tours y la nueva basilica donde se veneran las reliquias del santo.

A unos 20 km de Tours, el castillo de **Villandry** nos ofrece un espectáculo visual de formas y colores. Sus jardines, considerados como unos de los más bonitos de Francia, combinan flores, vegetación decorativa, plantas aromáticas y hasta productos de consumo como coles, calabazas, tomates, etc.

Todo perfectamente ordenado en seis jardines donde el agua es también protagonista.



Siguiendo el Loira

Caudaloso río que atraviesa la región Pays de la Loire junto al cual se escribió la historia de la mano de los duques de Anjou. Al final del recorrido, los agradables pueblos y playas de la costa atlántica

En este itinerario que es sucesión del anterior descubriremos una sucesión de castillos y abadías que se levantan entre viñedos. Señores feudales y monjes se repartían sus dominios vigilando el paso de las aguas en su descenso hacia el Atlántico. El río era una buena vía de comunicación para el comercio y fue utilizada durante mucho tiempo como tal.

Nosotros, como el agua, seguiremos su curso desde Saumur hasta la costa, visitando ciudades tan importantes como Angers, Nantes y la curiosa

isla de Noirmoutier, donde las ostras comparten protagonismo con el turismo de sol y playa, el senderismo por espacios naturales y los deportes náuticos.

Saumur es una ciudad de 20.000 habitantes en lo alto de la cual destaca el castillo del siglo XVI. Pegada al Loira, la ciudad que estuvo completamente amurallada, se reparte entre las dos orillas y la isla situada en el centro del río, todo ello unido por el largo puente Cessart del siglo XVII. La mejor vista la disfrutamos pre-



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Desde la frontera española hasta el inicio de la ruta hay unos 570 km por autopista y autovía. El recorrido de la ruta propuesta desde Saumur hasta Noirmoutier, pasando por Angers y Nantes, es de unos 250 km.

GASTRONOMÍA.

En la costa son muy típicas las ostras, almejas y todo tipo de pescados y mariscos. En Nantes se practica una cocina de fusión con propuestas de la gastronomía francesa mezcladas con productos orientales. En toda la región son típicos dulces como el 'macaron' que elaboran de distintos sabores. En Angers La Petite Marquise ha puesto de moda los Quernons d'Ardoise a base de nougat y chocolate. Los vinos, con diversas A.O.C son otro de los productos a tener en cuenta.



MÁS INFORMACIÓN

www.sauumur-tourisme.com

www.cadrenoir.fr

www.abbayedefontevraud.com

www.ackerman.fr

www.angersloiretourisme.com

www.cointreau.fr

www.nantes-tourisme.com

www.estuaire.info

www.lesmachines-nantes.fr

www.ile-noirmoutier.com

Izquierda: Saumur y el Loira; destaca el castillo y el Ayuntamiento.

cisamente desde la otra orilla y por supuesto, desde lo alto del castillo rodeado de viñedos. Su interior se puede visitar y en verano hay espectáculos medievales que tienen las piedras de la fortaleza como telón de fondo. Si descendemos hasta la población iremos a parar a la coqueta plaza de Saint Pierre, centro neurálgico del casco histórico y lugar donde se levanta la iglesia románica de Notre-Dame-de-Nantilly, que guarda

una espléndida colección de tapices de los siglos XVI y XVII. Rodeada de mansiones, algunas de ellas con maderas entrecruzadas en la fachada 'colombage', es el lugar ideal para sentarse en las terrazas de los bares a tomar un aperitivo y asistir el sábado al popular mercado.

Pasear por el casco antiguo transformado en isla peatonal es otra de las delicias. Aquí nació Coco Chanel y llaman la atención las numerosas librerías herencia de una gran tradición literaria y de impresión de libros.



Junto al río, el edificio neogótico del nuevo ayuntamiento se levanta junto a una de las mansiones más antiguas de la población que alberga dependencias municipales; a su lado, el teatro en plena transformación es el nuevo emblema de una ciudad ligada a la cultura.

Saumur fue una de las primeras ciudades protestantes de Francia cuando acogió al rey Enrique IV de Na-

varra camino de convertirse rey del país. Lejos del conflicto religioso que suscitó en la capital francesa, aquí convivieron durante algún tiempo católicos y protestantes en franca armonía. La ciudad también es conocida como capital de la equitación ya que posee una de las tres escuelas más importantes que hay en Europa –las otras dos son Jerez y Viena-. Cadre Noir -conocida con este nombre por la vestimenta de los ji-

Durante el verano el castillo de Saumur se convierte en escenario de luchas medievales acompañadas de luz y sonido

La abadía de Fontevraud fue prisión durante la Revolución francesa y ahora se ha transformado en centro cultural

netes-, agrupa a los instructores de la Escuela Nacional y representa la herencia de la caballería francesa. Ofrecen espectáculos durante los cuales se puede ver como los caballos cabalgan al ritmo de la música y como realizan figuras arriesgadas.

Cerca de Saumur merece la pena acercarse hasta la **abadía de Fontevraud**. Erigida en el 1101 por el predicador Robert d'Arbrissel la historia se condensa entre sus piedras. Llegó a tener una numerosa comunidad de monjas, fue una terrible prisión en la época posterior a la revolución –

entre 1804 y 1963- y actualmente es un lugar insólito con una gran proyección cultural donde se realizan grandes exposiciones. En la cabe-





EL MUNDO FANTÁSTICO DE JULIO VERNE

La Isla de Nantes

La imaginación de Julio Verne y el universo de Leonardo da Vinci Rodeada por el Loira, en esta isla donde antes había fábricas y se construían grandes embarcaciones ahora se desarrollan proyectos faraónicos. Jean Nouvel, Daniel Buren, Jean Prouvé, Christian de Portzamparc..., los más grandes arquitectos internacionales han participado en el diseño una isla en plena metamorfosis.

El Palacio de Justicia de Jean Nouvel, la Escuela de Arquitectura, la Fabrique espacio dedicado a las músicas emergentes son algunos de ellos. El Hangar Banane, antiguo almacén de plátanos, se está

transformando en zona de tiendas, restaurantes y bares de copas.

En el muelle, Les Anneux por la noche se tiñen de colores diversos. Es otra manera de ver la ciudad a través de ellos, como también lo es montados en el elefante articulado que cada día se desplaza por la isla hasta el gran Tiovivo de los Mundos Marinos.

Tres pisos dedicados al mar que ocupan un total de 25 metros de altura por 22 metros de diámetro, en el que se puede cabalgar a través del bestiario de máquinas de los fondos marinos hasta la superficie de los océanos.

¡Imprescindible para todos los públicos!

Las bodegas Ackerman, además de producir un excelente vino espumoso, son verdaderas salas de arte moderno

cera de su iglesia abacial descansan los restos de los Plantagenet; el que fuera rey de Inglaterra Enrique I, su esposa Leonor de Aquitania y su hijo Ricardo Corazón de León.

ANGERS Y EL TAPIZ DEL APOCALIPSIS

Nos pondremos en marcha siguiendo el Loira por su margen izquierdo y la D751 nos llevará a recorrer bellos pueblecitos que conservan un marcado carácter medieval. En **Saint Hilaire** llaman la atención las numerosas bodegas la mayoría visitables.

Ackerman es de las más antiguas – data del 1811- y ha conservado un verdadero museo aprovechando la galería excavada en la roca de lo que fue una antigua cantera y donde durante muchos años reposaron miles de botellas del espumoso de la marca. Historia y modernidad de la mano de un artista creativo, se dan la mano en este “Viaje al Centro de la Burbuja”. Al final, una degustación



Superior: Les Anneaux en el muelle de Nantes, por la noche se iluminan **Arriba y derecha:** Vista desde el castillo y centro histórico de Angers.





***Izquierda:** El castillo de Brissac es uno de los más altos de Francia **Abajo:** Detalle en la fachada de la casa Adam, en el centro de Angers*



El castillo de Angers esconde un verdadero tesoro, se trata del Tapiz del Apocalipsis de más de cien metros de longitud

del producto alegra nuestras papilas gustativas.

El Loire nos lleva hasta **Angers** donde nos recibe el robusto recinto amurallado de su castillo. Si el color oscuro de la pizarra no era capaz de disuadir al enemigo, los gruesos muros y las 17 torres hacían el resto. Un castillo que fue levantado en el siglo XIII durante el reinado de Blanca de Castilla y a cuyos pies discurre el río Maine. Diversas transformaciones lo llevaron a convertirse en residencia

palaciega en la época en la que los duques de Anjou eran dueños y señores de estas tierras. Pero el verdadero tesoro de la fortaleza no está en sus almenas y dependencias sino en el Tapiz del Apocalipsis, una obra excepcional empezada a tejer en el 1375, de 106 metros de largo por 4,5 de ancho, divididos en 74 cuadros de vivos colores –el trabajo duró nueve años–.

Angers es además una ciudad que posee un cuidado casco antiguo perfectamente habilitado para los



TERRA BOTÁNICA

El mundo vegetal desde la diversión y el conocimiento

Cerca de Angers y después de muchos años de trabajos, nació Terra Botánica, un espacio único en Europa donde está representado todo el mundo vegetal. La puesta en escena es excepcional.

El diseño, los espacios didácticos y también la aventura forman parte del 'conocer divirtiéndote' y el 'prohibido no tocar'.

Aquí se aglutinan seis siglos de historia en el diseño de los celebrados jardines franceses. Niños y niñas tendrán muchas historias en las que participar y divertirse. El espacio bautizado como "Cinco continentes" donde presenciar el espectáculo fascinante de las mariposas para incubar y pasear por el invernadero tropical; la Isla de los Elfos con paredes de escalada y toboganes; un monorraíl elevado en el que se

deslizan en vagonetas que imitan cascadas de nuez.

También un Tiranosaurio Rex mostrará su cara más amable y nos ayudará a descubrir un mundo fosilizado de millones de años. Realmente un lugar para pasar como mínimo media jornada.

www.terraborotanica.fr



Nantes, entre la historia y la modernidad, posee suficientes atractivos para una escapada de fin de semana

que van en silla de ruedas y en bicicleta. Destaca la catedral de Saint Maurice, el primer edificio en presentar las características del estilo gótico de Anjou, el Museo de Bellas Artes, la Galería David d'Angers ubicada en una antigua abadía del siglo XIII y la colegiata de San Martin en cuyas estructuras se pueden contemplar veinte siglos de historia. Merece la pena detenerse en la plaza Sainte-Croix para contemplar la casa de Adam –entre las figuras que decoran la fachada hay una realmente obscura- y desde allí desplazarse hasta la catedral de San Mauricio de estilo gótico.

En la periferia de Angers, Cointreau ha habilitado un espacio dedicado al conocimiento de este licor cuya elaboración se inicia en 1849. El popular color naranja de la marca tiene mucho que ver con un proceso que

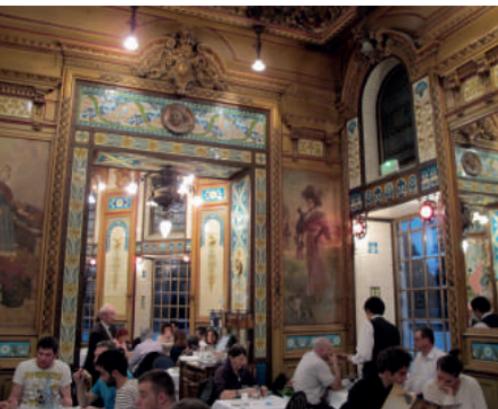
utiliza de tres tipos de cortezas de naranja. Alambiques, aromas, diseño, campañas publicitarias y cómo no, cócteles –para los más pequeños sin alcohol- forman parte del recorrido.

LA CAPITAL DE LA REGIÓN

Para llegar hasta Nantes podemos hacerlo de una forma rápida utilizando la autopista de peaje A 11 o por carreteras locales. En este segundo caso resulta obligatorio pasar por el **castillo de Brissac**, del que dicen es el más alto de Francia. La altura no es probablemente lo más importante, pero sí los jardines que lo rodean y sus lujosas estancias.

Nantes, ciudad de 300.000 habitantes, se está reinventando constantemente. Declarada capital verde en el 2013, si por un lado conserva un envidiable casco antiguo, por el otro compete en festivales, arte actual y modernización. A lo largo de 120 km del Loira se han ido ubicando 28 obras creadas por artistas de todo el mundo, mientras antiguos edificios se están transformando en centros de ocio. Toda una apuesta que empezó el 2007 y cada dos años se ha ido prorrogando.

Izquierda: La Cigale es un restaurante histórico de la época del Modernismo





En el centro del casco antiguo destaca el Castillo de los Duques de Bretaña –este territorio pertenece a la Bretaña histórica- desde donde Ana de Bretaña intentó mantener la independencia de sus tierras a base de alianzas matrimoniales, cosa que no consiguió a pesar de haber sido en dos ocasiones reina de Francia. Esta fortaleza acoge, desde hace diez años, el museo de la ciudad. En 2016, se realizó una remodelación de las últimas salas del Museo, proponiendo una nueva sección íntegramente dedicada a la historia del siglo XX. Cerca de 460 objetos en total completan el recorrido, repartidos en las salas de historia moderna y en las salas dedicadas a las dos guerras mundiales. El recorrido termina con una película que, a partir de no-

Arriba: Plaza Real, en el centro histórico de Nantes

ticiarios franceses y reportajes televisivos realizados entre 1945 y 2015, narra la historia de las grandes transformaciones de la ciudad y la metrópoli de Nantes.

Si durante mucho tiempo esta fortaleza fue el icono más representativo de la ciudad, actualmente esta imagen debemos buscarla en la Isla de Nantes, donde, el espíritu de la ciudad donde nació Julio Verne no deja indiferente a nadie. Además, un paseo por el casco antiguo nos llevará hasta la catedral de San Pedro y San Pablo, la plaza Real con su peculiar fuente y al teatro Graslin frente al cual se encuentra La Cigale, un



restaurante donde el art nouveau adquiere su máxima expresión. Desde lo alto de la Torre Bretaña tenemos la mejor imagen de la ciudad a vista de pájaro. Y hablando de pájaros, la original decoración del bar que hay en lo alto nos permite compartir reposo con una peculiar cigüeña.

LAS GALLETAS LU

La Casa LU, marca francesa de las emblemáticas galletas de Nantes, surgió originalmente tras la unión de Jean-Romain Lefèvre y de Pauline-Isabelle Utile. Después de su matrimonio, deciden abrir la pastelería Lefèvre Utile, que rápidamente se convertirá en un lugar famoso. Hoy en día, el museo oficial de la Marca

LU instalado en el Castillo de Goulaine, invita a sus visitantes a descubrir la historia de Jean-Romain Lefèvre que supo, con sus pasteles y galletas, cambiar los hábitos de los habitantes de Nantes.

El museo oficial de la marca presenta 600 obras de arte que relatan la historia de las galletas más famosas de Francia y el nacimiento del marketing. Para llegar a este lugar hay que ir hasta la localidad de Haute-Goulaine y cerca encontraremos el castillo de Goulaine cuya visita ofrece al visitante un recorrido lúdico lleno de nostalgia. Además, el castillo ofrece la posibilidad de dormir en una de las dos habitaciones emplazadas en una de las alas de tan noble edificio

Izquierda: El castillo de Saumur domina el paso del Loira **Derecha:** La isla de Noirmoutier posee extensas playas **Abajo:** Cavas de la Bodega Ackerman convertidas en propuetas de arte



con vistas a los jardines y a las marismas de Goulaine. ¡Todo un lujo por 110 euros desayuno incluido donde no faltarán las sabrosas galletas! www.chateaudegoulaine.fr

EN BUSCA DEL ATLÁNTICO

El Loira desemboca en Saint Nazaire. Una costa protegida por Le Croisic por un lado y la isla de Noirmoutier por el otro, esconde bonitas poblaciones como Pornic con su largo paseo o Port du Bec con los criaderos de ostras. El acceso a la isla de Noirmoutier por el *passage du*

Gois, atendiendo a las mareas sólo puede realizar un par de veces al día con la marea baja, aunque por supuesto hay un puente alternativo.

Si en tiempos pasados vikingos, corsarios y ejércitos de españoles, ingleses y holandeses ocuparon la isla, actualmente el lugar es un verdadero paraíso para los amantes de la naturaleza. Rutas en bicicleta, playas vírgenes y pueblecitos encantadores son una buena alternativa además de la práctica de los deportes náuticos y cómo no, la degustación de una docena de ostras acompañas de vino de la variedad *muscadet*.





ALTA BRETAÑA

Bretaña tiene identidad propia y las costas del norte, unas características especiales



Alta Bretaña, la costa sin fin

Territorio diverso con costas escarpadas, a veces torturadas por los efectos del oleaje que esconden calas y profundas rías a las que se asoman pequeños pueblos en busca de refugio

En un abrir y cerrar de ojos, bajo el efecto de la marea que aquí llega a superar los 14 metros entre baja y pleamar, nos aparecen grandes extensiones de playas de fina arena, ya sea para un refrescante baño o para la práctica de una gran variedad de deportes. Ciudades medievales y abadías ligadas a la torturada historia del país, son el contrapunto cultural de un viaje en el que, no hay que olvidar la gastronomía con un prota-

gonismo destacado de ostras y mejillones acompañados de sidra o vino blanco. Aunque un poco lejos de nuestros límites fronterizos, el esfuerzo merece la pena.

FINISTÈRE O LOS LÍMITES DEL MUNDO

La ruta que proponemos empieza en la punta de **Saint-Mathieu**, uno de los promontorios más occidenta-

Guía práctica

RECORRIDO

La ruta propuesta tiene entre 350 y 400 km dependiendo de las carreteras que tomemos. La distancia hasta la frontera de Irún es de 860 km con accesos rápidos por autopistas y autovías. En Bretaña las autopistas están libres de peaje debido a antiguos privilegios que se encargan de defender.

LOS AMANTES DE LA BICICLETA

Bretaña es un destino ideal para realizar recorridos en bicicleta. Existen ocho grandes itinerarios de vías verdes que reúnen cerca de 2.000 km. Alrededor de la bahía del Mont Saint-Michel hay un bonito recorrido entre playas y marismas que pasa por lugares de peregrinaje.

www.vacaciones-bretana.com/que-ver-que-hacer/deportes/vias-verdes

NUESTRO HOTEL RECOMENDADO

El hotel-restaurante La Butte en Ploudier es un prodigio de diseño y de excelencia gastronómica. Solène y Nicolas Conraux al frente convierten la estancia en un verdadero placer en todos los sentidos. www.labutte.fr

GASTRONOMÍA

No debemos olvidar que estamos junto al Atlántico con protagonismo de pescados, mariscos y sobretodo, ostras y mejillones. Un plato, la 'chucrute' de pescados, realmente sorprendente. Y una tradición, la galette saucisse elaborada con trigo sarraceno que



actualmente se rellena con infinidad de productos. Atención a las excelentes cervezas bretonas y como no, a la sidra.

PARA GOLOSOS

Desde 1920 la Maison Guella produce unos deliciosos dulces bretones que llevan varias generaciones fabricando ilusión entre grandes y pequeños.

La casa central está en la población de Cancale pero podemos encontrar tiendas en Saint Malo y Dinard. www.lamaisonguella.com

MÁS INFORMACIÓN

www.vacaciones-bretana.com
www.bretagne35.com
www.cotesdarmor.com
www.tourisme-rennes.com
www.dinan-tourisme.com
www.saint-malo-tourisme.es



les de Francia y termina en la ciudad de Rennes, con posibilidades de visitar por su cercanía el Mont-Saint-Michel, maravilla de la naturaleza a la que el hombre puso su guinda. En Saint-Mathieu, entre Le Conquet y Plougonvelin, los monjes benedictinos ya levantaron a mediados del siglo XII una abadía. Con el tiempo, al románico inicial se le añadieron trazas góticas y a mitad del siglo XVII los monjes de la congregación de san Maur se hicieron cargo del cenobio hasta su expulsión con la revolución francesa.

Dicen que los faros constituyen una de las identidades marítimas de la

Derecha arriba: Ermita de Saint Samson, en la costa de Finistère
Abajo: Faro y Abadía de Saint-Mathieu

costa bretona y además, muchos se pueden visitar aunque haya que hacerlo peldaño a peldaño. Concretamente en Saint-Mathieu, al primer faro le siguieron otras construcciones hasta llegar al actual, levantado en 1835. Hay que subir los 163 escalones para disfrutar de la vista que nos proporcionan los 58 m de altura. A nuestros pies se extiende el País de Iroise con 90 km de costa bañada por el océano Atlántico y el Canal de La Mancha, además de un rosario de islas algunas de las cuales se pueden visitar.

Los 163 escalones del faro de Saint-Mathieu proporcionan una vista excelente de la bautizada como ‘Costa de las leyendas’

Le Conquet puede ser el inicio de un recorrido turístico por la costa que va siguiendo las trazas del GR-34. Si tomamos esta ruta por la bautizada como ‘Costa de las leyendas’, dejando atrás el pueblo de Porspoder llegaremos a la pequeña **ermita de Saint Samson**, de la que dicen es una de las más fotografiadas de Bretaña. Lugar de culto durante la prehistoria, san Samson apareció por tierras bretonas a principios del siglo VI y es venerado por todo el territorio. El manantial que brota cerca de la costa según la tradición posee propiedades milagrosas.

Profundas rías van apareciendo en nuestro trayecto en una costa sal-





LA BOURBANSAIS

Animales en libertad y castillo

De camino hacia Rennes, hacia el final de nuestra ruta, tenemos una parada obligada sobre todo si viajamos con niños, en La Bourbansais cerca del pueblo de Pleugueneuc.

Castillo, jardines, parque zoológico con animales en semi-libertad y espectáculos, todo para pasar una jornada de forma divertida.

Podremos visitar más de 400 animales en sus amplios recintos. Desde los fieros felinos hasta las dóciles jirafas y los simpáticos capuchinos y gibones. Con algunos de los primates estaremos muy cerca, tanto que como son tan curiosos, deberemos ir con el bolso cerrado no sea que les guste nuestro

teléfono móvil. Además podremos participar en los programas para darles de comer y cuando nos cansemos de ver animales hay grandes áreas de juegos infantiles, restaurante y zonas de picnic.

También hay programados vuelos de rapaces y de cigüeñas. En La Bourbansais, más de un centenar de perros de caza de la raza *Français-Tricolores* esperan impacientes para demostrar sus evoluciones sobre el terreno. Y como parte del espectáculo la visita al castillo nos llevará hasta el siglo XVIII, cuando la nobleza ostentaba el poder en una Francia esplendorosa.

www.labourbansais.com

Derecha: El interior del castillo de la Bourbansais refleja el ambiente de la nobleza del siglo XVIII.

Abajo: Abadía de Folgoët



picada de islas e islotes. El paisaje del interior es amable, de campos de labor y casas ordenadas cuyo elemento discordante son las agujas de granito de los campanarios que apuntan al cielo. Más al norte, la costa se vuelve menos accidentada y aparecen las primeras playas. Es el momento de avanzar hacia el interior para visitar la **abadía de Folgoët** el origen de la cual también se sustenta en otra curiosa leyenda. Plagada de historia el templo actual es de principios del siglo XV. La piedra de Ker-

santon le da este aspecto grisáceo y robusto, a la vez que permite el modelado de santos y personajes bíblicos. Una maravilla ligada a la historia de la Bretaña ya que aquí se alojó en 1505 Ana de Bretaña cuando aún era duquesa. Si nuestra visita al lugar coincide con el primer domingo de septiembre, viviremos en primera persona la gran romería que tiene lugar en honor de Nuestra Señora de Folgoët, una imagen que data del 1660 y pertenece al renacimiento italiano.

GRANITO ROSA Y COSTA ESMERALDA

Volvemos a la costa para ir descubriendo el paisaje inmenso que proporcionan las dunas de Kersaint y pueblos encantadores como Saint-Pol-de-Léon y Carantec, cuando sin apenas darnos cuenta penetrados en la denominada “Costa de granito rosa”. Nuestra llegada a **Perros-Guirec** nos permitirá descubrir el porqué de esta distinción. Esta localidad está orientada actualmente por y para el turismo. Nació como estación terminal a mediados del siglo XIX y las ordenadas calles, la bondad de sus playas y los abrigados puertos han hecho el resto. Aquí hay que dejar el vehículo y afrontar a pie un recorrido que no nos llevará más de hora y media. Por el bautizado como ‘Sendero de los aduaneros’ descubriremos cómo las rocas de granito adquieren formas caprichosas que juegan con

un mar azul turquesa. Balizada y con carteles indicadores la luz de media tarde nos proporciona imágenes sugerentes. Este paisaje protegido unido con el del cabo Fréhel que nos encontraremos 125 km más adelante, son dos de las perlas que esconden este tramo de costa además de los pueblos de Paimpol, Saint-Quay-Portrieux, Pléneuf-Val-André y el cabo Erquy.

A resguardo del promontorio del cabo Fréhel, el **Fort La Latte** se levanta junto a la costa, inaccesible tanto por mar como por tierra. De propiedad privada vale la pena visitarlo por su puente levadizo para gozar tanto de la disposición interna de las estancias como de las vistas que se disfrutan. La primera construcción data del siglo XIV, pero fue ampliado y reconstruido en numerosas ocasiones durante los siglos XVII y XVIII. Puente



La capital de la Alta Bretaña

Rennes es una ciudad de contrastes donde lo antiguo y lo moderno se complementan. El viejo casco urbano repleto de casas del siglo XV que lucen las vigas entrecruzadas en las fachadas *colombage*, goza de la animación que le proporciona el ser sede universitaria. Junto a él se alza la ciudad de los siglos XVII y XVIII con las majestuosas fachadas de piedra, el emblemático Parlamento de Bretaña, la Ópera y el Ayuntamiento. Más allá, al otro lado del río Vilaine ahora cubierto, las nuevas propuestas arquitectónicas en forma de galerías comerciales, multicines, biblioteca, sala de conferencias y Museo de Bellas Artes ocupan la zona de Les Champs Libres.

El mercado de Lices, el segundo en



importancia de Francia, es un buen lugar para tomarle el pulso a la ciudad y conocer el carácter de sus habitantes.

Cada sábado, las calles que rodean el mercado cubierto se llenan de puestos de flores y productos típicos. Y si nos queda algo de tiempo debemos visitar el Parque Thabor, un jardín urbano de más de 10 ha donde el colorido de las flores y el rumor del agua se tornan música celestial.

levadizo, barbacana, murallas y torres de defensa se fueron añadiendo y remodelando según los ejércitos modernizaban sus armas.

VILLAS MEDIEVALES, CORSARIOS Y GLAMOUR

El color de las aguas nos indica que estamos en la conocida como Costa Esmeralda; aquí, junto al estuario de la Rance, tres perlas aguardan nuestra visita.

Izquierda: Fort La Latte era prácticamente inexpugnable

Dinard, en la orilla izquierda, atrajo una población inglesa acomodada a finales del siglo XIX. De ello dan fe las numerosas mansiones que se levanta en las puntas del Moulinet y de la Malouine, las cuales arropan la playa de l'Ecluse presidida por al figura de Alfred Hitchcock. Desde el primero de los promontorios, en el que hay una curiosa iglesia anglicana, se defendía la entrada de la ría de los ataques ingleses; un camino de ronda convertido en paseo nos proporciona las mejores vistas de **Saint-Malo** situada justo enfrente.

Las poblaciones de Dinard y Saint-Malo se asoman al estuario de la Rance, creando un conjunto de gran belleza

Esta ciudad medieval que fue refugio de corsarios, es actualmente un destino turístico de primer orden. El casco antiguo se conserva completamente amurallado y eso que fue destruido en un 80% durante la II Guerra Mundial. Los trabajos de reconstrucción lo dejaron mejor de lo que estaba y un paseo por encima de la muralla permite percatarnos de la disposición de las callejuelas así como de las islas que pueblan la ensenada, casi todas defendidas por un castillo según diseño de Vauvan, el ingeniero militar que en el siglo XVII fortificó toda Francia. La plaza de Chateaubriand junto al castillo, en la entrada del recinto amurallado, invita a sentarse en cualquiera de las numerosas terrazas, así como a lo largo del dique de Rochebonne que sigue el trazado de la playa. En este lugar se levantan nu-

merosos hoteles, siendo una de las propuestas más interesantes para el paseo sobre todo a la hora de la puesta de sol.

Siguiendo la Rance llegaremos hasta **Dinard**, otra ciudad que guarda entre sus casas de *colombage* una buena parte de la historia de Bretaña. Con casi tres kilómetros de murallas, Dinard y su castillo del siglo XIV se yerguen sobre el río Rance. En el centro de esta villa medieval, la basílica de San Salvador nos propone un recorrido arquitectónico que va del siglo XII hasta el XVIII. Detrás, desde el Jardín de los Ingleses, tenemos una bonita perspectiva del puerto fluvial donde aconsejamos ir a comer. La vuelta al núcleo antiguo si no hemos bajado hasta el puerto fluvial en coche, la podemos hacer por las empinadas rue du Petit Fort y rue du Jerzual. Es cuestión de hacer piernas pero a la vez disfrutar de las cuidadas casas y visitar las tiendas de artesanía que se alojan en la parte baja.

Desde Saint Malo, por la D355, justo al otro lado de la punta del Grouin, protegiendo la bahía del Mont Saint-Michel, se encuentra **Cancale**, una localidad costera volcada por y para el turismo. El cultivo de las ostras se ha convertido en una de sus actividades principales. Junto al pequeño puerto,

Izquierda: Cancale con la marea baja ofrece una extensa playa





Arriba: Casas de la aristocracia en la orilla de Dinard

un grupo de productores tienen sencillos puestos desde los que invitan a degustar el producto. Si os gusta este marisco dejados aconsejar respecto al tamaño y el sabor porque no todas las ostras saben igual. Luego, sentados en el muro de forma improvisada, podremos deleitarnos. Y si queremos acompañarlo con un poco de vino, no tenemos más remedio que acercarnos al bar más próximo. ¡Un placer bien sencillo!

EXTENSAS PLAYAS Y VILLAS HISTÓRICAS

En el límite nororiental de la Bretaña, pequeños pueblos llenos de historia, nos invitan a realizar un recorrido para disfrutar de sus castillos y mansiones

que lucen los escudos heráldicos en sus fachadas. Es también el momento de sentarse en la plaza para tomar el inevitable *croissant* acompañado del *café au lait*.

Las playas que rodean la bahía del Mont Saint-Michel, por su extensión, son lugar para la práctica de todo tipo de deportes. A falta del agua, con la marea baja, se han inventado uno que consiste en pequeños veleros con ruedas que, impulsados por el viento, compiten entre ellos como su fuera una regata por la arena. ¡Ver para creer!

Desde Cancale, una combinación de carreteras locales D76 y D155 nos permitirá llegar a **Dol-de-Bretagne** cuyo barrio antiguo está formado por numerosas casas que lucen la fachada de *colombage*. Desde allí,



Izquierda: En el castillo de Combour vivió el escritor Chateaubriand. *Abajo:* Esclusa y puerto fluvial en Hédé, en el canal de Ille y Rance



La bahía del Mont Saint-Michel está rodeada de extensas playas, además de circuitos pedestres y para ir en bicicleta

la N176 nos acercará a **Pontorson**, donde destaca el robusto templo de transición del románico al gótico (ss. XII-XIV). Ahora, dirección al sureste, a través de la D30 y la autopista A84/E3 de forma rápida llegaremos a Fougères, localidad donde podemos visitar uno de los mayores castillos de Europa. Un recorrido por las murallas y torres nos adentrará en la Edad Media y en la historia de Bretaña. Existe un recorrido lúdico pensado para los más pequeños. Por la misma autopista bautizada como 'Route des Estuaires' llegaríamos rápidamente a Rennes pero si nos queda un

poco de tiempo os recomendamos deteneros en Combour, en **Pleugueneuc**, para acercaros a La Bourbansais (ver destacado) y en **Hédé**, para observar lo curioso que representan sus once esclusas y su puerto fluvial en el Canal de Ille y Rance que permite la navegación hasta el estuario del Rance en Saint-Malo. **Comburg** es una localidad vinculada al escritor Chateaubriand, que en el siglo XVIII vivió en el imponente castillo. Su silueta se refleja en las aguas del lago junto a la población alrededor del cual se puede pasear y observar la fauna acuática.

MONT SAINT-MICHEL

Emerge una maravilla entre mareas



Aunque se encuentra en Normandía, justo en el límite con la Bretaña, vale la pena visitar esta maravilla que la Unesco ha calificado como Patrimonio de la Humanidad desde el año 1979. Mont-Saint-Michel emerge como una gran roca terminada en lanza afilada que apunta hacia el cielo y su silueta se hace visible desde lejos.

Aquí se registran las mayores mareas de Europa y su fundación está rodeada de leyendas y desde siempre fue lugar de peregrinaciones a pesar de su aislamiento. Se accede a través de 2,5 km de carretera que cubre un servicio continuo de autobuses gratuito, ya que el vehículo hay que dejarlo en una gran zona de aparcamiento de pago que incluye centro de información, tiendas, hoteles y restaurantes. Este acceso se concibió recientemente, después de diez años de obras, como una plataforma elevada para permitir que el agua rodee de

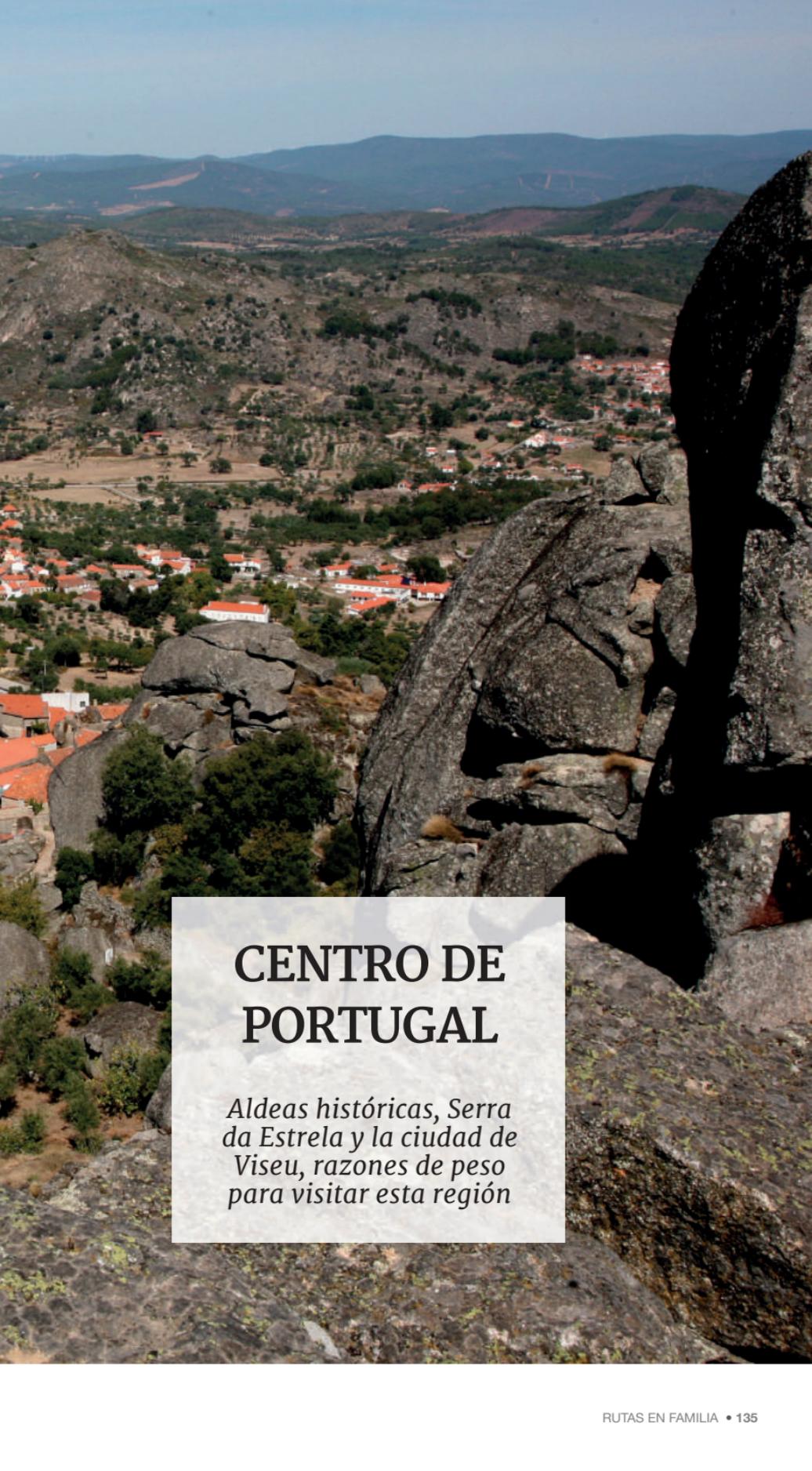
nuevo la abadía sobre todo cuando la marea está alta. La imagen del agua rodeando completamente el Mont Saint-Michel es uno de sus atractivos; para eso vale la pena consultar el calendario de mareas en el portal del monumento. Penetrar en la 'gran roca' es hacerlo en un conjunto medieval donde las tiendas y los restaurantes han sustituido las antiguas posadas y los cuerpos de guardia. Por encima se alza el monasterio, un conjunto de salas, criptas, iglesia y claustro que vale la pena recorrer. Para la visita vale la pena madrugar; teniendo en cuenta que el lugar atrae 2,5 millones de visitantes al año, en según qué épocas de año y en las horas punta la cantidad de gente puede llegar a desmerecer un lugar excepcional.

Más Información:

<http://es.france.fr/es/el-mont-saint-michel>

<http://es.normandie-tourisme.fr/articles/el-mont-saint-michel-298-5.html>





CENTRO DE PORTUGAL

Aldeas históricas, Serra da Estrela y la ciudad de Viseu, razones de peso para visitar esta región



Serra da Estrela y aldeas históricas

La región Centro de Portugal reúne todos los ingredientes para un viaje interesante tanto desde el punto de vista cultural como gastronómico. Doce aldeas muy bien conservadas que nos ayudan a revivir la historia y un espacio natural con la montaña más alta del país.

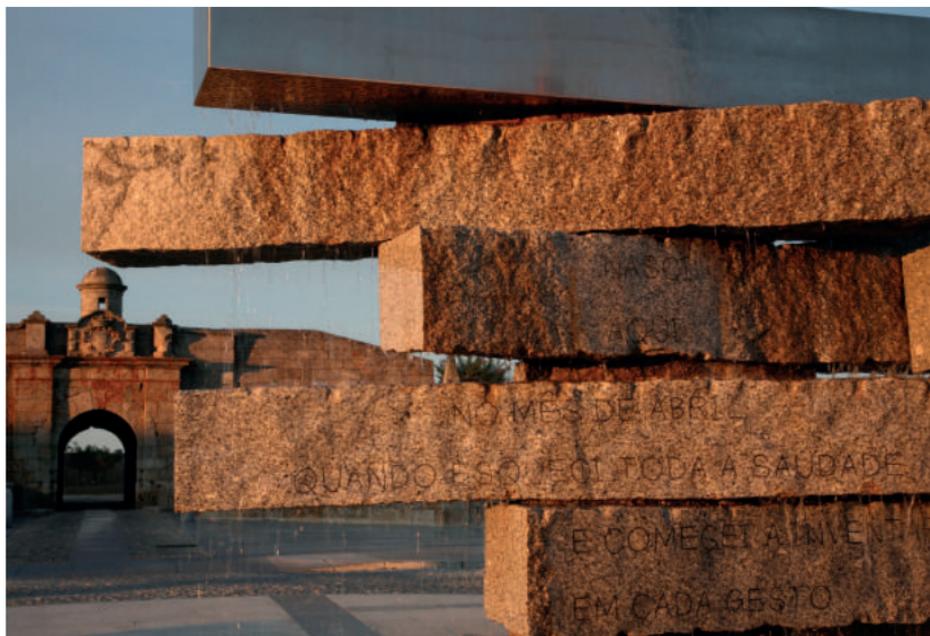
Alojamientos excelentes, buenos vinos y la historia escrita en las piedras de castillos y aldeas amuralladas, estas son algunos de los ingredientes del recorrido por las regiones de Beira y Dão-Lafões. El programa Aldeas Históricas de Portugal ha tenido el acierto de poner en valor pueblos amurallados y castillos que no sólo defendieron la frontera portuguesa sino que también fueron morada de romanos, visigodos y árabes. En sus

callejuelas ahora reina la paz, las casas de turismo rural (turismo de *habitação*) proporcionan un merecido descanso y los restaurantes, recetas tradicionales para saciar el apetito luego de vencer las empinadas cuestas. Todo a buen precio y regado con los excelentes vinos del Douro y Dão.

GUARDA Y VISEU, CIUDADES HISTÓRICAS

Guarda es la ciudad más alta de Portugal y en medio del casco antiguo destaca una magnífica catedral con

Abajo: Entrada al recinto amurallado de Almeida



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Desde España tenemos un par de opciones para empezar nuestro recorrido. Si procedemos del norte de Portugal, iremos a buscar la autovía IP 2 y si venimos del este, de Ciudad Rodrigo por ejemplo, lo más conveniente será tomar la autopista A 25. El presente recorrido es de unos 500 km.

DONDE DORMIR

Casa da Ínsua. Penalva do Castelo. www.parador.es/es/paradores/parador-casa-da-insua

A unos 30 km de Viseu, quinta de estilo barroco convertido en un hotel de cinco estrellas, con bellos jardines, viñedos, bodega, piscina, restaurante y todas las comodidades que uno se pueda imaginar. Actualmente forma parte de la red de Paradores de Turismo.

Casas do Coro. Marialva. www.casasdocoro.com.pt

Carmen Sampaio y Paulo Romao han sabido añadir personalidad a las piedras históricas con multitud de objetos y muebles de anticuario, buen restaurante y un moderno spa.

Casa das Penhas Douradas. Manteigas. www.casadaspenhasdouradas.pt

En plena Serra da Estrela, a 1.500 metros de altitud, hotel con un diseño sorprendente obra de arquitecto Pedro Brígida. Buen restaurante y cuidados detalles.

Casa da Cisterna. Castelo Rodrigo. www.casadacisterna.com

Tres casas de turismo rural muy bien ambientadas con posibilidad de cenar.



Quintã do Pêro Martins. Figueira de Castelo Rodrigo. <http://quintaperomartins.com>

Bonita casa de turismo rural con cinco habitaciones. También poseen tres habitaciones de madera con todas las comodidades en medio de la Reserva Faia Brava.

GASTRONOMÍA

El bacalao cocinado de mil maneras, los quesos de la Serra da Estrela elaborados exclusivamente con leche de ovejas de la raza Bordaleira y los vinos del Douro y Dão, elaborados básicamente con Tinta Roriz (tempranillo) y Touriga Nacional, son tres productos a tener en cuenta al sentarnos a la mesa.

MÁS INFORMACIÓN

Turismo de Portugal Centro www.visitcentro.com/es/

Aldeas Históricas de Portugal agrupa 12 poblaciones en la región de Beira interior, destinos históricos y turísticos que forman un conjunto único. www.aldeiahistoricasdeportugal.com



aires de fortaleza. El centro histórico está protegido por murallas, puertas y torres medievales que han llegado casi intactas hasta nuestros días; junto a las murallas se encuentra la judería, con construcciones que se remontan a la Edad Media.

Por su proximidad y por las buenas comunicaciones que hay, podemos llegarnos hasta **Viseu**, capital de la antigua provincia de Beira Alta que sólo se encuentra a 75 km. La muralla que rodea parte del casco antiguo ya nos da una idea de su importancia histórica. Aquí se asentaron los romanos y cuentan que Viriato, que luchó contra ellos, pudo haber nacido en

esta localidad. Musulmanes y castellanos se establecieron en ella hasta la formación del Condado portugués en el siglo XII, donde tuvo un gran protagonismo Don Alfonso Henriques. En el centro del casco antiguo, ocupando una situación elevada, destaca la catedral de estilo gótico (s. XVI) ya que del románico original se conservan muy pocos restos. Frente a ella, la iglesia de la Misericordia despliega todas sus artes en la fachada. Alrededor de este punto se despliega un abanico de calles por las que resulta muy agradable pasear y porqué no, sentarse en alguna terraza para deleitarnos con un plato de bacalao, uno de los productos de consumo nacional.

ALDEAS HISTÓRICAS Y SERRA DA ESTRELA

De todas maneras, para empezar a descubrir las aldeas históricas no hace falta llegar a estas dos ciudades. Podemos empezar por **Marialva**, una pequeña aldea situada a unos 55 km al norte de Guarda, con dos importantes polos de atracción. Por un lado se alza el recinto fortificado en cuyo interior destaca la torre del homenaje del castillo. Frente a este conjunto, Casas del Coro es un proyecto de turismo rural de calidad que engloba 31 habitaciones en distintas casas rehabilitadas.

Los Túrdulos fueron los primeros en establecerse en este lugar; nada que ver con el lujo y las comodidades de Casas del Coro. A este pueblo de cultura castreña le siguieron los romanos, godos y musulmanes que dieron a la ciudadela el nombre de Malva;

fue Don Fernando Magno cuando la reconquistó en el 1036 que la bautizó como Marialva. ¡Un placer intenso pasear por sus callejuelas!

Si avanzamos un poco en nuestro recorrido por la IP 2 podemos visitar **Trancoso** y más si es sábado, día de mercado. Esta aldea histórica presenta un amplio recinto amurallado con la diferencia que en su interior sigue viviendo toda la población. Al traspasar la puerta de entrada, en una pequeña plaza nos toparemos con el monumento a Gonçalo Anes Bandarra, zapatero del siglo XVI que se hizo célebre por sus profecías sobre Portugal.

Desde la misma carretera IP 2 accederemos a Gouveia y esta localidad

Abajo: Catedral de Viseu, monumento más emblemático de la ciudad





PENHAS DOURADAS

Senderismo y clima sano, dos buenas recetas para disfrutar de la naturaleza

Se trata de un enclave privilegiado en plena Serra da Estrela. El nombre proviene de la luz que toman determinadas rocas a la hora de la puesta de sol, pero lo cierto es que el lugar fue escogido para curar la tuberculosis a mitad del siglo pasado debido a su clima benigno.

Entre bosques de pino negro y grandes bloques de granito esparcidos por el paisaje, se esconden las casas de las familias pudientes de aquella época.

Actualmente es un lugar apropiado para el senderismo con largas travesías y pequeñas rutas para despertar el apetito y observar pájaros. Hay recorridos para

todos los gustos y la verdad, algunos de ellos se pueden realizar sin apenas dificultad.

El hotel Penhas Douradas puede ser una buena base y desde allí se nos presenta un recorrido circular de cuatro horas de duración con pocos desniveles que nos permite pasar por el mirador Fragão do Corvo y disfrutar de la vista en picado sobre Manteigas y el valle del Zêzere, además de pasar por el embalse de Rossim, situado a 1436 metros de altitud. En pleno invierno la nieve puede llegar a cubrir estas montañas; es entonces el momento de calzarse las raquetas de nieve para realizar el recorrido.

nos servirá de base para trepar hacia la Serra da Estrela. Declarada parque natural, la característica de esta formación montañosa hay que buscarla en los valles glaciares y los grandes bloques de granito esparcidos por el paisaje. Para descubrirla a fondo recomendamos desviarnos hacia Sabugueiro y desde allí, con la N-339, curva tras curva ir subiendo hasta alcanzar la **Torre** que con 1993 metros es el punto más alto, no sólo de la sierra sino de todo Portugal peninsular. Un centro comercial y una pequeña estación de esquí ocupan este punto. En nuestro descenso atravesaremos un caos de rocas graníticas formadas en antiguas glaciaciones, en una de las cuales se ha esculpido la imagen de la Virgen de la Buena Estrella.

En el siguiente cruce, a unos 7 km de la Torre, vale la pena descender por el valle glaciar excavado por el

río Zêzere y en 10 km llegar a **Manteigas**. En esta localidad de blancas casas y tejados de teja, podemos visitar Burel Factory. Una antigua fábrica de mantas de lana reconvertida en confección de prendas de vestir, complementos y objetos de decoración, todos realizados a partir del tejido de lana. Seguiremos nuestra ruta hacia **Belmonte**, otra aldea histórica que tiene en el castillo, el casco antiguo y diversos museos sus mayores alicientes. Hay que descubrir la particular historia del barrio judío, con una comunidad muy antigua que ha conseguido mantener sus costumbres.

LA ALDEA MÁS PORTUGUESA

Nuestro próximo destino es **Monsanto** situado a unos 80 km. Lo mejor es avanzar por la autopista A 23 y desde Alpedrinha la N-18 y N-239 nos llevarán a esta aldea histórica, sin lugar a dudas, la que mayores alicientes nos va a proporcionar. Las calles empinadas nos van a llevar hasta la fortaleza templaria, una de las estructuras



Superior: Manteigas desde el mirador de Fragão do Corvo, en la Serra da Estrela.

Derecha: La población de Monsanto emerge entre bloques de granito





Izquierda: Penetrar en Sortelha es como retroceder hasta la Edad Media

Abajo: En Castelo Rodrigo hay que probar las deliciosas almendras



militares más impresionantes de esta región. Pero lo curioso de esta aldea son sus casas, refugiadas muchas veces junto a grandes bloques de granito. La estructura medieval está presente en cada rincón, aunque alguno, como Petiscos & Granitos, se haya transformado en curioso restaurante donde saborear recetas tradicionales.

Si dejamos el coche en el exterior como resulta preceptivo, penetraremos en el recinto por la Puerta del Espíritu Santo. A partir de aquí todo es subida, eso sí, deteniéndonos en descubrir todos los rincones frente a cuya piedra grisácea las flores le dan un toque de color. Las iglesias del Sal-

vador y de la Misericordia, la Casa del Gobernador, la capilla dedicada a san Antonio y el Banco de la Paciencia serán algunos de los lugares por los que pasaremos antes de alcanzar el castillo con su gran patio interior. Ahora toca disfrutar de la vista y reponerse del esfuerzo.

Estamos llegando al final de nuestro recorrido y aún nos quedan un par de aldeas por descubrir. Desde Monsanto hasta Castelo Rodrigo –cerca del inicio de la ruta- tenemos 160 km, pero por el camino debemos detenernos en **Sortelha**, otra de las aldeas históricas que, al penetrar en el interior del recinto amurallado, es como retroceder a la época medieval ya que

Arte del neolítico y recuperación del paisaje

Si tenemos interés por los grabados del hombre del neolítico, debemos visitar el Valle del Côa. En este lugar, relativamente cerca de Castelo Rodrigo, se concentran numerosos petroglifos del Paleolítico Superior (22.000-10.000 a.C.) que de noche, con la luz de las linternas adquieren una gran relevancia. Son grabados esencialmente figurativos y representan animales a los que la forma de la roca les dan volumen. Ana Berliner de Casa da Cisterna nos puede acompañar y nos ayudará a descifrar su significado.

Entre Castelo Rodrigo y Manalva, aprovechando los acantilados que rodean el paso del río Côa, se intenta



recuperar el paisaje y la fauna que vivieron nuestros antepasados. La Reserva Natural de Faia Brava quiere ser un ejemplo de implicación en la recuperación del medio natural. Todo un reto y un verdadero lujo si pernoctamos en las habitaciones que hay en medio de la naturaleza. www.atnatureza.org

el lugar atesora ochocientos años de historia. La fortificación, mandada erigir por Sancho I, es un típico castillo asentado en una imponente roca, con la torre del homenaje aislada. Junto a él se desarrolló la pequeña aldea que mantiene sus calles empedradas y las casas de piedra con los antiguos oficios que se ofrecían.

Antes de Castelo Rodrigo, **Almeida** es otra parada obligada, aunque en este caso, el recinto amurallado con forma de estrella es mucho más moderno, ya que pertenece al siglo XVII. En el interior de la muralla que rodea **Castelo Rodrigo** se conservan los restos del castillo transformado más tarde en palacio. Las rehabilita-

das casas acogen talleres de artesanos, alojamientos de turismo rural y unas deliciosas almendras y hierbas para infusiones en Sabores do Castelo. En el interior el monumento más importante es el templo dedicado a Nuestra Señora de Rocamador cuyo origen hay que buscarlo en el siglo XIV, cuando unos monjes Hospitalarios venidos de Francia levantaron un hospital de peregrinos ya que por aquí pasa el Camino portugués hacia Santiago de Compostela.

Digno de admiración pero con un sentido bien distinto, es la picota (pelourinho en portugués) del siglo XVI de estilo manuelino que con 8 metros de altura servía para exponer a los criminales.



EL AUTOR: JORDI BASTART

Escritor y fotógrafo, es colaborador habitual de la Revista del RACVN y autor de la Guía editada por el RACVN "Turismo en 4 Ruedas". Dirige la empresa Turismo Verde SL. Además de artículos para revistas de viajes y dirigir durante siete años las 'Guías QF?' de *La Vanguardia*, ha publicado más de ochenta guías de viaje con contenidos tanto de paseos con niños, hoteles con encanto, ciudades de Europa o de diferentes lugares de España. Ha colaborado durante 20 años en el programa 'Gente Viajera' de *Onda Cero Radio*. En 2001, la Generalitat le concedió el premio al mejor libro de promoción turística de Cataluña y en 2008 recibió el 'Pica d'Estats' por sus trabajos turísticos sobre la provincia de Lleida. Junto con Toni Velázquez ha creado la Web Motor y Turismo (www.motor-y-turismo.es), en la que se unen propuestas de rutas y pruebas de coche para realizar los recorridos.



Esta nueva Guía de Viajes creada por el RACVN está pensada para disfrutar con toda la familia de rutas en automóvil, con propuestas apasionantes para no perderse lo más importante de cada itinerario.

No es fácil que niños, jóvenes y mayores puedan compartir con el mismo interés museos de todo tipo, todo lo que no hay que perderse en una ciudad o conocer juntos lo más interesante de los monumentos imprescindibles. Y, desde luego, disfrutar de actividades náuticas como el piragüismo, escalar con seguridad en rocódromos o practicar el tiro con arco. Pero todavía hay más, como la visita a cuevas para conocer los orígenes del hombre prehistórico o seguir las huellas de los dinosaurios.

Diez rutas por el norte de España, Francia y el centro de Portugal para vivir momentos inolvidables de toda la familia.

