Turismo en 4 ruedas

Guía para descubrir rutas inéditas en coche



Turismo en 4 ruedas

14 rutas en coche para recorrer los mejores lugares del sur de Francia y norte de España





REAL AUTOMÓVIL CLUB VASCO NAVARRO (RACVN)

Presidente: Pedro Martínez de Artola Director Gerente: Eduardo Martínez García

"Turismo en 4 Ruedas" es una Guía creada por el RACVN, Paseo de los Fueros, 4 - San Sebastián (Guipúzcoa)

Texto y Fotos: Jordi Bastart Coordinación: Toni Velázquez Diseño y Maquetación: Tipusgràfics

Fotomecánica: Digitalscreen

Impresión: 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

Hacer turismo con el coche nos permite viajar en libertad, sin depender de horarios, parar donde nos apetece y disfrutar a fondo de cada instante.

Presentamos la **Guía Turismo en 4 Ruedas**, formada por una selección de 14 de las rutas publicadas en la revista del RACVN, debidamente actualizadas y ampliadas y con enlaces a los diferentes portales turísticos para obtener más información.

Son itinerarios de proximidad por el sur de Francia y el norte de España que se pueden hacer desde casa en un fin de semana, un puente o, más tranquilamente, en vacaciones. Cada ruta cuenta con toda la información para que no os dejéis ni uno solo de los lugares importantes para visitar: museos, castillos, iglesias, jardines botánicos, mercados... Sin olvidar la rica gastronomía propia de cada región (con una amplia selección de quesos) y saborear los mejores vinos como los de Burdeos o Navarra o licores como el cognac o el armagnac. Todas ellas completadas con un mapa detallado del recorrido

Esta guía os permitirá conocer nuevos lugares o redescubrir los ya conocidos; sin prisas, porque son recorridos por carreteras tranquilas, para poder disfrutar de los paisajes más extraordinarios a uno y otro lado de la frontera.

Y nada más, que disfrutéis con las distintas propuestas y preparad la cámara fotográfica para recoger las mejores imágenes.

PRÓLOGO

Un futuro de cambios y retos por cumplir

Vivimos una época de cambios acelerados, una época de transitoriedad en las que puede que no sepamos bien a dónde nos dirigimos, pero sí sabemos hasta dónde hemos llegado y el potencial que tenemos para proseguir la marcha.

El campo de la automoción no es ajeno a los cambios, sino protagonista de ellos. La tecnología que hoy utilizamos en nuestro día a día, hace poco más de dos décadas era impensable, como también lo eran los sistemas de seguridad y confort con los que se puede equipar hoy a los automóviles. Es verdad que se sucederán más cambios en este campo. Ouizás, en un futuro cercano repostar gasoil sea una cosa del pasado y quizás los coches autónomos en los que sus usuarios hagan uso de ellos como si de una oficina o un cine se tratasen, sean los automóviles que pueblen las carreteras. Sea de una forma u otra, en el Real Automóvil Club Vasco Navarro (RACVN) creemos que en ese futuro no se prescindirá del automóvil, sino que éste será parte fundamental del mismo. Creemos también que en ese futuro tenemos retos por cumplir en materia de seguridad y accidentalidad, movilidad, emisiones y también la labor de concienciar a los usuarios para que hagan un uso racional de sus vehículos.

> EDUARDO MARTÍNEZ DIRECTOR GERENTE DEL RACVN



Conduce, descubre, saborea y disfruta

No somos pocas las personas a las que nos gusta viajar por placer, con ánimo de descubrir y conocer nuevos lugares y desconectar así de la rutina del día a día. Tampoco somos pocas las personas que tendemos a pensar que los destinos más apropiados deben ser aquellos que, cuanto más alejados estén, mejor. Lejos de la realidad, no hace falta ir siempre a un lugar distante para poder descubrir nuevos lugares, culturas y parajes que son desconocidos para uno, pero que ofrecen cuanto menos, motivos suficientes para ser visitados, con mucho para ver y una buena gastronomía para disfrutar.

Asimismo, en el momento actual gozamos de vehículos que poco o nada tienen que ver con los de antaño. Sean más grandes o más pequeños, estén más o menos equipados, los automóviles de hoy en día tienen unas prestaciones mínimas de seguridad y confort que nos permiten ponernos en carretera sin que los viajes sean una odisea. Por ello mismo, en el Real Automóvil Club Vasco Navarro (RACVN) hemos realizado esta guía en la que queremos proponeros 14 rutas por el sur de Francia y norte de España que creemos que merecen la pena conocer. Conduce, descubre, saborea y disfruta de las rutas que os proponemos en esta guía.

PEDRO MARTÍNEZ DE ARTOLA PRESIDENTE DEL RACVN

Reduchation & Cartis

SUMARIO

10 AUDE, PAÍS CÁTARO

Sinónimo de calidad y belleza artística, cultural o natural, engloba poblaciones muy bien conservadas y castillos que encima de roquedos son un prodigio de equilibrio.

12 RUTA 1

Paseo por el país cátaro, templos y castillos

Castillos y abadías son el testimonio de una experiencia diferente del siglo XII.

20 RUTA 2

La Montage Noire

De Castelnaudary a Narbona, una ruta plagada de castillos, grandes grutas y pueblos literarios.

28 MIDI-PYRÉNÉES. TIERRA CON HISTORIA

Hay 25 lugares que en Francia catalogan como Grands Sites como el Circo de Gavarnie, el Pic du Midi y las localidades de Cordes-sur-Ciel, Conques, Rocamadour y la capital, Toulouse.

30 RUTA 3

Un 'tour' por los Pirineos

Cada año el Tour se desliza por las carreteras de Ariège, Haute-Garonne y Hautes-Pyrénnées

38 RUTA 4

Lot y Aveyron, ríos inteligentes

Estos ríos discurren paralelos; la ruta une sus dos capitales: Cahors y Rodez.

46 AQUITANIA, PLAYA, VINOS Y 'FOIE'

Al cruzar los Pirineos nos sumergimos en esta región, que en su departamento de los Pirineos Atlánticos conserva mucho de la cultura y tradiciones vascas.

48 RUTA 5

Pirineos atlánticos

Recorrido por la Baja Navarra, Béarn y el País Vasco francés

56 RUTA 6

Las Landas

Sus pueblos conservan su pasado romano y medieval y hoy se orientan al turismo sostenible

66 POITOU CHARENTES, AIRES ATLÁNTICOS

Los torreones de La Rochelle defendieron la ciudad de ataques ingleses y las islas del río Charente fueron refugio de filibusteros. En el interior la vida discurre más plácidamente.

68 RUTA 7

Los aromas de Cognac, un paseo por la historia

Conviven la producción del 'cognac' con un patrimonio monumental y la pasión por el cómic

76 RUTA 8

Le Charente Maritime, volcada al Atlántico

La Rochelle y Rochefort son dos poblaciones ligadas a la historia naval de Francia.

86 ASTURIAS, PARAÍSO NATURAL

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

88 RUTA 9

Triángulo cultural asturiano

Oviedo, Gijón y Avilés son complementarias y sana competencia a la vez.

96 RUTA 10

Asturias, valles mineros

Con la crisis, los pozos mineros son hoy museos, y las vagonetas, trenes turísticos.

106 NAVARRA, PAISAJE EN COLORES

Encontramos espacios protegidos, sean zonas desérticas, formaciones montañosas medias o extensos valles salpicados de pueblos que han conservado la arquitectura tradicional.

108 RUTA 11

El Pirineo navarro se viste de otoño

En esta época del año, los bosques del Pirineo navarro visten las mejores galas.

116 RUTA 12

Zona Media de Navarra comarca con abolengo

Espacios naturales, iglesias y monasterios cuyos orígenes se pierden en el tiempo.

124 SORIA, NI TE LA IMAGINAS

Soria es una provincia que no se tiene en la memoria a la hora de ir de vacaciones y en cambio atesora grandes valores, tanto desde el punto de vista natural como patrimonial.

126 RUTA 13

Camino Soria, un paseo por el románico

Monumentos románicos y rincones históricos se combinan con espacios naturales conservados

134 HUESCA, UNA TIERRA CON MAGIA

Los ríos que descienden de la cordillera pirenaica forman una sucesión de valles a cual más bello. Más abajo, los pueblos del Serrablo esconden el mejor románico rural.

166 RUTA 14

Tras el curso del río Aragón

La unión de los barrancos de Astún y Escala da lugar al nacimiento del río Aragón.





WWW.AUDETOURISME.COM

ESCAPADAS CULTURALES Y GASTRONÓMICAS en el País Cátaro

En sus próximas escapadas, descubra las múltiples caras del Aude País Cátaro. El encanto de sus paisajes excepcionales cargados de historia y los lugares que le dejarán sin aliento.

Colgadas en lo alto de las Corbières, fortalezas encima de roquedos desafían el equilibro. Quéribus, Peyrepertuse o Puilarens son como ciudadelas de vértigo cargadas de historia.

Explore las abadías de Fontfroide o de Lagrasse y descubrirá la esencia del arte románico.

Déjese seducir por la Ciudad Medieval de Carcassonne, donde resuena todavía el eco de la epopeya cátara.

Para vivir esta experiencia, nada mejor que los sabores del País Cátaro acompañados de todo el saber vitivinícola de la región. De los viñedos antiguos de las denominaciones de origen Corbières y Minervois, se extraen unos vinos excepcionales. Visite sus bodegas y comparta unos momentos de cordialidad con los proprietarios.









Aude, País Cátaro

situada entre las estribaciones del macizo Central y los Pirineos, el Aude es una tierra que acoge al visitante vestida con sus mejores galas, montañas y bosques de abetos y castaños dan paso a fecundas llanuras que producen caldos cuya reputación se remonta a tiempos históricos. Una marca turística y comercial, País Cátaro que es sinónimo de calidad y belleza artística, cultural o natural que además engloba poblaciones muy bien conservadas y castillos que encima de roquedos son un prodigio de equilibrio.

El departamento del Aude, que se divide en ocho comarcas, vive en invierno al ritmo de carnavales como el de Limoux, en verano es época de festivales como los de Carcassonne y Saint Papoul, por citar solo dos, en el otoño las *foire au gras* ocupan buena parte de los calendarios de actividades y en primavera diferentes ferias gastronómicas y vitivinícolas hacen las delicias de los visitantes.

No hay que dejar de visitar cualquier mercado local. En ellos aún late el sentir occitano y se muestra tal como es: acogedor, íntimo y bullicioso a la vez. Además de disfrutar con la variedad de productos, habrá que afinar el oído para escuchar conversaciones en occitano, una lengua musical, trovadoresca por excelencia, reducida actualmente al ámbito familiar y el entorno rural.



Paseo por el país cátaro, templos y castillos

Al sur de Carcasona, en el departamento del Aude, se extiende un amplio territorio donde en el siglo xII una sociedad intentó una nueva forma de vida. Castillos y abadías son el testimonio de aquella experiencia

Entre las abruptas montañas de las Corbières, el macizo de Alaric, el valle del Alto Aude y la comarca del Quercorb, una sociedad intentó cambiar en el siglo XII las formas de vida con la vuelta al cristianismo primitivo. Los cátaros abdicaron de la pompa de la iglesia y ensalzaron un tipo de relaciones marcadas por la solidaridad, el amor, la convivencia y la belleza. Los 'Buenos Hombres' fueron considera-

dos herejes por la iglesia y serían masacrados sin piedad en una funesta alianza entre el papado de Roma y la realeza de Francia. Los que no fallecieron luchando murieron quemados en la hoguera. A finales del siglo xIII ya no quedaba ni rastro de aquella experiencia. Hace ya algunos años, la región del Aude recuperó este espíritu para convertirlo en un producto turístico de nombre 'país cátaro'.

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Se llega a Carcasona por la autopista A-61, conocida como 'Dos Mares' porque enlaza el Atlántico con el Mediterráneo. La ruta propuesta se realiza siguiendo numerosas vías locales en un recorrido de aproximadamente 180 kilómetros.

GASTRONOMÍA

Francia es país de buen comer y el departamento de Aude no resulta una excepción. De la gastronomía tradicional destaca el 'cassoulet', un guiso muy completo que incluye judías blancas y diversas clases de carne. El hígado de oca o pato –'foie' – y los quesos son otros productos a tener en cuenta, así como los vinos. El recorrido propuesto cruza diversos viñedos de las denominaciones Limoux y Corbières, que ofrecen excelentes caldos. Resulta también imprescindible degustar el espumoso 'blanquette' de l imoux



TIEMPO DE CARNAVAL

En el Carnaval de Limoux intervienen distintos personajes -pierrot, goudils...— que acompañados de bandas de músicos se encargan de amenizar una fiesta que se prolonga todos los fines de semana desde finales de enero a principios de abril, además del propio martes de carnaval. El centro de esta celebración que termina con la 'Noche de la Blanquette' es la plaza de la República.

MÁS INFORMACIÓN

www.lagrasse.com

www.audetourisme.com www.tourisme-corbieres-minervois. com www.payscathare.org www.tourisme-carcassone.fr www.limoux.fr

UNA CIUDAD DE PELÍCULA

La ruta empieza en la popular Carcasona. Como un decorado de cine se alza La Cité, la villa medieval que a punto estuvo de ser derruida en 1850. Después de su reconstrucción, un conjunto de doble muralla esconde una red de callejuelas a las que se asoman restaurantes, tiendas de recuerdos y museos. La ciudad es hoy un importante destino turístico, en cuyo interior destaca la basílica gótica de Saint Nazaire.

Izquierda: Carcasona, recinto amurallado de La Cité

A partir de aquí se propone una ruta circular en el sentido de las agujas del reloj. El primer destino es **Lagrasse**, a 36 km por la D3, donde se levanta una abadía que en el siglo xii fue el monasterio más importante del sur de Francia. Hoy, es centro de artistas y creadores de los más diversos estilos.



EL ÚLTIMO CÁTARO

A 15 km al sur por la D23 y la D613 se encuentra Villerouge-Termenès, importante centro eclesiástico que en 1321 vio morir en la hoguera a Gillaume Bélibaste, el último perfecto cátaro. Tras huir y sufrir múltiples peripecias en su exilio, fue traicionado y entregado al obispado de Carcasona. En el castillo de la localidad, además de degustar un opíparo menú medieval, puede conocerse la historia del personaie.

Descendiendo por el desfiladero del río Torgan se alcanza la tranquila **Cucugnan**. Un rehabilitado molino permite visitar el obrador Les Maîtres de Derecha arriba: Puivert, detalle de uno de los capiteles del castillo. Abajo: Saint-Hilarie, claustro de la abadía donde se creó el 'blanquette'.

mon Moulin, que produce unos dulces deliciosos. De cuidada arquitectura, albergues y restaurantes ofrecen lo mejor de la gastronomía local. A unos 4 km pueden visitarse los castillos de **Queribus** y **Peyrepertuse**.

La D19 cruza la Roque de la Pourcatière para tomar la D117 hasta Lapradelle. Desde esta población nos podemos acercar al castillo de Puilarens, a 697 metros de altura. Fue

Castillos y abadías son hoy testimonio histórico del estilo de vida de los cátaros que murieron quemados en la hoguera

la fortaleza más meridional de Francia y protegía la entrada al valle de la Boulzane de las amenazas del reino de Aragón. Conserva todo el recinto amurallado y la torre donde pernoctó Blanca de Navarra, que la leyenda convirtió en la 'Dame Blanche'.

La D117 se cuela junto al río Aude por el espectacular desfiladero de la Pierre-Lys para llegar a **Puivert**. Su castillo fue una fortaleza no defensiva, en cuya amplia sala de la Torre del Homenaje aún se pueden ver los capiteles que representan a músicos interpretando instrumentos antiguos.

Por la D121 y D12 se llega a **Espéra**za, antiguo centro de fabricación de sombreros y uno de los lugares donde se han encontrado más restos de







Museos de todo tipo para

Museos de todo tipo, para todos los gustos y aficiones

Localidades como Espéraza o Limoux permiten 'descansar' de medievalismo para conocer museos dedicados a temas tan variados como dinosaurios, sombreros, autómatas o instrumentos musicales.

Los viajeros interesados en conocer a fondo la historia v tradiciones cátaras verán satisfecha su curiosidad en los museos de Carcasona o Puivert. cuvo Museo del Quercorb muestra reproducciones de instrumentos medievales, además de la vida rural v algunos oficios tradicionales. Por su parte, la antiqua estación de tren de Espéraza acoge dos museos: uno dedicado a los dinosaurios. con fósiles de más de tres millones de años de antigüedad y una sala dedicada al 'Tvranosaurus Rex': v otro, a los sombreros, actividad que caracterizó antiquamente al pueblo. Además de poder ver todo el proceso

de fabricación hay una tienda donde adquirir algunos modelos.

La ciudad de Limoux, además de un cuidado casco antiguo permite disfrutar de espacios de expositivos muy variados, dedicados al piano, los autómatas, la imprenta o el Museo Petiet de pintura. En este último, en una atmosfera de finales del siglo XIX de lo que fue el estudio de la familia Petiet, descubriremos las distintas corrientes artísticas de esta época. Orientalismo, impresionismo y puntillismo serán algunas de las técnicas utilizadas.

El Museo de los Autómatas ofrece numerosas escenas inspiradas en cuentos y leyendas; el del Piano en la iglesia de Santiago, está consagrado a este instrumento musical, mientras que el de la Imprenta recoge numerosos objetos que harán revivir la historia de la imprenta desde Gutemberg.



Derecha: Couiza, Chateau
Ducs de la Joieuse, historia y
propuesta culinaria de calidad.
Abajo: Cucugnan, panorámica
de la localidad y su entorno.



dinosaurios. Estas singularidades han dejado sendos museos en la antigua estación de tren. Por la D118 se alcanza **Couiza**, con su Chateau Ducs de la Joieuse. Alojarse en él o tomar una copa en el amplio patio interior es revivir la historia

LEYENDAS Y AGUAS TERMALES

El siguiente destino es el pueblo de Rennes-le-Château, un lugar mágico por las magníficas vistas de los alrededores y la leyenda de los tesoros escondidos por el cura Béren-

guer Saunière. Llegó a esta apacible localidad en 1885 y al poco tiempo afrontó grandes obras de adecuación en la iglesia de Santa Magdalena, hasta convertirla en la magnífica mansión de Villa Béthania. A su muerte en 1917 empezó a correr la voz de que todo aquello lo había conseguido por un tesoro que podía pertenecer al periodo de ocupación visigótica. Aún hay quien cree que a través de la simbología que esconde la iglesia se puede llegar a descifrar el lugar donde permanece enterrado el fabuloso tesoro.



Izquierda: Vista desde el castillo de Puivert. Abajo: El Páis Cátaro es fiel a la tradición de buen comer en Francia.



En el castillo de Villerouge-Termenes se cuenta la historia del último cátaro y el juicio antes de perecer en la hoguera

La ruta sigue por la vía local que hay antes de Rennes-le-Château para tomar la D14 hasta la villa termal de **Rennes-les-Bains**. Por la D613 se llega al **castillo de Arques**, admirable construcción gótica con un magnífico torreón. Del centro del pueblo sale la D54, que cruza el Col de Valmigère (705 metros) para tomar la D129 hasta **Limoux**, conocida por su Carnaval.

Una última etapa lleva a visitar la antigua abadía benedictina de Saint

Hilaire. Fue recinto fortificado y prisión, y en su bodega excavada en la roca los monjes descubrieron en 1531 el espumoso que bautizaron como 'blanquette'. No hay que perderse el agradable claustro, la iglesia –guarda un sarcófago de mármol dedicado a San Saturnino– y los aposentos del abad, donde hay que buscar un par de escenas subidas de tono en el techo pintado en el siglo xv. Solo queda recorrer los 17 km que separan Saint Hilaire de Carcasona y concluir la ruta.



LOS CÁTAROS

Una herejía que se convierte en producto turístico

El llamado catarismo es una herejía que surgió a principios del siglo x y se extendió principalmente por Occitania. En esencia era la práctica del cristianismo más puro que tomaba como referencia el Nuevo Testamento, Los Hombres Buenos como se llamaban a ellos mismos. practicaban una religión dualista que se basaba en dos principios: del Bien por su espíritu, y del Mal por la carne, la materia. Eran vegetarianos aunque comían todo tipo de pescados, practicaban el bien v administraban el sacramento del Bautismo llamado consolament.

Esta filosofía de vida alejada de las pompas de la iglesia de Roma pronto entró en contradicción con ella. A principios del siglo xIII Santo Domingo de Guzmán predica en el país en contra de la hereiía cátara.

Al no obtener resultados, el papa Inocencio III decide pasar a la acción contando con el apoyo del rey francés. Empieza una guerra que terminará con ciudades arrasadas y numerosos cátaros quemados en la hoquera.

Con el tiempo, no sólo los castillos cátaros se transforman en un atractivo turístico sino que se potencia una marca: 'Pays cathare', bajo la cual se desarrollan muchos productos como miel, mermeladas, paquetes turísticos, etc. Es así como un movimiento social masacrado termina en referente filosófico y turístico.



La Montagne Noire

De Castelnaudary a Narbona –a orillas del Mediterráneo–, por los viñedos del Cabardès y del Minervois, proponemos una ruta por el macizo de la Montagne Noire, plagada de castillos vigilantes, enormes grutas y pueblos literarios.

Castelnaudary es la capital de la región natural de Lauragais pero también del 'cassoulet', plato comparable a la fabada que se cocina con judías blancas, tocino, confit de pato, costilla de cerdo o salchichas, aderezado con hierbas aromáticas, ajos y pimienta. El recipiente en el que se cocina da nombre al plato: una cazuela troncocónica inventada por un inmigrante italiano a finales del siglo xIV. Pero Castelnaudary guarda también secretos culturales como la co-

legiata de San Miguel, la capilla de la Virgen de la Piedad y sus retablos en madera policromada, y el Museo del Lauragais. Por aquí también pasa el **Canal du Midi**, por lo que Castelnaudary cuenta con un precioso puerto fluvial, imprescindible para los amantes de la fotografía.

A unos 10 km por la D 103 se levanta la abadía de Saint Papoul. Un claustro de filigrana del siglo xiv es el centro de este cenobio, fundado en el

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Se llega a Castelnaudary por la autopista A-61, conocida como 'Dos Mares' porque enlaza el Atlántico con el Mediterráneo. La propuesta de ruta por la zona de la Montagne Noire se realiza a través de numerosas vías locales, a lo largo de unos 160 km.

'VILLAGE DU LIVRE'

Montolieu, una de las localidades de la ruta, está considerada 'Village du livre', un reconocimiento que reciben poblaciones de todo el mundo que tienen en común la presencia de numerosas librerías antiguas—generalmente, de libros de ocasión—y museos relacionados con esta especialidad artística.

GASTRONOMÍA

Además del 'cassoulet' y los derivados del pato como platos más tradicionales, por el camino encontraremos diversos restaurantes



con estrella Michelin que nos ofrecerán una cocina más creativa. Tal es el caso de la Hostellerie de la Pomarede cerca de Castelnaudary, de L'Ambrosia en Pezens, no muy lejos de Montolieu, Le Puits du Trésor en Lastours y La Table Saint Crescent en Narbona.

MÁS INFORMACIÓN

Turismo del Aude:

www.audetourisme.com

Turismo de Castelnaudary:

www.castelnaudary-tourisme.com

Turismo de Caunnes Minervois:

www.caunesminervois.com

Turismo de Narbona:

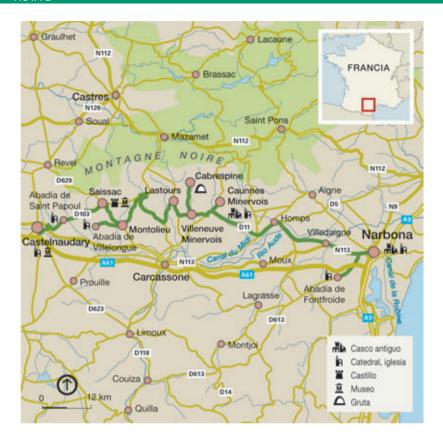
www.narbonne-tourisme.com

siglo viii y que estuvo en manos de los benedictinos. Otros tesoros son la iglesia y un pequeño museo con esculturas de la escuela del Maestro de Cabestany. A 14 km se encuentra Saissac, una preciosa población en cuyo extremo meridional se levantan los restos del antiguo castillo. Refugio del catarismo, en 1209 sucumbió a los ataques de los cruzados al mando de Simón de Montfort. Desde entonces ha soportado muchas batallas y hoy pueden verse los restos

Izquierda: Saint Papoul, vista del claustro del siglo xiv con doble columna.

consolidados y una exposición sobre el legendario tesoro de Saissac y la política monetaria en la época medieval.

Por la D 629, en dirección a Montolieu, conviene desviarse para visitar la abadía de Villelongue. Levantada en el siglo XII por los cistercienses,



supone un rincón de paz entre piedras históricas. La historia reciente de **Montelieu** esta ligada a los libros. A finales de 1989, gracias al esfuerzo del encuadernador y bibliófilo Michel Braibant, esta población se inscribió como 'Village du Livre'. Aunque no rebasa el millar de habitantes, cuenta con una quincena de librerías que, además del libro nuevo, fomentan el mercado de segunda mano, talleres de caligrafía, grabados y todo lo rela-

cionado con la edición y la escritura. En el Musée des Arts et Métiers du Livre se puede recorrer la historia del libro desde el nacimiento de la escritura hasta la imprenta.

CASTILLOS Y GRUTAS

Tras un recorrido de 25 km por un entramado de carreteras locales que cruzan campos de cereales y viñas, Lastours luce en lo alto los restos de cuatro fortalezas. El acceso a los an-

A lo largo de la ruta los viñedos de las A.O.C. Cabardès y Minervois, garantizan unos vinos de prestigio, aromáticos y con cuerpo Abajo: Fontfroide, sello papal en esta majestuosa abadía que se distinguió en la lucha contra el catarismo.

Derecha: Castelnaudary posee un agradable puerto fluvial.

Abajo-derecha: Cerca de la localidad de Cabrespine se puede visitar la Gouffre Géant.



tiguos castillos se realiza por un empinado sendero que puede recorrerse en 20 minutos a buen ritmo. Antes, se recomienda visitar el centro de recepción de visitantes, ubicado junto a un restaurante con estrella Michelin y un albergue más económico, regentados ambos por el mismo dueño.

La ruta prosigue bajo tierra por gigantescas e impresionantes grutas, como la de **Limousis y la Gouffre Géant de Cabrespine** (ver página siguiente). Para ello, hay que regresar antes a **Villeneuve Minervois**, donde los sibaritas pueden visitar la Maison de la Truffe y disfrutar de este hongo tan aromático.





ESTATUAS DE MÁRMOL ROSA

El Minervois es una región vinícola cuya capital, **Caunnes Minervois**,
conserva el trazado medieval. El
centro de la vida social son dos plazas de plátanos centenarios –Grande
Fontaine y de la Republique–, donde
los lugareños acuden a comer, tomar una copa o escuchar música.
La población presume de grandes
estatuas elaboradas con el mármol
rosado que se extrae de sus canteras desde el tiempo de los romanos.
El monumento más importante de la



ESPECTÁCULOS DE LUZ Y SONIDO EN LAS GRUTAS Paseos por las profundidades

Durante el recorrido podremos visitar un par de grutas gigantescas que, bien ambientadas y acondicionadas ofrecen interesantes espectáculos de luz y sonido. La temperatura se mantiene todo el año alrededor de los 15°C y para las visitas, que suelen durar unos 45 minutos, sólo debemos ir provistos de calzado cómodo y algo de ropa de abrigo.

Antes de llegar a Cabrespine, vale la pena desviarnos de la ruta para visitar la gruta de Limousis. Su riqueza y diversidad permite a todo tipo de público sumergirse en un mundo mágico, viaje al centro de la Tierra ambientado en sus cinco salas con un espectáculo de luz y sonido muy bien resuelto. En medio de la cavidad destaca un conjunto de columnas formado por cristales de aragonita de cuatro metros de alto y diez metros de ancho.

La Gouffre Géant de Cabrespine cerca de la localidad del mismo nombre, también nos espera para sumergirnos en este mundo subterráneo.

Esta sima gigantesca presenta unas medidas descomunales, con unos 150 metros de profundidad y muchos rincones por explorar. Desde una plataforma elevada pueden admirarse todas las formaciones que se han ido creando a lo largo del tiempo y a través de unas pantallas táctiles recibir toda la información. Las impactantes notas de 'Carmina Burana', acompañadas de efectos luminosos, ponen el broche final al espectáculo.

Gruta de Limousis www.grotte-de-limousis.com/es/ Gouffre Géant de Cabrespine www.gouffre-de-cabrespine.com/es/ Derecha: Villelongue, levantada en el siglo xII. Abajo: para 'gourmets' restaurante en Les Halles de Narbona





Las impresionantes abadías y los castillos en lo alto de la roca evidencian el peso histórico de esta bella región

localidad es su abadía, presidida por dos torres y rematada por tres magníficos ábsides románicos.

FONTFROIDE Y NARBONA

Camino del Mediterráneo, tras 55 km de carretera, la abadía de Fontfroide es más que un templo para el recogimiento: este monumento histórico fue centro de represión contra el catarismo y se alza como un palacio

para abades y príncipes. No hay que perderse el gran patio de entrada (siglo xvIII), el edificio de los monjes conversos, el patio Luis xIV -impregnado del color y olor de la lavanda—, el claustro (siglos XII-XIII), la sala capitular -obra maestra del románico—, la enorme iglesia abacial del siglo XII y el patio exterior, con más de dos mil rosales. A unos 15 km de Fontfroide, la ciudad de **Narbona** es el punto final de la ruta. Con 2.500 años

de historia, combina con inmejorable equilibrio las piedras antiguas en magnifico estado de conservación y los nuevos proyectos. El centro histórico peatonal está dividido por el canal de la Robine, que se une con el canal del Midi en una esclusa: ver cómo los barcos acceden a un nivel superior de agua resulta verdaderamente espectacular. Muy cerca, en la grandilocuente plaza del Ayuntamiento se encuentran el antiguo palacio de los arzobispos, sede actual de la municipalidad, y la catedral. En el centro de la plaza, una excavación permite ver los restos de la Via Domitia. Al otro lado de la Robine, detrás de un paseo arbolado, asoma el edifico de **Les Halles**, un mercado con puestos de degustación de productos. A su lado, la iglesia gótica de Notre-Dame de Lamourguier es hoy un museo de lápidas y bajorrelieves de la época romana.



Izquierda: Montelieu, interior de una de sus numerosas librerías. Abajo: Precioso claustro en la abadía de Fontfroide.





CANAL DU MIDI

Permite cruzar toda Francia en embarcaciones a motor

El canal del Midi nació del empeño de un gran prohombre del siglo xvii, Pierre Paul Riquet, ministro de finanzas de Luis xiv. A él se debe la idea de recoger las aguas de la Montaña Negra para alimentar el canal que serían agrupadas en el punto más alto entre los dos mares. De allí, el agua correría hacia dos pendientes: en el Oeste, el océano Atlántico, y hacia el Este, el Mediterráneo.

Se trataba de una obra titánica de 240 km de longitud, una anchura media de 20 metros y en la que se debían realizar más de trescientas construcciones, entre esclusas, puentes, acueductos, embalse y pasos subterráneos. Doce mil

personas trabajaron en esta obra colosal que se construyó en catorce años. En Maurouze, junto a la N-113, un obelisco perpetúa el recuerdo de Riquet. En este punto, por ser el más elevado en el trayecto del canal, es donde se realiza la partición de las aguas.

Declarado Patrimonio de la
Humanidad por el Canal du Midi se
puede atravesar Francia a bordo
de embarcaciones a motor, cuyo
manejo no requiere ningún título,
sólo nociones de sentido común. Son
pequeños apartamentos flotantes
completamente equipados, las hay
de distintas capacidades y se pueden
alquilar para un fin de semana o
periodos más largos.





Midi-Pyrénées, tierra con historia

cho departamentos se engloban dentro de esta región que se extiende entre los Pirineos y el Macizo Central. Haute Garonne, Hautes-Pyrénées, Ariège, Gers, Tarn et Garonne, Aveyron, Lot y Tarn, cada cual con su idiosincrasia pero con un destino en común: los paisajes preservados, el patrimonio monumental y el buen comer.

El Canal del Midi cruza este territorio de levante a poniente pero también el Camino de Santiago de norte a sur que a su paso va dejando un rosario de bellos templos románicos. Son tierras para la práctica del senderismo, el cicloturiosmo y también de fuentes termales, así como para sentarse a la mesa y disfrutar con el foie gras, la trufa, los vinos y el armagnac.

En Midi-Pyrénées existen 25 lugares de los que en Francia se catalogan como Grands Sites entre los que podemos destacar el Circo de Gavarnie, el Pic du Midi y las localidades de Cordes-sur-Ciel, Conques, Rocamadour y la capital Toulouse. La bautizada como ciudad rosa por el color de las fachadas, el río la atraviesa creando bellas imágenes que adquieren más protagonismo con la iluminación nocturna. Ciudad clásica con un interesante centro histórico, contrasta con las modernas instalaciones de su Ciudad del Espacio y la cadena de montaje del Airbus, las cuales vale la pena visitar.

Un 'tour' por los Pirineos

Cada año el Tour se desliza por las carreteras de los departamentos de Ariège, Haute-Garonne y Hautes-Pyrénnées. Los esforzados ciclistas apenas pueden saborear el paisaje y los grandes puertos

Mientras los ciclistas apenas levantan los ojos del asfalto, los automovilistas sí tienen la posibilidad -casi obligación- de parar en los miradores que salpican el recorrido del Tour de Francia, compartiendo ruta con los aficionados que emulan a los profesionales.

EN TERRITORIO CÁTARO

El itinerario empieza con la vista puesta en las tres torres del castillo de Foix, que se yerguen al paso del río Ariège. Este antiguo bastión de la filosofía cátara es uno de los atractivos turísticos de la capital del departamento de Ariège. Sus muros guardan un museo donde seguir los entresijos de los poderosos condes de Foix. Un bello recorrido de 44 km por la D117 acerca al tranquilo pueblecito de Saint Girons, capital del valle de Couserans. A apenas un par de kilómetros, es de visita obligada el núcleo de Saint Lizier, lugar de paso de una variante del Camino de Santiago, donde los peregrinos acudían



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Desde Foix al puerto de Tourmalet se extienden más de 200 km de carreteras, en algunos casos reviradas y con desniveles considerables. Para situarse en el punto de partida, la mejor opción es utilizar la autopista A64, que une Bayona y Toulouse.

BUENA MESA

Entre los numerosos restaurantes de las localidades de la ruta, dos recomendaciones especiales:
Le Carré de l'Ange de Saint Lizier (www.lecarredelange.com), restaurante donde Paul Fontvieille ofrece cocina creativa basada en las recetas tradicionales de la región.
La Table de Saoussas, frente al molino de Saoussas en Loudenvielle. Cocina de temporada con repostería casera.

CUANDO EL QUESO ES EL REY

La *tome* es un queso que se elabora en los Pirineos centrales desde el



siglo XII, donde madura en numerosas cuevas.

Su corteza puede ser negra o dorada, su pasta blanda con un color amarillo pálido y su sabor varía de ácido a fuerte. Cada valle, cada pueblo, cada granjero tiene sus rituales, su pequeño secreto y el tiempo de afinado, pero el producto que goza de un sello de protección (IGP) mantiene una calidad excepcional.

MÁS INFORMACIÓN

www.turismo-midi-pyrenees.es. www.ariege-pirineos-turismo.es www.pirineos-vacaciones.com. www.vallee-du-louron.com

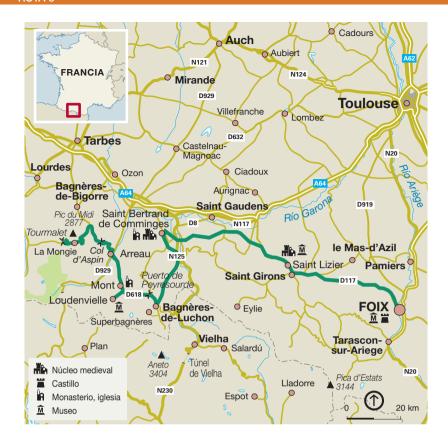
Izquierda: Superbagnerès, en verano destino ideal para senderistas

a venerar los restos del santo. Hoy, el templo dedicado a san Lizier es una importante muestra de arte románico y gótico, con especial atención a las pinturas murales del siglo xi sobre el coro y los bellos capiteles del claustro. Una visita guiada permitirá también visitar una farmacia del siglo xvIII, mientras que las empinadas ca-

llejuelas llevan hasta el palacio de los Obispos, que próximamente acogerá un museo etnográfico. Una parte del palacio es residencia de turismo y en una de sus salas se encuentra el restaurante Le Carré de l'Ange.

PERLA CULTURAL DE LOS PIRINEOS

La D117 y la D26 llevan en unos 60 km a Saint Bertrand de Comminges, ciudadela medieval elevada



sobre el paso del río Garona, considerada la perla cultural de los Pirineos centrales. Formada por galos y romanos, su imagen actual está presidida por la muralla medieval que rodea la ciudad alta, de la que sobresale la catedral de Santa María, originaria de finales del siglo xi e inicios del xii. El claustro es una mezcla de estilos románico y gótico, con preciosos capiteles historiados. En su interior, otra

magnífica obra: el coro realizado entre los años 1525 y 1535, donde los canónigos se aislaban del flujo de peregrinos. En la villa medieval, mansiones de los siglos xv y xvi, además de tres de las puertas de acceso a la ciudadela. En el llano espera otra joya: la basílica de Saint Just de Valcabrère (siglos xivi), en cuya construcción se utilizaron piedras de un cementerio paleocristiano.

Los puertos míticos del Tour se llenan en vacaciones de ciclistas aficionados que intentan emular a los grandes héroes Derecha: Teleférico para disfrutar de las vistas a lo largo de la ascensión al Pic du Midi. Abajo: Le Carré de l'Ange, cocina tradicional con toque creativo, en Saint Lizier





Tras 45 kilómetros por la N125, **Luchon** es el gran centro termal de los Pirineos y una de las estaciones de esquí más reputadas. En verano, el teleférico que asciende a **Superbagnères** –el mayor de los Pirineos con un desnivel de 1.300 metros– es el transporte ideal para realizar rutas a pie o BTT, o simplemente para disfrutar del paisaje.

La ruta sigue por la D618, en un recorrido corto pero virado, hasta el puerto de Peyresourde (1.569 metros). El valle de Louron se extiende como una serpiente verde que acompaña el paso del río del mismo nombre. A nuestra espalda, las altas montañas fronterizas con el Alto Aragón esconden las pistas de la estación de Peyragudes. Los 15 pueblos del valle aportan una nota cálida, con iglesias de origen románico y bellas pinturas murales. En la iglesia de Mont, un descarado demonio asusta a los más pequeños cuando no se terminan la sopa.

Cuando el valle se ensancha, Loudenvielle ejerce de capital turística. El río Louron se remansa formando un gran lago a las orillas del cual surgen alternativas de ocio familiar. Una buena opción es el molino de Saussas, convertido en museo del mundo rural gracias al esfuerzo personal



LA OFERTA TERMAL DE LOS PIRINEOS

Cuidados excepcionales para el cuerpo y la mente

Las altas montañas pirenaicas de los departamentos de Hautes-Pyrénées y Haute-Garonne proporcionan, además de unos espléndidos paisajes para realizar las mil y una excursiones, unas fuentes termales que en la mayoría de los casos ya fueron aprovechadas por los romanos.

El más antiguo de ellos es el de la localidad de Bagnères-de-Luchon que con unas aguas sulfurosas propone no solamente curas para las enfermedades de la piel sino también diversas propuestas para la relajación del cuerpo.

Su vaporarium en una galería excavada en la roca, es único en Europa. En el valle de Louron, cerca del lago Génos-Loudenvielle, Balnéa es la apuesta moderna para conjugar termalismo y placer de cuerpo y mente. Sus instalaciones ofrecen diversos espacios de relajación mientras a través de las grandes cristaleras se disfruta del espacio exterior. En Bagnères-de-Bigorre, en el valle de Campan, Aquensis representa la unión de los dos conceptos, el glamour y la modernidad. Un edificio del siglo xvIIII completamente renovado acoge las modernas instalaciones, una especie de 'catedral de madera' con 3.500 m2 dedicados a los placeres del agua termal.

MAS INFORMACIÓN

www.thermes-luchon.fr. www.luchon-bien-etre.fr www.balnea.fr www.aquensis.fr

En Saint Bertrand de Cominges los templos de Saint Just de Valcabrère y Santa Maria son una verdadera maravilla

de Georgette. Los más pequeños pueden pescar truchas en el estanque mientras los mayores disfrutan de los estupendos quesos que elabora su propietaria y de los placeres de la mesa en el restaurante La Table de Sagussas

PIC DU MIDI, ATALAYA DE LOS PIRINEOS

El recorrido sigue por el valle de Aure, donde Arreau es un buen lugar para pasear junto al río antes de afrontar al ascenso al Col d'Aspin, otro clásico del Tour. Desde sus 1.488 metros se divisa el vecino Pic du Midi, un gigante de 2.877 metros. Aún quedan unos 25 kilómetros hasta La Mongie, donde sale el teleférico que permite acercarse al **Pic du Midi**: su altura y aislamiento respecto a otras montañas le confieren el papel de atalaya. La aventura de convertir este pico en mirador empezó hace 130 años, cuando unos esforzados investiga-





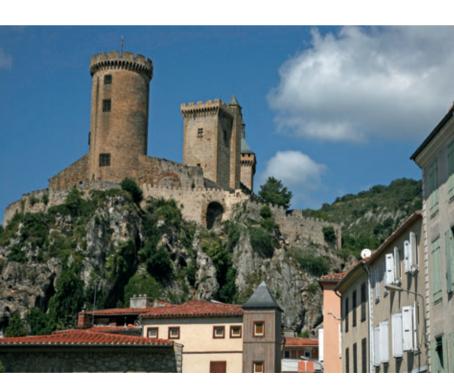


Derecha: Col d'Aspin, cima clásica del Tour, buen mirador del entorno. Abajo: Foix , con el castillo dominando la población



dores se empeñaron en colocar los primeros instrumentos en la cumbre. Actualmente es un centro astrológico de primer orden, con una exposición para aprender aspectos desconocidos del Universo y la heroica historia de la 'conquista' de esta montaña. También hay un restaurante, un bar y un solárium.

Ya de nuevo con los pies en el asfalto, esta aventura cicloturista no estaría completa sin el ascenso al **Tourmalet**: sus 2.115 metros han marcado etapas míticas del Tour de Francia. Un monumento a Octave Lapize, el primer ciclista que lo coronó en 1910, es el merecido homenaje a los esforzados héroes de dos ruedas.





LOS VIÑEDOS DE MIDI-PYRÉNÉES

Vinos de prestigio en un cuidado territorio

En la actualidad, tres territorios de Midi-Pyrénées se benefician de la distinción Viñedos y Descubrimiento que se otorga a nivel nacional: el viñedo de Gaillac, el de Cahors, y el de Armagnac. De este último sale el aguardiente más antiguo de Francia. Situado en el departamento de Tarn con una superficie de más de tres mil hectáreas, el viñedo de Gaillac es el más antiguo de Francia y se remonta al siglo I a.C. La variedad de sus uvas da lugar a un abanico de vinos que abarcan desde los blancos, rosados o los tintos

El vino blanco de Gaillac obtuvo la denominación de origen en 1938 y La Casa de los Vinos de Gaillac situada en los antiguos muros de la Abadía Saint-Michel, es un escaparate de esta denominación de origen, donde se pueden degustar más de cien vinos de esta D.O.

Con una superficie de 3.500 hectáreas alrededor del valle del Lot, el viñedo de Cahors fue fundado por los romanos hacia el año 50 a.C. Los vinos de Cahors son de la variedad Malbec, de un color muy oscuro. Son vinos fuertes de gran complejidad aromática donde se mezclan aromas y sabores a frutas negras, violeta, regaliz, café o cuero.

La Villa Cahors Malbec es un espacio de información y degustación, donde todos los primeros jueves del mes se celebran encuentros que aúnan la gastronomía y la degustación de sus meiores vinos.

Lot y Aveyron, los ríos inteligentes

El Lot y el Aveyron nacen en el Macizo Central francés, discurren paralelos y dan nombre a dos regiones del Midi-Pyrenèes. Esta ruta une sus dos capitales –Cahors y Rodez–, cruzando la región de Rouergue y sus villas-bastida.

El puente Valentré da la bienvenida a la ciudad de **Cahors**. Clasificada por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad, es un magnífico ejemplo de arquitectura militar del siglo xIV. Aunque se han encontrado restos romanos, la Cahors actual se levantó en el siglo XIII en un meandro del río Lot, al que se asoma la parte trasera de la **catedral de Saint-Ètienne**. Los principales alicientes de este templo con aspecto de fortaleza son la variedad de estilos arquitectónicos y las dos impresionantes cúpulas que

dominan una nave única. Originaria del siglo vi, mantiene las puertas norte y sur del templo románico. Al principio del siglo xiv se levanta la fachada occidental y a inicios del siglo siguiente, el claustro gótico flamígero. Los miércoles y sábados se celebra a las puertas del templo un popular mercado, ideal para adquirir un recuerdo de la ciudad.

Los barrios medievales de Cahors conservan numerosas fachadas góticas de los siglos xIII y XIV, que con-



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Desde la frontera de Hendaya, la forma más rápida de llegar a Cahors es tomando la autopista A64 hasta Toulose y luego la A20 hasta Cahors, en un recorrido de aproximadamente 400 kilómetros. La ruta planteada supera los 130 km.

UN DÍA DE MERCADO

Para descubrir el verdadero ambiente de las villas-bastida hay que acudir a ellas el día que se celebra el mercado. Fue la esencia de su creación en el siglo xiii y aún hoy en día sigue siendo el acontecimiento más esperado alrededor del cual se articula la vida de la población. El marco es incomparable: una plaza porticada y las callejuelas medievales que se desparraman por los alrededores. Allí, además de frutas y verduras encontraremos vinos de las distintas AOC, trufas, azafrán de Quercy, foie-gras, nuez de Périgord,



un gran surtido de quesos y un sinfín de productos tradicionales.

FN RODEZ

Los mercados tradicionales tienen lugar los miércoles por la mañana en la Place du Bourg, los viernes tarde en la Place du Sacré Coeur y los sábados por la mañana en las plaza del Bourg y de la Cité.

MÁS INFORMACIÓN

Midi-Pyrénées:

www.turismo-midi-pyrenees.es Lot: www.tourisme-lot.com

Aveyron: www.tourisme-aveyron.com

Rodez: www.ot-rodez.fr

Cahors: www.tourisme-cahors.com

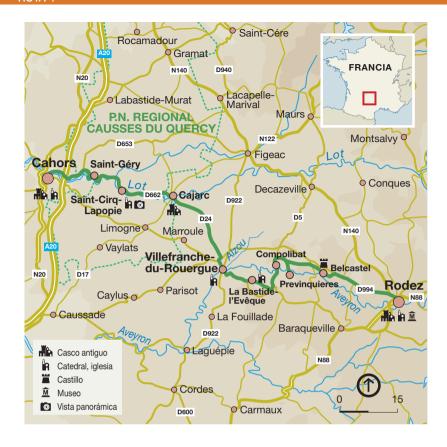
Izquierda: Sant Cirq Lapopie, uno de los pueblos más bonitos de Francia.

viven con edificios del Renacimiento. Destacan la torre Juan XXII, la casa Henri IV o la Barbacana. El bulevar Gambetta, que conserva el ambiente animado y callejero de las ciudades del sur, guarda destacados testimonios impregnados de clasicismo del siglo XIX, como el teatro y el Palacio de Justicia.

La carretera D653 une Cahors y Saint-Géry, en una ruta que discurre junto a un Lot que alimenta campos de espárragos, fresas y todo tipo de hortalizas. En sus orillas se encuentran bellos pueblecitos con elementos defensivos que hablan de un pasado cargado de historia.

SIGUIENDO EL LOT

Entre estos pueblos destacan Saint-Géry, con numerosas terrazas al-



rededor del antiguo mercado, y el espectacular Saint Cirq Lapopie, colgado de un escarpe rocoso y considerado uno de los pueblos más bonitos de Francia. Volcado al turismo, la mayoría de sus casas han sido transformadas en galerías de arte, restaurantes y tiendas de recuerdos. Sobre una terraza, cerca del acantilado, se levanta la iglesia fortificada del siglo xvi que absorbió el antiguo templo románico. Junto a la oficina

de turismo sale una senda que conduce a lo alto de un escarpe rocoso que antiguamente acogió un castillo y hoy es un formidable mirador.

Desde Saint-Géry, la carretera D662 sigue los meandros del Lot con destino a **Cajarc**, en el límite entre los departamentos de Lot y Aveyron. Las casas de su casco antiguo, donde nació la escritora François Sagan y fue concejal George Pompidou, se

La ruta permite disfrutar de algunos de los pueblos más bonitos de Francia como Saint Cirq Lapopie

Derecha:Vista campestre en la región de Rouergue. Abajo: Buena parte de la ruta va siguiendo el río Lot.





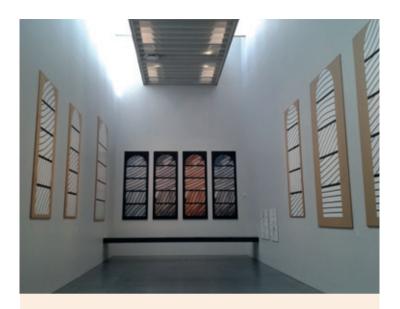
arremolinan alrededor de la iglesia de Saint Etienne.

LAS VILLAS-BASTIDA DEL ROUERGUE

Dejando atrás el río Lot, la ruta penetra a la comarca del Rouergue, que se distingue por las llamadas 'villas-bastida'. El fuerte crecimiento demográfico y la necesidad de organizar la vida social incita a los mandatarios del siglo xIII a desarrollar una política de ordenación del territorio por la que en apenas 150 años nacen más de 600 villas-bastida. Estos pueblos se estructuran según un plan urbanístico que dispone las ca-

sas alrededor de una plaza porticada, en estrechas callejuelas que forman un entramado cuadrangular. Un novedoso sistema de contratos con los poderes fácticos atrae numerosos artesanos a estas villas, que se organizan a partir del mercado que todavía hoy se sigue celebrando en la plaza central.

La D24 nos acerca en unos 30 km a Villefranche de Rouergue, edificada en el siglo XIII en la confluencia de los ríos Aveyron y Alzou. En un lateral de la plaza porticada destaca la monumental colegiata de Nôtre Dame (siglos XIV-XV), cuya austera fachada contrasta con las cristaleras que



oferta museística Rodez, ciudad de arte

La capital del Aveyron cuenta con una oferta de museos muy recomendable tanto para los amantes del arte contemporáneo como de la Prehistoria. Entre ellos destacael Museo Soulages, inauguradoel año 2014.

Con un coste de 21.5 millones de euros. el proyecto del moderno edificio ha sido realizado por el despacho RCR, equipo de arquitectos catalanes de reconocido prestigio que en este caso se han asociado al gabinete de arquitectos franceses Passelac & Roques, El edificio en sí es una verdadera obra de arte ya que está concebido mediante una escala de volúmenes cuyas aperturas de la cara norte comunican con el parque del Foirail, Pierre Soulages. nacido en Rodez el año 1919, es el decano de los pintores franceses y una referencia en el arte francés del siglo xx, al que se le dedica en vida

un gran espacio a su obra. Siempre tuvo una verdadera fascinación por los paisajes del Aveyron aunque actualmente su obra posee un elevado contenido abstracto. Conocido como el 'pintor negro' por su interés por este color, destaca la serie Outrenoir, con obras de trazos geométricos y predominio negro, cuyo aspecto cambia según evoluciona la luz del día.

En Rodez pueden visitarse también el Museo Denys Puech, con una colección de esculturas de Denys Puech, pinturas de Maurice Bompard y grabados de Eugène Viala; y el Museo Fenaille, que presenta la arqueología, el arte y la historia de la región del Rouergue, de la Prehistoria al inicio del siglo xvII, con una interesante colección de menhires trabajados que representan figuras humanas encaiadas en la forma de la piedra.

Las villas-bastida son verdaderos ejemplos de adaptación urbanística en plena época medieval

permiten el paso de la luz al ábside y las figuras esculpidas que adornan el coro. En la villa destacan también los frescos del techo de la capilla de los Penitentes Negros (siglo xvii) y la cartuja de Saint Sauver, con los bellos trabajos en madera de la capilla o sus dos claustros.

mont. Situada en una meseta granítica, desde su emplazamiento se domina el desfiladero del Aveyron, donde fueron importantes las industrias de transformación del cobre con los martinetes movidos por la fuerza del agua. El centro del pueblo está ocupado por la plaza del mercado y la colegiata (siglos xIV-XV).

EL AVEYRON Y RODEZ

Siguiendo el río Aveyron por la D269 enseguida se alcanza **La Bastide l'Evêque**, villa fundada en 1280 por el obispo de Rodez, Raymond de Cal-





Superior: El río Lot discurre
entre campos y el acantilado.
Arriba: Cahors, puente de
Valentré.
Derecha: Los mercados
son el centro de
la vida social de los pueblos
de la región.



Derecha: Villefranchede-Rourgue, junto al río Aveyron. Abajo: Catedral de Rodez, imponente vista del templo y sus torres, con una altura máxima de 87 metros.



La ruta sigue por Campolibat y Previnquieres hasta la pintoresca Belcastel. Su castillo del siglo xiv, las callecitas adoquinadas, las casas de adobe y piedra, los tejados de pizarra, el viejo puente y la iglesia al borde del bosque dibujan el perfil de uno de los pueblos más bonitos de Francia. En Rodez, punto final del recorrido, destaca la impresionante

catedral de Nôtre Dame, construida entre los siglos XIII y XVI. Los 87 metros de altura de su campanario facilitan disfrutar de la mejor vista de la ciudad. Un paseo por su bien ordenado casco antiguo permite descubrir el Palacio Episcopal, la iglesia de Saint Amans –de exterior barroco e interior románico– y numerosos edificios de los siglos XV a XVIII.





GASTRONOMÍA DEL AVEYRON

Recetas tradicionales donde los quesos tienen gran presencia

La variedad y exquisitez de los productos locales son la base de una gastronomía sorprendente. Si en los mercados hemos podido ver el gran surtido de quesos, las carnes de vaca de la raza Aubrac y los vinos de las AOC Estaing, Entraygues-sur-Truyère y Marcillac, entre otras, será en los restaurantes donde podremos probar algunas delicias como el *aligot*, puré de patatas con queso que mezclado se convierte en una pasta untosa y de una gran elasticidad.

Entre los guisos podemos recomendar el *stockfish*, un plato tradicional que tiene como base el bacalao, las patatas, huevo duro, ajo y peregil; el *tripous* o lo que es lo mismo, nuestros callos; el *farçous*, un pastel con acelgas, cebolla, perejil y ajo y el *echaudé*, otro pastel pero esta vez aromatizado con granos de anís que se cuece dos veces, una con aqua hirviendo y la otra al horno.

Como buena costumbre francesa, después de la comida apetece probar algún queso. En esta región se produce el Roquefort, el Pérail, un queso redondo, de pasta blanda, elaborado con leche de oveja, el Laguiole originario de la zona de Aubrac y el Blue des Causses que madura en las cuevas de las gargantas del Tarn.





Aquitania, playa, vinos y foie-gras

n el suroeste de Francia, sólo cruzar los Pirineos y nos sumergimos en esta región que en su departamento de los Pirineos Atlánticos conserva mucho de la cultura y tradiciones vascas.

Poblaciones como Biarritz emergieron en medio del glamour del siglo xix cuando ir a la playa era toda una experiencia. Ahora, la larga costa del departamento de Las landas nos permite acercarnos hasta Burdeos, ciudad antigua y moderna a la vez y capital junto a Saint Émilion, de uno de los mejores vinos del planeta.

La confluencia de los ríos Garona y Dordoña crea el gran estuario de la Gironda que además de dar nombre a la región permite que los cruceros lleguen hasta su capital, Burdeos. Ciudad del vino con lugares para degustar buenos caldos, su vecina Dordoña lo es del foie, buen producto para maridarlos. También es tierra de castillos y cuentan que en épocas pasadas hubo más de mil. Por aquí blandió su espada Cyrano de Bergerac y actualmente hay diez pueblos clasificados como entre 'los más bellos de Francia'.

Además, aquí tenemos las famosas cuevas de Lascaux, con una reproducción al natural que permite admirar las muestras de arte rupestre y paleolítico sin temor a estropearlas.





Pirineos Atlánticos

Cruzar los Pirineos y adentrarse por los territorios de Baja Navarra, Béarn y el País Vasco francés es descubrir un paisaje verde salpicado de pequeños pueblos que aún guardan los restos defensivos de épocas pasadas

Orreaga/Roncesvalles, en Navarra, es parada obligada antes de cruzar la frontera. Su colegiata guarda un par de tesoros: la tumba de Sancho VII 'el Fuerte' y una imagen de la Virgen del siglo XIV forrada de plata. En el siglo XI se levantó un hospitral para acoger a los peregrinos que seguían la ruta a Santiago. Roncesvalles acoge hoy un magnífico albergue, establecimientos hoteleros y una oficina de turismo. La visita debe incluir la iglesia gótica de Santa María y su

claustro, con la sala capitular o capilla de San Agustín, que guarda el sepulcro de Sancho VII y unas vidrieras que recuerdan su gesta. Completan el conjunto las capillas de Santiago (siglo XIII) y del Espíritu Santo, antiguo osario.

Un corto ascenso lleva al **puerto de Ibañeta** (1.057 metros), donde según la tradición cayó derrotado el ejército de Carlomagno cuando se retiraba de Zaragoza (año 778). En la embos-

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Desde Pamplona, la N135 lleva a Roncesvalles y, luego, cruza la frontera. La D933 une St-Jean-Pied-de-Port y Sauveterre-de-Béarn, donde puede cogerse la D936 a Oloron Ste Marie. La N134 conduce hasta Pau y luego puede escogerse entre la autopista A64 o la N117 para ir a Bayona por Orthez y Salies-de-Béarn. En total, algo menos de 300 km hasta regresar a Irún.

MEMORIA HISTÓRICA

Más de 60.000 personas pasaron por el Campo de refugiados de Gurs, cerca de Navarrenx, que tras muchos años de abandono ha recuperado su memoria. Un audiovisual reproduce las condiciones de vida del campamento, mientras un emotivo monumento rinde homenaje a los deportados. En el cementerio reposan los restos de cientos de judíos y algunos republicanos españoles.



CURIOSIDADES HISTÓRICAS EN PAU

En uno de los salones del castillo de Pau se conserva el gran caparazón de tortuga que, según cuentan, sirvió de cuna al futuro rey de Francia Enrique IV. Otra opción es visitar, en el casco antiguo, la mansión bearnesa donde nació Jean Baptiste Bernadotte, un soldado raso del ejército de Napoleón que acabó convirtiéndose en rey de Suecia.

MÁS INFORMACIÓN

Aquitania: www.tourisme-aquitaine.fr St Jean Pied de Port www. saintjeanpieddeportpaysbasque-tourisme.com Béarn:

www.tourisme-bearn-gaves.com

cada murió Roldán, origen del cantar de 'La chanson de Roland'.

Izquierda: Salies-de-Béarn, parada obligada para amantes del termalismo.

RUTA DE PEREGRINAJE

Por el puerto de Ibañeta penetra uno de los Caminos de Santiago en España. El descenso se hace vertiginoso hasta Francia: casi mil metros de desnivel pasando por Valcarlos/Luzaide y el pueblo fronterizo de Pekotxeta hasta llegar finalmente a Saint-Jean-Pied-de-Port, en la comarca

francesa de la Basse Navarre. El río Nive embellece esta localidad turística, que antaño fue un baluarte que defendía la frontera norte de Navarra. De aquellos tiempos se mantiene una muralla con tres puertas de acceso. La calle de la Citadelle cruza el casco antiguo entre las puertas de Santiago y de Navarra, junto a la que



se levanta la iglesia de Notre Dame du Bout du Pont. Un camino de ronda permite recorrer la muralla y acceder a una ciudadela y su magnífico mirador.

DESCUBRIENDO EL BÉARN

La D 933 nos conduce a **Sauveterre-de-Béarn**. Desde la iglesia románica de San Andrés se puede ver el meandro que describe el río Gave d'Oloron, con el puente de la Leyenda. En el cercano pueblo de Navarrenx sorprenden unos impresionantes lienzos de muralla y la fábrica artesanal de puros Navarre: un pedazo de La Habana trasladado al corazón del Béarn. Siguiendo el Gave d'Oloron y cerca de Navarrenx, en el campo de refugiados de Gurs vivieron de forma penosa los españoles que huyeron de la represión franquista y, más tarde, los judíos,

Las antiguas murallas y fortalezas certifican el carácter fronterizo de la región Basse Navarre Abajo: Roncesvalles, sepulcro de Sancho el Fuerte, en la capilla de San Agustín Derecha:
Saint-Jean-Pied-de-Port combina un bello entorno natural con el interés de su casco medieval. Abajoderecha: Pau vista de su casco antiguo, repleto de bares y palacios.







comunistas y miembros de la resistencia represaliados por los nazis.

De la confluencia de los ríos Gave d'Aspe y Gave d'Ossau nace la Gave d'Oloron, punto donde se levanta la localidad de **Oloron Sainte Marie**, que conserva su carácter medieval en el barrio de Sainte Croix. Destacan su catedral románica –Patrimonio de la Humanidad–, una curiosa fábrica de boinas y su delicioso chocolate.

La próxima parada es **Pau**, capital de la región y verdadero balcón del Pirineo. Tras un periodo de pujanza entre los siglos xiv y xv, fue redescubierta por los ingleses en el xix gra-

cias al tratado del doctor Alexander Taylor sobre los beneficios para la salud de las condiciones climáticas de la villa. Esta revelación atrajo a visitantes adinerados que levantaron bellas mansiones. El boulevard de los Pirineos comunica dos de sus lugares más interesantes: el Parque Baumont, con un palacio transformado en Centro de Congresos, y el castillo, convertido en un lujoso palacio y con una importante colección de tapices. Pau es también una 'ciudad verde', con numerosos jardines y buena parte del casco urbano con-



IMPRESCINDIBLE PARA 'GOURMETS'

Tierra de excelentes quesos

Los quesos de Ossau-Iraty se elaboran con leche de oveja de las razas Basco Bernaise, Manech cabeza rosa y Manech cabeza negra. Su producción actual ha conseguido reflotar un sector que estaba en declive y, al mismo tiempo, mantener el territorio de forma sostenible.

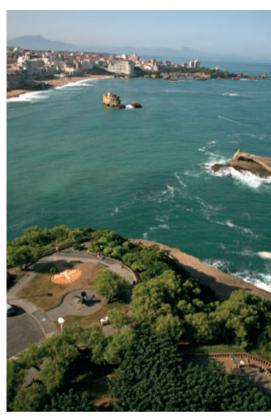
Los pastores siguen cuidando sus rebaños en la zona de Iraty y la leche que estos producen es recogida por la empresa Agour, que mediante un proceso mecánico pero sumamente controlado elabora distintas clases de quesos. Situada en la carretera D18 a Iraty, se puede visitar la fábrica y conocer el proceso de fabricación por medio de unos audiovisuales. Si se llega hasta el Plateau de la Cize –25 km de recorrido por la mencionada carretera—, además del espectacular

paisaje también se puede disfrutar de excelentes restaurantes de montaña y visitar algún productor local que todavía elabora queso en su 'kaiolar' (cabaña).

Además de los quesos, en esta región hay otros productos que vale la pena tener en cuenta. Son los vinos de Irouleguy y el famoso jamón de Bayona especialidad gastronómica propia de las tierras del valle del Adur. Se trata de un jamón de cerdo pero menos curado v salado que el de nuestro país. Irouleguy es una población próxima a Saint-Jean-Pied-de-Port, que da nombre a unos vinos de montaña. blancos, rosados y tintos que cuentan con una AOC. En su elaboración intervienen las uvas Tannat. Cabernet Franc, Cabernet Sauvignon, Corbous, Gros Manseng y Petit Manseng.

Derecha: Biarritz, vista desde lo alto del faro. **Abajo:** Castillo de Pau, ciudad con bellas mansiones y jardines.





El triángulo formado por Anglet, Biarritz y Bayona, atesora glamour, patrimonio y naturaleza

vertido en arteria peatonal. Deambular por sus calles es descubrir preciosos rincones y bellas mansiones de los siglos xvII y xVIII.

DE REGRESO HACIA LA COSTA

Si no hay prisa, se recomienda dejar la autopista A64 para tomar la N117 que sigue el Gave de Pau y detenerse en **Orthez**, donde deben contemplarse el puente medieval sobre el río y la Torre de Montcada, único vestigio de la antigua fortaleza del siglo xIII. La

próxima parada es Salies-de-Béarn, cuya economía giró antaño alrededor del negocio de la explotación de la sal. Conserva un cuidado casco antiguo con las casas de 'colombage' y un centro termal.

Apenas 50 km nos separan de la costa atlántica. Antes de atravesar de nuevo la frontera, vale la pena visitar el triángulo formado por Bayona, Anglet y Biarritz. **Bayona**, en la unión de los ríos Nive y Adour, con-

serva las murallas que la protegieron en el siglo xv. Su catedral gótica, con un claustro de grandes dimensiones, está declarada Patrimonio de la Humanidad. Es también una ciudad festiva ligada a tradiciones vascas, con ingredientes gastronómicos como el jamón de Bayona, el chocolate, la sal y la miel. Anglet, en cambio, vive del turismo de naturaleza, con una importante oferta de golf, paseos en bicicleta y playas donde practicar de-

portes náuticos. Por último, **Biarritz** conserva el ambiente que la convirtió en la ciudad-balneario preferida por Napoleón III y su esposa, Eugenia de Montijo. Hay que subir a lo alto del faro para contemplar el casco urbano y sus seis kilómetros de playas, o pasear hasta la Roca de la Virgen para sentir los embates del mar. Cuenta con varios centros de talasoterapia para la puesta en forma y un casino para probar suerte.



Izquierda: Biarritz, ciudad-balneario que conserva un ambiente noble. Abajo: Bayona, su catedral gótica cuenta con un espacioso claustro.





EL CAMINO DE SANTIAGO

Al penetrar a España esta ruta supera un fuerte desnivel

Desde Saint-Jean-Pied-de-Port hasta el puerto de Ibañeta hay casi mil metros de desnivel. En esta población de la Basse Navarre, por la calle de la Citadelle, flanqueada de tiendas, albergues y hospederías, cada año transitan más de 35.000 peregrinos.

En el puerto de Ibañeta, a 1.057 metros de altura, según cuenta la tradición, en el año 778 cayó derrotado el ejército de Carlomagno cuando se retiraba de su asedio a Zaragoza. En la emboscada murió Roldán, lo que dio origen a uno de los cantares épicos más populares de la Edad Media, 'La chanson de Roland' que narra y magnifica la historia de aquel héroe, su espada Durandal y a los Doce Pares de

Francia. Un sencillo monumento recuerda aquella gesta.

Situados en la época de las grandes peregrinaciones, las gentes mal pertrechadas llegaban hasta aquí agotados y enfermos, lo que hizo aconsejable levantar en Roncesvalles —unos kilómetros más abajo- un hospital de peregrinos. El sonido de una campana los guiaba en los días de niebla, eso si no eran atacados por las bandas de salteadores de caminos

Hoy las cosas por suerte han cambiado. Del puerto de Ibañeta parten numerosos itinerarios para descubrir un paisaje de excepción y Roncesvalles se ha convertido en un enclave furístico.





Las Landas

Los pueblos de las Landas, en la región francesa de Aquitania, han conservado su pasado romano y medieval. Hoy se orientan a un turismo sostenible, en el que vastas extensiones protegidas se combinan con amplias playas

Entrando en Francia por la A64, conocida como 'La Pyrénéene', la salida 6 lleva a **Peyrehorade**, punto de partida de la ruta.

Se trata de una población de origen medieval, en la que se funden los ríos Gave de Pau y Gave d'Oloron, y donde se viene celebrando mercado los sábados desde hace más de 600 años. Siglos antes, en estas tierras discurría la vía romana que unía Burdeos con Astorga; de ahí que en el lu-

gar donde hoy se levantan los restos de la abadía de Sorde, existiera una señorial villa galorromana de la que se conservan restos de mosaicos. Junto al Gave d'Oloron, los monjes de la congregación de san Mauro seguían una vida tranquila y ordenada, como manda la regla de san Benito.

Del conjunto arquitectónico –actualmente en rehabilitación– destaca su cenobio, declarado Patrimonio de la Humanidad.

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

El inicio de la ruta se encuentra a solo 70 km de la frontera de Irún por la autopista A64. El recorrido propuesto, desde Peyrehorade hasta Minimizan, tiene una longitud de unos 180 kilómetros, a los que deben añadirse otros 60 si se llega hasta Arcachon.

GASTRONOMÍA

El pato y sus derivados, la carne de ternera de la raza 'chalosse', el armagnac, el licor Floc de Gascogne, los vinos de la AOC Tursan y las ostras de Arcachon son algunos de los imprescindibles gastronómicos de las Landas

FIESTAS DE VERANO

Toros y festivales musicales son los grandes protagonistas de las fiestas veraniegas. Dax vive su gran pasión por los toros y el baile durante el festival Paso Passion en julio, la feria



de mediados de agosto y el festival de Toros y Salsa en septiembre. La indumentaria blanca y el pañuelo rojo convierten la población en un auténtico 'sanfermín', con peñas, corridas de toros, tapas y flamenco. Mención aparte merece la 'corrida landesa', considerada como un deporte por los saltos que realizan los 'écarteurs' por encima del animal.

MÁS INFORMACIÓN

www.tourisme-aquitaine.fr
www.tourismelandes.com
www.dax-tourisme.com
www.lemarsantourisme.fr
www.parc-landes-de-gascogne.fr
www.mimizan-tourisme.com
www.arcachon.com

RELAJACIÓN TERMAL

Al norte de Peyrehorade, **Dax** es la capital termal de las Landas. Las aguas que brotan en el centro de la población son un claro testimonio de un privilegio ya descubierto y disfrutado por los romanos. Las lluvias, en su viaje a las entrañas de la Tierra, se cargan de sales minerales y al calentarse a unos dos mil metros de profundidad realizan el recorrido inverso. Por ello, puede asegurarse que las aguas que brotan de

Izquierda: Mont de Marsan, vista del río Midouze a su paso por esta localidad.

la fuente de la Nèhe proceden de lluvias de entre cuatro y cinco mil años de historia. En la época en la que el 'glamour' y el romanticismo invadían media Europa, se levantó el hotel Splendid: el 'art déco' está presente en su estructura, salones y mobiliario. Por su parte, el vecino hotel Thermes luce un novedoso



edificio en forma de barco, obra del arquitecto Jean Nouvel. En ambos casos, los centros de tratamiento termal son una garantía para la salud. No hay que perderse el mercado matinal de sábados y domingos, con productos de artesanos locales. El mercado se desarrolla junto a la catedral, levantada entre los siglos xvII y XIX, que guarda en su interior el magnífico portal de los Apóstoles del anterior templo gótico.

ENTRE PIEDRAS HISTÓRICAS

Las aguas -en este caso, fluvialestambién han marcado la historia de **Mont de Marsan**, en el nacimiento del río Midouze. Esta población empezó a formarse en la época medieval y de su puerto fluvial partían gabarras con productos agrícolas y el apreciado armagnac hasta Bayona, en la costa atlántica. Así sucedió hasta el siglo xix, cuando tomaron protagonismo otros medios de transporte.

Más de 100 kilómetros de playas de fina arena y espacios todavía vírgenes donde practicar el naturismo Abajo: Costa atlántica, playas para todos los gustos: para descansar o practicar deportes náuticos. Derecha: Art deco' en Dax, interior del hotel Splendid, centro termal. Abajo-derecha: delicias locales en un puesto de venta de foiegras en el mercado de Dax



Actualmente, los antiguos caminos de sirga se han convertido en vías verdes, en la apuesta por un turismo sostenible. El centro histórico conserva lugares de interés como el museo Despiau-Wlérik, en un edificio del siglo xIII, o el museo Dubalen, en una antigua casa del siglo xII. Entre las antiquas murallas todavía se puede disfrutar de un bonito paseo entre esculturas y plantas aromáticas. El casco antiguo está unido al núcleo moderno a través de un par de pasarelas que cruzan La Douze hasta desembocar en la plaza del General Leclerc, una amplia explanada rodeada de restaurantes, tiendas y la pastelería donde se elabora la famosa 'tourtiere', una





tarta de manzana bañada en armagnac. Muy cerca de este punto pueden visitarse el Ayuntamiento, la Biblioteca municipal, el Teatro, Les Halles y otros edificios del siglo xix, levantados en estilo neoclásico en la época napoleónica, conformando el nuevo barrio comercial de la ciudad.

Igual que Mont de Marsan, muchas otras localidades de las Landas han aprovechado la extraordinaria belleza de su entorno natural como atractivo turístico. Un buen ejemplo es el Eco-



MÁS DE 110 METROS DE ALTURA

Duna de Pyla, mirador natural

Conocida también como 'duna de Pilat', sus más de 110 metros actuales de altura la convierten en la formación de arena más alta de Europa. Se trata de una duna en constante movimiento, que cada año sigue ganando terreno al bosque que la envuelve.

Su formación –al menos, en su impresionante extensión actual– se atribuye al colapso en el siglo xvIII de un gran banco de arena oceánica situado frente a la costa

La acción del viento y los intentos humanos de frenar su extensión mediante la forestación del entorno acabaron por formar su actual cresta, aprovechada cada año por miles de visitantes para disfrutar de una impresionante puesta de sol atlántica en un entorno natural no menos atractivo.

Muy cerca de este lugar se encuentra la bahía de Arcachon. Un perímetro de unos 70 km que encierra un estuario de aguas tranquilas, donde núcleos como el Port de La Hume, el Port de Larros, el Port de la Barbotière o el Port du Teich comparten el cultivo de las ostras con el turismo.

Desde los 53 metros de altura del faro del cabo Ferret, divisaremos todo este panorama después de subir los 253 escalones aunque para ello se deba pagar una pequeña cantidad.

Desde allí distinguiremos la Isla de los Pájaros, espacio protegido en el interior de la bahía y el gran arenal de 25 km que se extiende al norte del cabo Ferret, con un mar que se ha convertido en el paraíso de los surfistas.

Derecha: Priorato de Santa María en Mimizan, con coloridos murales en el interior. Abajo: Fuente termal en Dax, con un interesante pasado romano.





Abadías que socorrieron a los peregrinos del Camino de Santiago, ahora están declaradas Patrimonio de la Humanidad

museo de Marquèze, antigua explotación agrícola del siglo xix ubicada en el corazón de Parque Natural de las Landas de Gascoña y especialmente recomendada para familias con niños. Dispone de restaurante y área de pic-nic, entre otros servicios.

FRANJA COSTERA

En **Mimizan** se alza el priorato de Santa María, Patrimonio de la Hu-

manidad. Levantado en el siglo xIII, de este gran templo antiguamente ligado al Camino de Santiago apenas se conserva su esbelto campanario, con murales y esculturas del interior. El final del recorrido es Mimizan Plage, frente a la inmensidad del océano Atlántico.

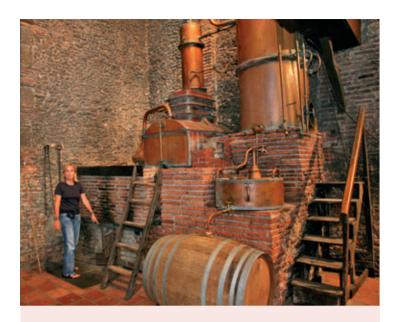
La franja costera de las Landas se extiende de Tarnos-Plage y Capbreton en el sur, cerca de Bayona, hasta la laguna de Arcachon, en el norte: más de 100 kilómetros de playas de fina arena con estaciones termales, playas vigiladas con todo tipo de servicios y espacios vírgenes protegidos por una barrera de pinos plantados durante el siglo xix para sanear vastas extensiones de arena y ciénagas. Al norte de esta franja, la duna de Pyla es un lugar único (ver despiece en doble página anterior). Muy cerca, el 'Bassin d'Arcachon' es una

inmensa laguna que se abre al mar por un estrecho paso en Cap-Ferret. Esta lámina de agua es un auténtico paraíso para los practicantes de los deportes náuticos y para los aficionados a las ostras, con numerosos criaderos y restaurantes ubicados en la orilla. Los aficionados al cine recordarán los bellos parajes de Arcachon como escenarios de la película francesa 'Pequeñas mentiras sin importancia'.



Izquierda: Museo Despiau-Wlérik en Mont de Marsan. Abajo: Domaine d'Ognoas, histórica destilería de Armagnac.





EL ARMAGNAC

Un minucioso proceso de elaboración y envejecimiento

Cerca de Mont de Marsan, en el Domaine D'Ognoas, en Arthez-d'Armagnac, hace siete siglos que vienen produciendo este elixir de dioses. Su visita nos introducirá en los misterios que rodean la elaboración del armagnac, como el gran alambique que data del 1804 y el minucioso destilado que se realiza.

De cada seis litros de vino, una vez destilado se produce un litro de armagnac que debe reposar en barrica un mínimo de tiempo.

Existen seis niveles de calidad que responden a los años que el armagnac debe reposar en la bota. Tres estrellas (VS) entre uno y tres años, VSOP entre cuatro y nueve años, Napoleón, entre seis y nueve años, XO (Extra Old) Hors d'Âge, entre diez y diecinueve años, XO Premium deben tener un mínimo de veinte años en bota y finalmente Milésima que corresponden a las mejores cosechas de vino que además han recibido alguna distinción en los distintos concursos.

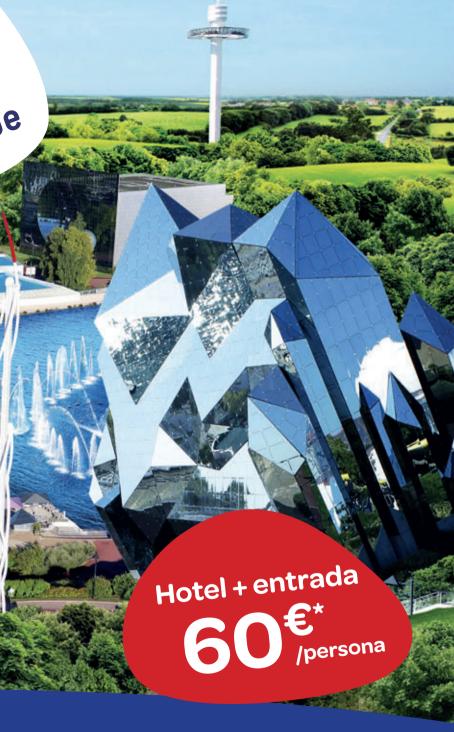
Hay que tener en cuenta que, cuanto más tiempo permanece el armagnac en la bota más líquido se evapora, lo que en el argot se denomina 'la parte de los ángeles'.

La visita que dura algo más de una hora, finaliza con una degustación de distintos tipos de armagnac. www.domaine-ognoas.com



La escapada ideal en familia

* Precio en base Hotel Futuroscope 2 adultos + 2 niños (hasta 16 años) en la misma habitación, una noche con desayuno y un día de entrada al parque. Consultar más condiciones.



o con amigos para este año

futuroscope.com 902401212





Poitou-Charentes, aires atlánticos

os aires del Atlántico llegan a esta región del occidente de Francia a través de la Charente-Maritime, uno de los cuatro departamentos que la forman. Los torreones del puerto de La Rochelle defendieron la ciudad de los ataques ingleses y las islas del estuario del río Charente fueron refugio de filibusteros. Hacia el interior la vida discurre más plácidamente y el mismo río atraviesa los departamentos de Charente y Vienne describiendo un gran bucle y bañando ciudades históricas como Saintes, Cognac, Angoulême y Poitiers.

Junto a esta última, Futuroscope es un gran parque temático orientado a la imagen con técnicas multimedia, mientras que en el noroeste se encuentran el Marais Poitevin, unas inmensas marismas donde en barca descubrirás por qué las han bautizado como la 'Venecia verde'. Tierra de festivales y actividades veraniegas, si en la costa el turismo de sol, playa y deportes náuticos busca su rincón preferido, en el interior son los senderistas y los amantes del pedaleo los que tienen innumerables rutas para practicar su afición.

También los centros termales y de talasoterapia han incorporado los últimos tratamientos y para el paladar, nada mejor que el cognac que se destila en la ciudad del mismo nombre.



Los aromas de Cognac, un paseo por la historia

En la región francesa de Poitou-Charentes, al suroeste del país, conviven la producción del famoso 'cognac' con un magnífico patrimonio monumental y la pasion por el cómic, sin olvidarnos de Futuroscope y diversos espacios con animales

Poitou-Charentes es una de aquellas regiones en las que el patrimonio arquitectónico es una buena excusa para disfrutar de atractivos más 'mundanos': como el buen comer y, particularmente, el buen beber. Aquí, pueden visitarse las bodegas donde se destila el 'cognac' y adquirir alguna de las botellas de este precioso elixir con más de 30 años de envejecimiento.

POITIERS, ROMÁNICA Y PEREGRINA

Levantada sobre una colina y circundada por los ríos Cain y Boivre, Poitiers fue y es un hito importante en el Camino de Santiago. Sus tres iglesias románicas dan fe de ello: las portadas profusamente esculpidas cuentan los pasajes bíblicos del Antiguo y Nuevo Testamento. Si impresionante es su exterior, el interior

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Poitiers, al inicio de la ruta, se encuentra 330 km al suroeste de París y 220 km al norte de Burdeos. Bien comunicada por autopista y autovía con la frontera española, hay que contar unas cinco horas para llegar hasta allí. De Poitiers a Angoulême hay unos 100 km por la N-10 (autovía). Luego, 44 km por la N-141 (autovía) hasta Cognac y 28 km más a Saintes por la misma carretera.

'COGNAC', ELIXIR DE DIOSES

La AOC Cognac abarca seis regiones situadas alrededor de la ciudad (Grande Champagne, Petite Champagne, Borderies, Fins Bois, Bons Bois y Bois Ordinaires), cada una de ellas con unas características de suelo propias. Hay unas 80.000 hectáreas de viña de variedades auctóctonas y unos 600 productores. Las diez marcas más conocidas



acumulan el 80% de la producción.

La elaboración del 'cognac' parte de una doble destilación –primero del vino y luego del aguardiente— siempre en alambique de cobre de la zona de Charente. Tras una selección, parte del producto destilado envejece en botas de roble. El 'cognac' es el resultado de maridajes entre aguardientes de edades y cosechas distintas, a partir de la selección del enólogo.

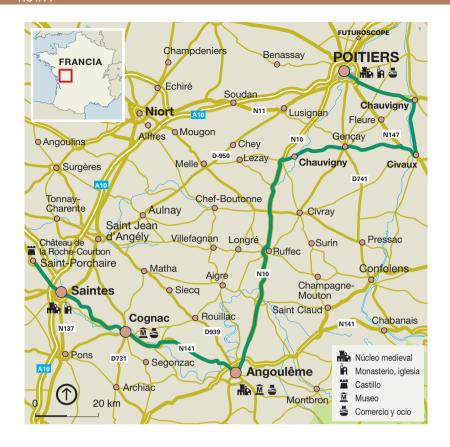
MÁS INFORMACIÓN

www.cognac-francia-atlantica.es www.ot-poitiers.fr www.angouleme-tourisme.com www.tourism-cognac.com www.ville-saintes.fr

guarda en algunos casos extraordinarios frescos. Es el caso de Notre Dame la Grande, en pleno casco antiguo; la catedral de San Pedro, primer edificio gótico de la ciudad y que conserva una vidriera original; o la iglesia de San Hilario, dedicada al primer obispo de la localidad.

Pero Poitiers es, sobre todo, una ciudad universitaria. Los más de 30.000 estudiantes representan casi un 30% de su población y le proporcio**Izquierda:** Poitiers, casco antiguo, con casas estilo'colombage'.

nan una alegría fuera de duda. Las calles que se extienden entre las plazas Charles de Gaulle y del Ayuntamiento están bordeadas de galerías comerciales, tiendas de 'delicatessen', librerías, bares y restaurantes. Y para respirar tranquilidad, hacer un poco de ejercicio o vivir el mercadillo de Navidad, el Parque Bossac es



un magnífico pulmón verde. No olvidar que cerca de Poitiers, **Futuroscope** ofrece propuestas para todos los públicos con atracciones que cada año se renuevan, muchas de ellas relacionadas con el mundo de la imagen.

CAPITAL FRANCESA DEL CÓMIC

Angoulême está asentada en una colina y rodeada por el río Charente. Los romanos se establecieron en esta privilegiada ubicación en el siglo I a. C. La llamaron 'Iculisma' y a finales del siglo III ya estaba rodeada por una muralla de más de dos kilómetros. Pero no fue hasta la Edad Me-

Derecha arriba: Saintes, cripta de la Basílica de San Eutrope. Abajo: vista del río Charente a su paso por Anaoulême

dia que vivió un fuerte desarrollo con la ampliación de la muralla o la construcción del castillo de los Condes de Angoulême –actual Ayuntamiento– y de la catedral de San Pedro, con una fachada repleta de esculturas. Actualmente, Angoulême añade a este patrimonio el título honorífico de 'capital francesa del cómic'. El nuevo Museo del Cómic, inaugurado en el año 2009, ocupa una antigua fábrica a orillas del Charente y guarda más de

El río Charente, antiguo motor económico, es actualmente una atracción turística a su paso por Angoulême, Cognac y Saintes

8.000 originales. Un paseo hasta allí a través del parque que rodea las murallas y cruzando luego la pasarela sobre el río, permite disfrutar del cinturón verde que rodea la ciudad. Además, gracias a la asociación de muralistas Ciudad de la Creación, se pueden ver más de una veintena de edificios ilustrados con dibujos de cómic.

ciado 'cognac'. Cuentan que se evapora entre 3 y 5% del producto, lo que representa cada año 21 millones de botellas... Pero el 'cognac'

LA CUNA DE FRANCISCO I

Un aroma intenso invade la ciudad de **Cognac**; probablemente sea 'la parte de los ángeles' que se evapora de las botas que guardan el pre-







PARA AMANTES DE LOS ANIMALES Rapaces, cocodrilos y toda clase de monos, atracciones para todos

Les Géants du Ciel. A 18 km al este de Poitiers, Chauvigny es una ciudad medieval sobre un espolón rocoso con un espectáculo de vuelo de grandes rapaces. Estas demostraciones de vuelo se realizan en el corazón del recinto histórico lo que añade un gran atractivo a las águilas, halcones y otras especies que realizan vuelos rasantes sobre las cabezas del público.

La Planète des Crocodiles. En Civaux, a 25 km al sureste de Poitiers, los amantes de los reptiles tienen la posibilidad de visitar este espacio, con más de 200 saurios entre un habitat lo más parecido a un universo tropical. En la nurseria tendremos ocasión de ver los pequeños reptiles que más tarde se convertirán en grandes animales de más de un metro de envergadura. Menos peligrosas resultan las tortugas

que pueden alcanzar una gran envergadura y longevidad. www.planete-crocodiles.com

La Vallée des Singes. En Romagne. entre Poitiers v Angoulême, a unos 40 km al sur de la primera, se encuentra este amplio espacio para disfrutar con la presencia de toda clase de simios, algunos de ellos en completa libertad. Son 16 hectáreas con senderos. riachuelos, cascadas y bosque para que chimpancés, gorilas, lémures y capuchinos entre otros, se encuentren como en casa. En este Centro hav una gran sensibilidad para la protección de todas las especies de primates. Desde que se puso en funcionamiento en el año 1998, se han producido más de 500 nacimientos, algunos de los cuales intentan reintroducirse en su hábitat natural.

www.la-vallee-des-singes.fr



Derecha: Corto Maltés, figura del famoso personaje de cómic en Angoulême. Abajo: En Saintes, arco Germanicus, resto del antiquo puente romano.



no fue siempre el motor económico de estas tierras. Por el puerto fluvial de Cognac se exportaban piedras. armas y aquardiente, y las gabarras volvían cargadas de sal. Aquí nació en 1494 Francisco I, quien sería rey de Francia y cuyo castillo se ha convertido en la Maison Otard; la visita recorre salas nobles y una vieja bodega todavía en activo. Además, Cognac cuenta con el Museo de las Artes, donde se muestra el proceso de producción del famoso licor, de la vendimia a la destilación en el alambique, pasando por la construcción de toneles y una colección de etiquetas, carteles y botellas. Todas las grandes marcas (Martell, Hennessy, Rémy Martin...) ofrecen la posibilidad de visitar sus bodegas y, claro, de degustar sus productos. Además, el Charente ha dejado de ser una vía comercial para convertirse en un río navegable con alquiler de embarcaciones y paseos en gabarra.

RECORRIDO POR LA HISTORIA

La vista a **Saintes** desde el antiguo edificio del gobernador permite observar cómo los campanarios románicos y góticos despuntan sobre las



Izquierda: La Roche Courbon, espectacular castillo del siglo xv, rodeado de cuidados jardines. Abajo: Angoulême, mercado en Les Halles



Angoulême, además de su patrimonio monumental, es una ciudad volcada al cómic, con un interesante museo y un gran festival

tejas de la ciudad. Pero antes de la ciudad medieval los romanos ya se habían establecido aquí y edificaron un gran anfiteatro para 15.000 personas. Entre el año 50 a.C. y el siglo v, la Vía Agripa cruzaba el río por un puente del que solo se conserva el gran arco de entrada. Desde entonces, la ciudad fue creciendo poco a poco. La cripta de la iglesia de San Eutrope permite descubrir que bajo la iglesia románico-gótica existía un gran templo anterior. Después se levantaron la gran abadía de las Damas, un convento de monjas benedictinas que en

el siglo xvII fue transformado en caserna militar, y la catedral de San Pedro, cuyas reconstrucciones permiten ver la evolución estilística entre los siglos XII y XVII.

Saintes es la capital de la Saintonge, región de abadías históricas, castillos y residencias palaciegas. A 15 km se encuentra **La Roche Courbon**, un fabuloso palacio salvado milagrosamente del olvido. Recorrer por sus fantásticos jardines remonta al siglo xvII y a los paseos de los cortesanos entre prados, estatuas y fuentes de agua.



FUTUROSCOPE

Vive la experiencia. ¡Ni te imaginas lo que te espera!

Muy cerca de la ciudad de Poitiers, encontramos Futuroscope, un parque temático que ha cumplido 28 años renovándose constantemente.

Dedicado a la imagen, el amplio parque ofrece un sinfín de atracciones cautivadoras donde vivir aventuras fascinantes, viajes apasionantes y espectáculos diurnos y nocturnos. A su gran oferta de diversión se une el descubrimiento, lo que convierte a Futuroscope en un gran espacio para todas las edades

En 2016, poneros en la piel de un hombre prehistórico y venid a disfrutar en familia con los héroes de la Era de Hielo: el origen de los dinosaurios, una aventura en 4D totalmente loca y divertida. Explorad un entorno imposible de captar a simple vista en el Mundo de lo Invisible. Y a partir del mes de abril, afrontad todos los peligros para sobrevivir

en la naturaleza, con los dos miniaventureros del western de animales 'La Ley del Más Fuerte'. Y sobre todo no podéis perderos: la Máquina del Tiempo con los Rabbids y Arthur, la aventura 4D, atracciones que han recibido el premio TEA a la 'Mejor Atracción del Mundo'. Al anochecer toca vivir un momento mágico con el nuevo espectáculo 'La Forge aux Etoiles' creado por el Cirque du Soleil.

Futuroscope tiene espacios dedicados a los más pequeños con entrada gratuita hasta los 5 años y precio especial hasta los 16. Junto al Parque hay 13 hoteles de distintas categorías, uno de ellos —el Hotel du Futuroscope- con una pasarela de acceso directo al Parque.

Información y reservas 902 401 212 / 934 813 640 reservas@futuroscope.fr www.futuroscope.com

Charente-Maritime, volcada al Atlántico

La Rochelle y Rochefort son dos poblaciones ligadas a la historia naval de Francia. Su patrimonio monumental, junto con las playas y pueblos que embellecen el litoral, son un buen motivo para perderse por esta región

Las torres de la entrada al puerto viejo de La Rochelle contarían historias de guerras. Se levantaron en el siglo xiv, cuando el poder de la ciudad se sustentaba en el comercio de sal y vino. La defendieron de los ataques ingleses y de las tropas del rey católico francés en 1627, cuando la ciudad era un bastión del protestantismo.

LA VIDA JUNTO AL MAR

Su casco antiguo conserva mansiones con entramados de madera en las fachadas, edificios renacentistas del siglo xvIII que pertenecieron a armadores y comerciantes, y calles porticadas. Entre sus numerosos museos, el Aquarium es único. En su nuevo emplazamiento ofrece una visión amena y didáctica de la fauna de todos los mares del mundo. Los tres millones de litros de agua de sus 73 acuarios albergan más de 12.000 animales marinos de 600 especies. También es interesante el Museo Marítimo, emplazado a bordo de la fragata meteorológica France 1, la



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

La Rochelle se encuentra a 400 km de la frontera de Irún a través de una red de autovías y autopistas. Puede tomarse la A-63 hasta Burdeos y, después de rodear la ciudad, la autopista A-10 hasta Saintes y la A-837 hasta Rochefort.

EVENTOS DE VERANO

LA ROCHELLE: Festival Internacional de Cine. A primeros de julio.

Les Francofolies. Festival musical de expresión francesa y Festival de teatro. Cuentos, danza y marionetas para todas las edades. Ambos a mediados de julio.

ROCHEFORT: Mercado. Mañanas de martes, jueves y sábados en la avenida Charles de Gaulle.

Programas de animación. A partir de finales de junio. Destacan Résonances (julio), música de diversos lugares y pirotecnia;
Rochefort en accords (agosto) y



Jornadas del Patrimonio (septiembre).

'Las señoritas de Rochefort'.

Célebre película rodada en 1966
y protagonizada por Catherine
Deneuve. Cada verano se organizan
distintos eventos que recuerdan las
escenas del rodaje.

CHÂTELAILLON: Châtel en fiestas.
Numerosas animaciones veraniegas a
partir de finales de junio.

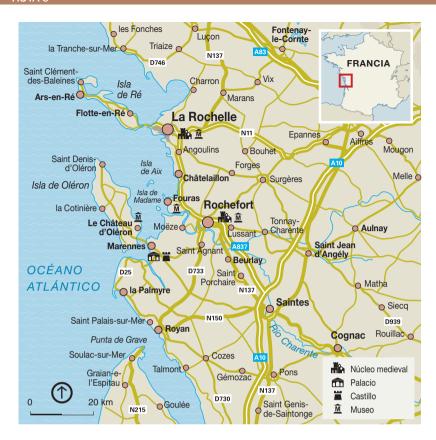
MÁS INFORMACIÓN

www.francia-atlantica.es www.larochelle-turismo.es www.rochefort-ocean.com www.chatelaillon-plage.fr www.ile-oleron-marennes.com www.iledere.com

Izquierda: Faro de Baleineaux en la isla de Ré.

barca de pesca Angoumois y el remolcador Saint Gilles. Los muelles donde atracaban los barcos que con su comercio con el Nuevo Mundo enriquecieron la ciudad ahora están ocupados por restaurantes que atraen el turismo durante todo el año. A diferencia de otras ciudades de la región, **Rochefort** es una urbe moderna. Nació en el siglo xvII, cuando el rey Luis XIV mandó a su ministro Charles Colbert que buscara un lugar seguro en la costa atlántica para ubicar grandes astilleros. La creciente competencia naval con Inglaterra obligó a construir una poderosa armada que protegiera a los buques que comerciaban con América.

Los astilleros de Rochefort, a orillas del río La Charente, cumplían dos premisas: la cercanía del mar, la pro-



tección que ofrecían los meandros del río y las islas de su desembocadura (Oléron, Aix y Madame).

LA ESCUADRA NAVAL

Se desarrolló una ciudad a espaldas del astillero; una urbe ganada a un terreno inóspito, de calles rectilíneas y con mansiones ocupadas por los mandos de la escuadra naval. De sus atarazanas salieron 550 navíos de madera hasta que su actividad cesó a principios del siglo xx, cuando los nuevos barcos -más grandes y con mayor calado- dejaron obsoletas las instalaciones. Entre el resto de industrias que se desarrollaron destaca la fabricación de cuerdas y cabos. La Corderie Royale es hoy un magnifico museo donde descubrir cómo se armaban gruesos cabos para amarrar barcos. Una parte del astillero está ocupado por el Museo Nacio-

La Corderie Royal es un edificio de 373 metros de largo donde se fabricaban los cabos para los barcos Derecha: Puerto deportivo de Saint Martin de Ré. Abajo: Aquarium de La Rochelle con más de 600 especies marinas.





nal de la Marina. Uno de los barcos más célebres construidos aquí fue el Hermione, a bordo del cual La Fayette embarcó en 1780 hacia América para apovar la lucha por la independencia del general George Washington. En 1997 se empezó en estos astilleros la construcción de una réplica de la fragata, de 65 metros de largo, tres mástiles y 32 cañones que finalmente, el 18 de abril del 2015 zarpó hacia Nueva York para reproducir el viaje de La Fayette. Cuatro millones de personas visitaron los trabajos que han tenido un presupuesto de 40 millones de euros. Pero por fin, el viaie que ha durado seis semanas se ha hecho realidad.

ISLAS, ESPACIOS NATURALES Y PLAYAS

Un entramado de islas protege la desembocadura de La Charente. La isla de Ré. al norte. v la isla de Oléron, al sur, están unidas al continente por largos viaductos -el de Ré, de peaje- y combinan la producción de sal con las veleidades del turismo. Entre ambas, la isla de Aix es la única a la que no se puede llegar en coche. Está conectada por un servicio de embarcaciones desde el cercano pueblecito de Fouras y es un verdadero paraíso por donde solo se puede pasear a pie o en bicicleta. Fue el último lugar donde reflexionó Napoleón después del desastre de Water-



DISFRUTAR DEL MAR

Playas y deportes náuticos

La Charente-Maritime se ha convertido en un destino turístico muy apreciado por los amantes de la playa, los deportes náuticos y los parajes naturales.

El litoral atlántico comprendido entre las localidades de La Rochelle y Rochefort, incluidas las islas de Ré y Oléron, ofrece la posibilidad de practicar numerosos deportes náuticos así como disfrutar de magníficas playas. Las poblaciones de Châtelaillon, La Palmyre y Royan se han convertido en verdaderos destinos turísticos con extensas playas de fina arena.

Con más de 100 km de rutas, toda la isla de Ré puede ser recorrida en bicicleta. Atravesar de este modo la zona de los pantanos que están situados al norte de la isla, entre Arsen-Ré y Loix, es algo único. En pleno centro de esta zona salinera donde aún trabajan un buen número de personas, se puede descubrir una fauna y una flora típicas.

La reserva de Lilleau-des-Niges en las Portes-en-Ré agrupa a unas 300 especies de aves. La luz del lugar, que puede ser cegadora o suave según el momento del día, es otro de los grandes alicientes.

Las largas playas de arena y preciosos puertos como los de Saint-Martin y La Flotte son paradas ineludibles en esta isla de ensueño.

Desde La Rochelle o las islas de Oléron y Ré, se organizan numerosas salidas marítimas para descubrir toda esta zona marítima incluyendo el enigmático fuerte Boyard, un gran bastión que se yergue entre las islas de Aix y Oléron.

Un entramado de islas protege la desembocadura del río Charente, antes con castillos y ahora con puertos deportivos

loo y antes partir al exilio de Santa Helena. Se puede ver la casa donde permaneció, un museo dedicado al nácar y el museo africano del barón Gourgaud.

El paso hacia la isla de Oléron estaba protegido por el Fort Louvois, levantado en 1690. Fue la última fortificación marítima mandada construir por Luis XIV y actualmente se puede visitar en todo su conjunto. De un estilo completamente opuesto es el castillo de la Gataudière, en Marennes, muy cerca del anterior: un palacio del siglo xvIII amueblado con mo-

biliario Luis XIII y Luis XIV, y rodeado por un gran parque. En el corazón del estuario de Marennes, la **Ciudad de las Ostras** es un espacio para degustar las cualidades de este apreciado producto.

La isla de Oléron combina bellas playas rodeadas de bosques de pinos con pueblecitos marineros que guardan en sus puertos coloridas barcas



Superior: En La Rochelle, restaurantes en las calles cercanas al puerto. Arriba y derecha: Rochefort, puerto de Laperouse y vista del mercado semanal.







Derecha: Corderie Royal en Rochefort. Abajo: Torre de San Nicolás, testigo histórico del puerto de la Rochelle.

de pesca. La ciudadela de Le Château d'Oléron, los centros ostrícolas o las salinas son visitas ineludibles. La isla de Ré y sus numerosos senderos para cicloturistas son un verdadero paraíso para los amantes de los espacios abiertos y la tranquilidad. El antiguo puerto de Ars-en-Ré, utilizado hasta el siglo xix por las naves holandesas y escandinavas pa-

ra embarcar la sal, es un magnífico puerto de recreo. La Flotte-en-Ré destila encanto, con las terrazas que rodean el puerto pesquero y sus palacetes del siglo XVIII, mientras que Saint Martin conserva las antiguas fortificaciones. El **Faro des Baleines**, en un extremo de la isla, ofrece un extenso panorama después de subir, eso sí, 257 peldaños...





GASTRONOMÍA

El Atlántico como gran suministrador de productos

La región de Charente-Maritime es generosa en cuanto a los productos, numerosos y de gran calidad. Todos son fruto de una naturaleza variada y de la experiencia de los productores locales.

Destaca el sector de los productos del mar con los mejillones y las ostras a la cabeza. El proceso de producción es laborioso ya que los embriones se desarrollan en alta mar sobre cordajes horizontales de unos cincuenta metros, para ser trasladados posteriormente a una batea, en el interior de la bahía, donde alcanzan su máximo desarrollo. Este sistema de cria potencia su sabor y una carne tierna. En la isla de Oléron, Fort-Foyer, al sur del litoral de Boyardville, es una zona ostrícola por excelencia. Allí en cabañas tradicionales, los productores

proponen la visita a las instalaciones con degustación posterior.

También son muy apreciados pescados y mariscos como lubinas, doradas, rayas, camarones, nécoras, centollos y el buey de mar que cocineros creativos se encargan de condimentar, añadiendo a los guisos la apreciada patata de la isla de Ré.

Para finalizar una buena comida, por si nos hemos quedado con algo de apetito, la torta de queso con forma de soufflé, elaborada con queso de vaca o de oveja, quemada por la parte superior, pero con un interior fundente.

La podemos acompañar del Pinau de Charentes, un aperitivo que se obtiene al añadir coñac añejo para detener la fermentación del mosto.

VEN AASTURIAS VIVE COMO LO HACEMOS AQUÍ GUARDIANES DEL PARAÍSO









Asturias, paraíso natural

sta frase con la que hace años se promocionó el Principado de Asturias, fue la mejor forma de definir un territorio que tenía en la naturaleza uno de sus valores más emblemáticos. Eso sin olvidar un patrimonio monumental con el mejor arte prerrománico de España y unos recursos gastronómicos fuera de toda duda.

Asturias es un territorio alargado, bañado por el Cantábrico, donde desde las montañas de los Picos de Europa a la Ifranja costera, en línea recta no existen más de 40 km. Eso nos da una idea de la geografía asturiana formada por una sucesión de empinados valles que conservan su carácter rural, enmarcados entre montañas que, exceptuando los Picos de Europa, apenas alcanzan los dos mil metros.

Asturias, también tiene grandes arenales y pequeñas calas cuyas imágenes cambian un par de veces al día según la marea. El Cantábrico proporciona excelentes pescados y mariscos que se desembarcan en los recogidos puertos de Cudillero, Luarca, Llanes y Tapia de Casariego entre otros. Gastronomía con productos del mar, buenas carnes de ternera, las fabes y demás productos de la huerta, una amplia selección de quesos y la red de Casonas Asturianas, son sinónimo de calidad.

Triángulo cultural asturiano

Oviedo, Gijón y Avilés son complementarias y competencia a la vez. Por su cercanía y accesibilidad conforman un particular triángulo cultural a descubrir en una ruta que une el interior y la costa asturiana

La primera capital de la España de la Reconquista es hoy una ciudad moderna y con una notable calidad de vida. Situada en una encrucijada de caminos, **Oviedo** es una urbe de unos 200.000 habitantes, numerosas avenidas, parques y zonas peatonales, más de 200 estatuas a pie de calle y un admirable sistema de limpieza que le han hecho merecedora en diversas ocasiones del galardón de 'ciudad más limpia de España'.

LA CATEDRAL Y EL FONTÁN

La catedral es su monumento más emblemático, una obra que mezcla diversos estilos: del prerrománico al barroco pasando por el gótico. Concebido como un gran templo para acoger a los numerosos peregrinos que en el siglo XIV viajaban hacia Santiago, en su interior esconde una impresionante Cámara Santa. Muy cerca de la catedral se encuentra El Fontán, barrio antiguo



Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Desde Navarra y el País Vasco, por la autovía A-8 hasta Gijón y Avilés, con desvío por la A-64 hasta Oviedo. Desde Oviedo, la A-66 y la A-8 llevan a Gijón y Avilés.

GASTRONOMÍA

Las tres ciudades asturianas son destinos de buen comer. Si en Oviedo v Avilés las zonas del casco antiquo se han convertido en lugar de tapeo, en Gijón, los alrededores del puerto deportivo y el barrio de Cimadevilla. son los lugares tradicionales. Tomar un 'culín' de sidra sique siendo lo habitual, pero esta costumbre se ha ido sustituyendo, sobre todo en Oviedo, por la de 'ir de vinos'. Si hasta hace bien poco la producción de vino en Asturias era testimonial, actualmente cuenta con la Denominación de Origen Cangas en el occidente donde, a partir de las variedades carrasquín, verdejo negro,



albarín negro y mencía se producen unos tintos, sobre todo los crianzas con buena estructura, equilibrados y con aroma intenso.

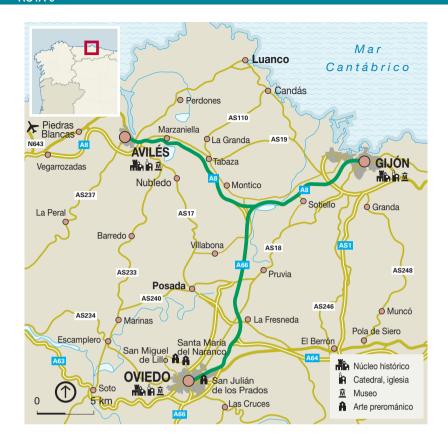
MÁS INFORMACIÓN

Turismo de Oviedo.
www.oviedo.es
Turismo de Gijón.
www.gijon.info.info
Jardin Botánico Atlántico
http://botanico.gijon.es/
Acuario de Gijón
http://acuario.gijon.es/
Turismo de Avilés.
www.aviles.es/turismo
Centro Niemeyer.
www.niemeyercenter.org

Izquierda: Centro de Avilés, una de las entradas a la Plaza de España.

muy animado, sobre todo los días de mercadillo. El mercado cubierto, los puestos de frutas alrededor de la plaza porticada y las tiendas bajo los soportales –algunas convertidas en bares y restaurantes– son el lugar adecuado para percibir el verdadero ambiente de la ciudad y degus-

tar alguno de los numerosos atractivos gastronómico de Asturias. En el centro de la ciudad, el Campo de San Francisco es un agradable parque urbano, nacido como jardín del antiguo convento de San Francisco. En él, árboles monumentales conviven con pavos reales y cisnes. En Navidad, el Paseo de los Álamos acoge el tradicional mercadillo. Muy cerca se levanta el Teatro Campoamor, donde se entregan los Premios Príncipe de Asturias.



UNA CIUDAD LIGADA AL MAR

Con más de 2.500 años de historia, **Gijón** es una de las ciudades más antiguas del norte de España. Hoy es una ciudad moderna, que se ha esforzado por recuperar zonas verdes para el disfrute de ciudadanos y visitantes. Sus orígenes se sitúan en la parte baja de la península de Cimadevilla, donde sus primeros vestigios recuerdan que fue un enclave importante en la Ruta de la Plata. En

la Edad Moderna, la nobleza rural levantó magníficos palacios urbanos y a partir del siglo xvIII el ilustrado Gaspar Melchor de Jovellanos sentó las bases para su crecimiento industrial y urbanístico.

Cimadevilla es una península dentro de la ciudad en cuyos extremos se encuentran la playa de San Lorenzo y el puerto deportivo. Esconde construcciones típicas del siglo xvIII que

Las tres ciudades combinan respeto por la tradición con edificios obra de prestigiosos arquitectos Derecha: Catedral de Oviedo, en primer plano estatua de la Regenta. Abajo: Palacio de Revillagigedo, en Gijón, con la estatua de Don Pelayo





habitaron marineros y artesanos, además del complejo de las termas romanas con un interesante museo. Este popular enclave está salpicado por numerosas plazas, con bares y restaurantes frecuentados por los gijonenses. Cabe destacar el edificio de la antigua Fábrica de Tabacos y la Casa Museo de Jovellanos, que alberga una exposición pictórica de autores asturianos de los siglos xix v xx. A los pies del barrio, el Palacio de Revillagigedo es un hito del barroco en la ciudad y Centro Internacional de Arte Contemporáneo. Para rematar la visita hay que subir al Cerro de Santa Catalina, donde se erige la escultura 'Elogio del Horizonte' de Eduardo Chillida, que crea en su interior un curioso efecto al escucharse el sonido de las olas.

Si se viaja en familia, Gijón y su entorno ofrecen diversos puntos de interés: el Museo del Ferrocarril, con locomotoras, vagones y elementos del tráfico ferroviario; el Museu del Pueblu d'Asturies, con muestras del patrimonio etnográfico de la región y su particular Museo de la Gaita; o el Jardín Botánico Atlántico, con un interesante Bosque de los Niños. El Acuario de Gijón permite penetrar en el mar Cantábrico y así empezar un viaje por los mares de todo el mundo.



IOYAS MONUMENTALES EN OVIEDO

Prerrománico, patrimonio mundial

Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, en Asturias se localizan diversos templos prerrománicos (siglos v a xi) en admirable estado. Dos de ellos en los alrededores de Oviedo y uno en la misma ciudad.

San Julián de los Prados está situado en la entrada de Oviedo, junto a la autovía A-66. Es el mayor de los templos prerrománicos que se conservan en España y se levantó en la primera mitad del siglo IX.

Está formado por tres naves rematadas por sendas capillas en la cabecera. A unos 4 km del centro de Oviedo, en el monte Naranco, se encuentra Santa María del Naranco. Fue construido a mediados del siglo ix como palacio de recreo, aunque a finales del siglo xiii se consagró como

iglesia. Muy cerca del anterior, San Miguel de Lillo fue iglesia real de la corte de Ramiro I. Hasta la actualidad solo han pervivido los restos de un gran conjunto hoy desaparecido. Al igual que Santa María, la altura del edificio representa tres veces la anchura.

A estos edificios hay que añadir la catedral de Oviedo, que tiene en la Cámara Santa un vestigio del prerrománico asturiano reconocido también como Patrimonio de la Humanidad. En su interior se conservan las cruces de la Victoria y de los Ángeles, símbolos de Asturias y de la ciudad de Oviedo respectivamente, la Caja de las Ágatas y el Arca Santa, que contiene un gran número de reliquias entre las que se encuentra el Santo Sudario.

Un abanico arquitectónico va de los edificios del prerrománico a los modernos complejos levantados en los últimos años

MODERNIDAD, SEÑORÍO E INDUSTRIA

Entre Oviedo y Gijón, **Avilés** podría parecer el pariente pobre, pero la realidad es bien distinta. Además de su desarrollo industrial con la gran actividad comercial de su puerto y ría, conserva en su casco antiguo el señorío y porte de su intenso pasado y una importante oferta lúdica y cultural. El centro neurálgico es la **plaza de España**, trazada en el siglo xvi y de la que parten las calles de la Ferrería, la Cámara y del Rivero. Entre los espacios imprescindibles destaca la capilla de las Alas (siglo xvi),

junto a la que se encuentra la capilla de Pedro Solís, también llamada 'de los Ángeles'. Del antiguo monasterio franciscano fundado en el siglo XIII se conserva su iglesia –actualmente parroquia de San Nicolás de Bari– y en la calle de la Ferrería se encuentra el **Palacio de Valdecarzana** (siglo XIV), el edificio civil más antiguo de



Superior: Casco antiguo de Oviedo, callejuelas alrededor de la catedral. Arriba: Centro Niemeyer, la cara más visible del Avilés más moderno. Derecha: En Gijón, iglesia de San Pedro y playa de San Lorenzo con la marea alta.









Avilés y claro vestigio de la arquitectura gótica en la ciudad, aunque el palacio más destacado y espectacular de Avilés es el de Camposagrado, renacentista del siglo xvii. Al otro lado de la ría, el **Centro Niemeyer** ha sido un revulsivo para la ciudad, por su arquitectura atrevida y por los espacios de ocio que han surgido a su alrededor. Otro espacio único es el

Museo de Anclas, en la península de la Peñona, en el extremo oeste de la playa de Salinas. Este museo al aire libre es un homenaje al mar, sus gentes y a los que dedicaron su vida a la defensa de los ecosistemas marinos. El puente colgante de La Gaviota da acceso a un mirador sobre el acantilado donde destaca el monumental busto de Philippe Costeau.





ARNAO

De mina submarina a novedoso recurso turístico

En 1833 se convierte en la primera mina submarina que se explota en España. Situada en la costa, en Castrillón cerca de Avilés, después de la explotación a cielo abierto se sigue la veta de carbón que se adentra en la plataforma marina.

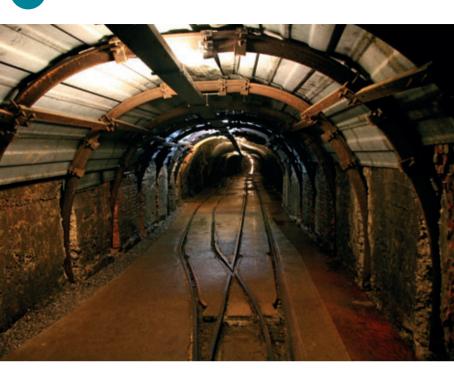
La mina se va perforando hasta llegar a un kilómetro de la costa y unos 200 metros de profundidad.

La Real Compañía Asturiana de Minas de Carbón inicia la actividad que en 1853 se diversifica hacia la fabricación de zinc. En la visita no sólo conoceremos todo lo que supuso aquella explotación que cerró en 1915 debido a las filtraciones de agua de mar, sino que aprenderemos una verdadera lección de geología con fósiles de plantas de hace 400 millones de años encontrados en la plataforma de Arnao, cuando en Asturias reinaba un clima cálido y húmedo parecido a las zonas próximas al Ecuador.

Sumamente interesante la visita al museo por la historia que contiene, como lo es también bajar hasta una de las galerías para realizar un corto recorrido que termina frente al mar.

MAS INFORMACIÓN

http://museodelaminadearnao.com



Asturias, valles mineros

Valles como los del Nalón y el Caudal se han identificado desde el siglo xix con la minería. Con la crisis del sector, los pozos mineros se han convertido en atractivos museos y las vagonetas, en trenes turísticos

El recorrido por los valles que proponemos en la ruta nos permitirá identificar un paisaje de castilletes y fábricas que ya no echan humos contaminantes. Antes al contrario, vivos colores ilustran las altas torres de refrigeración y a la mina se penetra con todas las garantías. Todo un mundo que se ha reconvertido en recurso turístico, sin olvidar una gastronomía peculiar donde conviven las fabes, el cordero a la estaca, los quesos y la sidra. Empezaremos por el concejo de Langreo, donde en **Samuño** se ha puesto en marcha un ecomuseo que incluye un paseo de unos dos kilómetros en un tren minero que, desde la estación de El Cadaviu en Ciaño, nos transporta hasta el interior de la mina.

Estamos en el **pozo San Luís**, a 32 metros de profundidad, y un ascensor que reproduce la jaula que utilizaban los mineros nos eleva hasta

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Una red de autopistas y autovías conecta Oviedo con toda la región. Fuera de estas vías rápidas, la geografía asturiana convierte las carreteras locales en itinerarios para conducir con prudencia mientras disfrutamos del verde paisaje. El presente recorrido no llega al centenar de kilómetros.

GASTRONOMÍA

En Asturias siempre se ha valorado su naturaleza, su patrimonio y, cómo no, una gastronomía basada en la calidad de su gama de productos tanto de mar como de interior.

Siempre que se ha habla de la gastronomía tradicional asturiana la mente nos remite a la fabada, los quesos y la sidra pero, como en muchos lugares, las recetas tradicionales han evolucionado hacia propuestas más creativas que, sin abandonar la esencia, indagan en la



presentación y la combinación con otros productos. En el caso de las fabes, por ejemplo, se sustituye el tradicional *compango* (chorizo, lacón, morcilla y panceta) por almejas o andariques (nécoras).

MÁS INFORMACIÓN

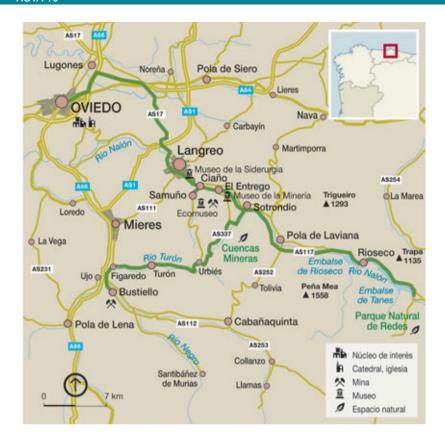
www.turismoasturias.es www.puertadeasturias.es www.valledelnalon.es www.ecomuseominero.es www.museodelasiderurgia.es www.mumi.es

la superficie. Nuestra visita discurre por la Casa de Máquinas, donde conoceremos el porqué del 'pedal del hombre muerto' mientras un castillete de 28 metros de altura preside las instalaciones exteriores.

SIDERURGIA Y MINERÍA, CONCEPTOS TURÍSTICOS

Cerca de Langreo, en La Felguera se encuentra el **Museo de la Side**rurgia. Los 45 metros de altura de Izquierda: Interior del pozo de San Luis, cerca de Samuño.

la torre de refrigeración de la fábrica de Duro Felguera y su colorido diseño la hacen visible desde lejos. Su interior se ha transformado en un didáctico museo donde se puede comprender todo el proceso de transformación del mineral de hierro en acero.



EL MUMI, VISITA OBLIGADA EN EL ENTREGO

Seguimos por el valle del Nalón y en la localidad de El Entrego, en el concejo de San Martin del Rey Aurelio, llegamos al Museo de la Minería (MUMI). Fue el primer museo dedicado a la minería que se abrió en Asturias y es la instalación más emblemática, ya sea por el número de visitantes que recibe, por la calidad de sus instalaciones o por el discur-

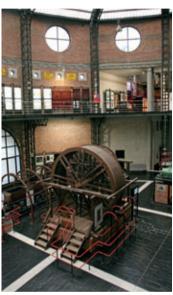
so que ofrece. En el museo podemos ver todo tipo de maquinaria ligada a las antiguas tecnologías mineras y a la máquina de vapor que tantos cambios introdujo en los procesos industriales. Otro espacio de interés son las instalaciones médicas de la época, que albergaban las lámparas donde se controlaba que todos los mineros habían vuelto a la superficie y la brigada de salvamento que actuaba en caso de rescate.

La ruta propone combinar la visita a museos, naturaleza y gastronomía tradicional asturiana Abajo: Museo de la Minería y reproducción del trabajo en la mina. Derecha: Valle de Riosa, espectacular paraje natural. Abajo-derecha: Museo de la minería máquina de vapor, en El Entrego.



Pero, probablemente, el espacio que más impresiona es la mina, hecha a imagen y semejanza de una mina real. Se desciende mediante una jaula simulada, que reproduce el tiempo que se tardaba en descender unos cuantos niveles y los sonidos que percibían los mineros al ir al tajo. Un recorrido a pie por la galería nos permite conocer los distintos tipos y formas de extracción de la veta de carbón y lo incómodo que podía ser este trabajo para muchos picadores, que tenían que estar horas en posición de cuclillas y haciendo fuerza con el martillo. Todo ello ambientado con luces y ruidos como si de una mina de verdad se tratara.





VALLES DEL CAUDAL Y EL TURÓN

Desde la localidad de Sotrondio y por la AS-337 pasaremos al valle del Caudal, siguiendo el río Turón. Debemos dirigirnos hacia Pola de Lena para tomar la AS-112a y acercarnos a Bustiello.

La visita a esta población nos permitirá conocer la concepción de un poblado minero desde la perspectiva de Claudio López Bru, hijo del primer Marqués de Comillas y hom-



MINAS DE TEXEO

En busca del cobre

La historia de la minería en Asturias se remonta a la época prehistórica (3.500 a.C), cuando las tribus astures se adentraron en las entrañas de la tierra en busca de cobre.

Esta actividad se vio incrementada más tarde con la llegada de los romanos, como se puede observar con los enormes agujeros excavados en la roca de la sierra del Aramo, a unos 1200 metros de altitud.

A esta zona bautizada como minas de Texeo por los tejos que allí se encuentran, se llega desde el pueblo de Llamo en el municipio de Riosa, después de una hora de camino.

En 1897 se retomó la actividad, esta vez en plan industrial y con capital inglés y belga. El área de trasiego del material se estableció ahora en la cota 700 metros con el fin de facilitar su manipulación y salida. Allí se puede ver las casas rehabilitadas de los trabajadores, talleres, restos de la vivienda del ingeniero y demás instalaciones, aunque lo que resulta realmente interesante es acceder a los pozos excavados.

Eso sí, con el debido cuidado ya que son grandes agujeros en la roca donde los trabajadores iban en busca de la veta del mineral sin ningún tipo de protección.

Para los que estén más interesados en el tema, pueden encontrar más información en:

http://riosahistoria.blogspot.com. es/2013/06/minas-de-cobre-y-decobalto-de-texeo.html **Derecha:** Bustiello, estatua del Marqués de Comillas. **Abajo:** Museo de la Siderurgia, torre de refrigeración, en La Felquera.





El poblado de Bustiello es un ejemplo de explotación minera ligada al paternalismo industrial

bre de profunda convicción católica. Con un exacerbado paternalismo industrial, concibió la práctica empresarial como la vida de una familia. Este modelo mejora la calidad de vida del obrero y contribuye al aumento de la producción, aunque para ello hay que aplicar unas estrictas normas de convivencia. Una estatua con su busto y un minero rindiéndo-le pleitesía preside la entrada del poblado, junto a la iglesia.

La visita guiada a este centro y a las instalaciones mineras del valle de Turón nos llevará a comprender cómo se trabajaba en instalaciones más pequeñas, como la del Pozo Espinos. Al final del recorrido, con la visita a un antiguo polvorín donde se guardaban los barrenos, nos daremos cuenta de lo dura que fue la represión franquista en este territorio después de la Guerra Civil. El Pozo Fortuna se convirtió en la tumba

de unas 300 personas, cuyos restos todavía permanecen allí. Un monumento y varios paneles explicativos les rinden un sentido homenaje.

PARQUE NATURAL DE REDES, RESERVA DE LA BIOSFERA

Pero no todo tiene que ser minería en nuestro recorrido. Si desde Pola de Laviana tomamos la AS-117 en dirección al puerto de Tarna en la Cordillera Cantábrica, llegaremos al Parque Natural de Redes. Como en muchos otros lugares de Asturias, encontramos naturaleza en todo su esplendor. Declarada Reserva de la Biosfera, combina las zonas de pastizales con manchas de hayedos. Allí, entre montañas cuyas máximas alturas sobrepasan justo los 2.000 metros, viven el rebeco, el urogallo y ocasionalmente, el lobo y el oso pardo.



Izquierda: Samuño, tren minero. Abajo: Museo de la Minería, enfermería con todo el instrumental para emergencias.





PARQUE NATURAL DE REDES

Del negro carbón a la verde naturaleza

Declarado Parque Natural en 1996, y reconocido por la UNESCO como Reserva de la Biosfera en 2001, el Parque de Redes ocupa la zona centro oriental del Principado de Asturias y abarca los términos municipales de Caso y Sobrescobio, en las cuencas altas del Nalón.

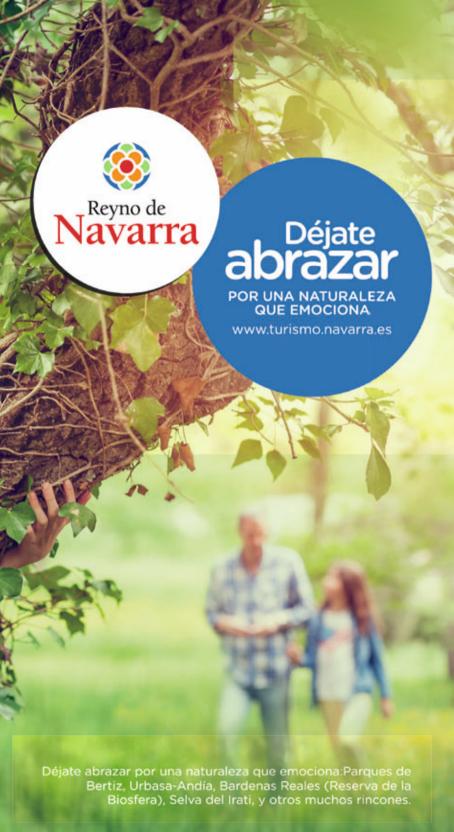
La acción de los ríos ha dado lugar a la aparición de valles abiertos que forman grandes vegas en sus fondos o a los impresionantes desfiladeros de roca caliza, como el del río Alba o el de los Arrudos, principales destinos de las familias amantes del senderismo.

Su riqueza ambiental se manifiesta en una multitud de paisajes y contrastes. Pueden observarse incluso formaciones de origen glaciar, como morrenas o circos, formas kársticas en cuevas, y amplios campos de pasto y montes. Redes cuenta con una superficie arbolada constituida mayoritariamente por hayedos que ocupa el 40% del territorio.

La máxima altura de este espacio natural es el monte La Rapaína de 2.0002 metros pero uno de los espacios más emblemáticos es la vega de Brañagallones con numerosos ejemplares de acebo, a la que se accede desde el pueblo de Bezanes. En Campo de Caso hay el centro de interpretación con toda la información inherente a este espacio natural.

www.parquenaturalderedes.es









Navarra, paisaje en colores

avarra es una comunidad autónoma pequeña pero que presenta una gran diversidad de paisajes. Desde las cumbres pirenaicas que aquí ya han suavizado sus alturas, hasta los paisajes desérticos de las Bardenas Reales, hay toda una amalgama de texturas y colores.

De norte a sur, este territorio se divide en cuatro comarcas: los Pirineos, la Cuenca de Pamplona, la Zona Media y la Ribera. En todas ellas encontraremos espacios protegidos, ya sean zonas desérticas, formaciones montañosas de mediana altura como Urbasa, Andía y Aralar o extensos valles salpicados de pueblos que han conservado la arquitectura tradicional.

Las cuatro estaciones del año se hacen sentir en el territorio navarro. En la primavera el deshielo hincha los ríos que contribuyen a proporcionar verdor al paisaje; con la llegada del verano las fiestas inundan pueblos y ciudades; el otoño viste de ocres los hayedos y robledales; mientras que durante el invierno la nieve se hace sentir en las cumbres pirenaicas. Es la época de sustituir la variedad de productos de la huerta regada por el Ebro por unas buenas alubias pochas, carnes de cordero o ternera, guisos con carnes de caza y quesos artesanales. Todo ello regado con los excelentes vinos navarros y para ayudar a la digestión, los licores de esta tierra.

El Pirineo navarro se viste de otoño

En esta época del año, los bosques del Pirineo navarro visten las mejores galas. A los verdes de los abetos se unen los tonos anaranjados de hayas y castaños. Una amalgama de colores tras la que se esconden pueblos que conservan su arquitectura tradicional.

Si en el Pirineo navarro hay una época del año que evoca las leyendas, sin duda es el otoño. Días poco calurosos y noches frescas invitan al paseo, a descubrir magnificos nacimientos de ríos, monasterios plagados de historia y fábricas de armas que en otros tiempos fueron relevantes. Todo ello en un ambiente de brumas que nos recuerdan que en el pasado estas fueron tierras de leyendas y brujería o, simplemente, de buenas gentes que en su quehacer diario es-

taban más ligadas a las energías de la tierra que a los designios divinos. Al final de una jornada de descubrimiento, nada mejor que alojarnos en uno de los pequeños hoteles, muy acogedores, donde encontraremos el merecido descanso y como no, una buena gastronomía.

ARTE Y BRUJAS

Iniciaremos la ruta por el **territorio de Xareta**, que agrupa los munici-



Guía práctica

La ruta discurre por 185 km –sin contar rutas alternativas– con posibilidad de entrar y salir por la frontera francesa

DÓNDE COMER

Arotxa: en Legasa, cerca de Bertiz, bacalao, chuletón y solomillo entre otras delicias. www.arotxa.com
Hostal Casa Sario: en Jaurrieta, establecimiento familiar con una cocina imaginativa que se nutre de las recetas tradicionales. Disponen de habitaciones. www.casasario.com
Kixkia: en Ochagavía, para los que gusten del menú de sidrería es el lugar adecuado. www.kixkia.com

DÓNDE DORMIR

Hostal Irigoienea: en pleno valle de Urdax encantador hotelito en un caserón con más de dos siglos de historia. www.irigoienea.com Hotel Auñak**: en Garralda, hotelito rural donde Ángel Loperena ofrece la



posibilidad de recorridos en 4x4 para descubrir los bellos parajes de los alrededores. www.auniak.com Hostal Lola: en Isaba, hostal tradicional con decoración rústica y buena cocina. www.hostal-lola.com

MÁS INFORMACIÓN

Turismo de Navarra:

www.turismo.navarra.es

Xareta: www.urdax-dantxarinea.com www.turismozugarramurdi.com

Parque Bertiz: www.parquedebertiz.es

Ochagavía: www.ochagavia.com
Valle de Roncal: www.vallederoncal.es

Izquierda: Cueva de Zugarramurdi, visita inquietante pero imprescindible

pios de Sare y Ainhoa en el Lapurdi y Urdazubi/Urdax y Zugarramurdi en Navarra. A este lado de la frontera, **Urdax** se distingue por ser un pueblecito ordenado con un monasterio transformado en centro de arte, un molino harinero en funcionamiento y la cueva de Ibakuru, que nos asombrará por el mundo subterráneo que

esconde. **Zugarramurdi** se hizo famosa por el proceso inquisidor que se inició a principios del siglo XVII y que terminó con once personas condenadas a morir en la hoguera –cinco de ellas ya habían perecido en la cárcel–. Las cuevas donde se sitúan los aquelarres son un monumento natural que vale la pena visitar, así como el Museo de la Brujería, un lugar para la reflexión. Ambas poblaciones disponen de numerosos y populares restaurantes y, para los que



deseen andar un poco, hay un circuito a pie bien señalizado que enlaza las cuatro poblaciones.

BAZTÁN Y BERTIZ

La N-121-B nos llevará a recorrer el valle de Baztán acompañados por el río del mismo nombre. Si queremos ver su nacimiento deberemos acercarnos a la cascada de Xorroxin, desde el núcleo de Gorostapo-

lo por un bonito paseo a pie. Baztán es tierra de noble pasado como queda patente en los escudos que ostentan las fachadas de los caseríos. Uno de los pueblos que mejor acuña estas características es Amaiur-Maya, ya sea por el gran arco que nos recibe a la entrada o por ser el último reducto de resistencia, en el año 1522, a la incorporación de Navarra al reino de Castilla.

Cerca del puerto de Artesiaga, un monumento rinde homenaje a los prisioneros que fueron obligados a trabajar en la carretera Derecha: Ochagavía, en el Valle de Salazar. Abajo: Monasterio de Urdax, convertido en centro de arte.





Justo en el punto de intersección de los valles de Baztán y Bidasoa, una joya de la naturaleza se ha conservado hasta nuestros días: el **Señorío** de Bertiz, finca de dos mil hectáreas declarada parque natural. Se puede visitar el Centro de Interpretación, el antiguo palacio o el jardín botánico, y realizar un recorrido por un frondoso bosque atlántico hasta la cumbre del Aizkolegi, máxima altura del Parque con 830 metros.

Para continuar debemos retroceder a **Elizondo**, capital del valle, para tomar la NA-1740, una carretera de montaña que llega hasta los 996 metros, en el **collado de Artesiaga**. Fantásticas

vistas acompañarán nuestra conducción con la posibilidad de cruzarnos con alguna vaca en medio del camino. Así que, precaución...

VALLES DE AEZKOA Y SALAZAR

Después de 22 km de recorrido desembocaremos en la NA-138. A la izquierda, camino de Francia, encontraremos las ruinas de la que fue Real Fábrica de Municiones de Eugi. Nuestra ruta prosigue por el lado contrario bordeando el embalse de Eugi hasta llegar a la N-135. Dirección a Roncesvalles y superado el puerto de Erro penetramos en el valle del mismo nombre. El recorrido



PAISAJES EXCEPCIONALES Roncal y Belagua

Superados los 1.120 m del puerto de Lázar llegaremos al valle de Roncal, el más oriental de la comunidad navarra. Surcado por el río Esca, sus paisajes van desde las amplias vegas en su extremo sur hasta la alta montaña pirenaica en el norte.

El desgaste producido por la corriente fluvial ha originado estrechos barrancos como la Foz de Burgui, puerta natural del valle y lugar de paso de los almadieros que aprovechaban la primavera para trasladar los troncos camino del Ebro.

Isaba, al abrigo de la peña Euzkaurre, es la capital del valle y en la población de Roncal, podemos visitar el artístico mausoleo y la casa-museo del tenor Julián Gayarre. Para terminar nuestra ruta nada mejor que dirigirnos hacia Belaqua. La NA-137 nos conducirá por un paisaie plagado de hayedos que emergen entre formaciones kársticas. Después de 24 km de ruta zigzagueante. pasaremos por el Centro de Montaña con pistas de esquí y numerosos senderos señalizados que nos invitan a recorrer estos parajes a pie. Al final, llegaremos a la frontera con Francia donde se encuentra la Piedra de San Martin, a 1,760 m. Aquí cada años se rememora el pacto de la Tres Vacas entre los habitantes de ambos lados de la línea divisoria.

Podemos pactar nuestros particulares deseos y celebrarlo tomando unas migas en la Venta Juan Pito que hemos dejado más abajo.

En el Valle del Roncal se produce un queso de oveja que cuenta con la primera D.O de quesos españoles

transcurrirá ahora paralelo al Pirineo por la NA-140, enlazando los valles de Aezkoa y Salazar con poblaciones cuyos cascos antiguos se agrupan en torno a la iglesia. El mirador de Ariztokia cerca de Garralda, ofrece una fantástica panorámica sobre el Irati. En Aribe, un puente de piedra crea la imagen más bonita de esta población. Garaioa, con bello templo gótico del siglo XIII; Abaurrea Alta, la población a mayor altitud de Navarra; y Jaurrieta, son algunas de las localidades que nos encontraremos a lo largo de la ruta. Desde Ari-

be podemos desplazarnos hasta Orbaitzeta, en cuyo barrio de Larraun se encuentran las ruinas de lo que fue una antigua fábrica de armas en el siglo xvIII. Este punto es también una de las puertas de entrada a la selva de Irati, una de las manchas de hayedo-abetal más extensas y mejor conservadas de Europa.



Superior: Fábrica de armas de Orbaiceta, originaria del siglo xvIII. Arriba, derecha: Caballos en libertad y oveja latxa pastando en los verdes valles pirenaicos.





Derecha: Isaba, la capital del Valle del Roncal, conserva un cuidado casco antiguo Abajo: Paisaje típico, tranquilidad y naturaleza en estado puro.



En Escároz nos encontramos con el río Salazar que da nombre al valle. Siguiendo por la NA-140 la primera población es Ochagavía, una de las más bellas del Pirineo navarro. Aquí se juntan los ríos Zatoia y Anduña; alrededor del segundo y cruzado por cuatro puentes, se extiende un conjunto de casas blasonadas con balcones corridos de madera y

ventanas, cuyos colores le aportan un toque de alegría a la piedra. Vale la pena visitar el Centro de Interpretación y acercarse al santuario de la Virgen de Muskilda a la que los danzantes rinden pleitesía el 8 de septiembre. Para disfrutar de la naturaleza, una serpenteante carretera nos acerca a la ermita de la Virgen de las Nieves en el corazón de Irati.





SELVA DE IRATI

Bosque encantado donde hayas y abetos crecen en armonía

El bosque o la Selva de Irati se encuentra ubicado en la parte más septentrional de los valles de Salazar y Aezkoa. Es una de las manchas de hayedo-abetal más extensas y mejor conservadas, no sólo de España, sino también de toda Europa. Aquí pueden verse grandes áreas intactas de ecosistema forestal primitivo y ejemplares de hayas y abetos que llegan a alcanzar hasta los cincuenta metros de altura.

Irati es un bosque mágico y no sólo por su valor natural sino por las leyendas que se esconden en la fronda. Aunque cualquier época del año es recomendable para acercarse a este espacio natural, durante la primavera y el otoño el bosque se muestra en todo su esplendor y ofrece un espectáculo cambiante de vida y colores. Entre los meses de abril y junio el verde explota en sus hojas y cuando llega el otoño, los tonos anaranjados y ocres de la hoja caduca forman una sinfonía de colores. Es época también de recogida de hongos y de la berrea cuando los ciervos machos con sus grandes cornamentas, compiten por poseer el mayor número de hembras.

Una amplia pista forestal cruza este espacio natural. En vehículo sólo se puede acceder a los lugares autorizados (embalse de Irabia) y hay numerosos recorridos señalizados para realizar a pie y en bicicleta de montaña. www.irati.org



Navarra Zona Media, comarca con abolengo

La ruta por el corazón de Navarra, entre Alsasua y Carcastillo, muestra espacios naturales, iglesias y monasterios cuyos orígenes se pierden en el tiempo, además de fortalezas defensivas y palacios de reves.

La ruta arranca en Alsasua, al noroeste de Navarra, donde la NA-718 lleva, tras 10 kilómetros de curvas, al Centro de Interpretación del Parque Natural de Urbasa-Andía. Los hayedos son una constante en el paseo por la meseta de Urbasa, donde la Borda de Severino recrea un hábitat pastoril y una carbonera. En el descenso por la vertiente meridional se repite el rosario de curvas en direc-

ción a Estella/Lizarra, con la recomendable excursión al nacedero del Urederra (ver recuadro).

ESTELLA, UN HITO EN EL CAMINO

Donde hay agua hay vida y por donde pasaba el Camino de Santiago surgía la posibilidad de negocio. Así nació **Estella/Lizarra** en 1090, cuando el rey Sancho Ramírez eximió de impuestos a los comerciantes que

Guía práctica

El inicio de la ruta se encuentra en la localidad de Alsasua, junto a la intersección de las autovías A-1 y A-10. Un recorrido de unos 150 kilómetros, con destino al monasterio de la Oliva (Carcastillo), permite visitar la Zona Media de Navarra.

FI VINO COMO EXCUSA

Viñedos y bodegas son protagonistas en la ruta. Tienen fama los rosados, a los que últimamente hay que añadir unos buenos tintos y blancos que combinan la autóctona garnacha con la foránea 'chardonnay', entre otras. En Olite, principal centro de producción vinícola de la zona, puede visitarse el Museo del Vino y bodegas como Pagos de Araiz, que combina tradición vinícola con una magnífica colección de obras de arte.

VESTIGIOS ROMANOS

En la 'Villa de las Musas' de Arellano puede verse una colección de tinajas



y tres mosaicos (uno de ellos, copia del original). En Andelos se conservan los restos de una antigua urbe donde los romanos desarrollaron un importante sistema hidráulico. En el Museo Arqueológico, un audiovisual explica numerosos detalles y anécdotas

MÁS INFORMACIÓN

Turismo de Navarra. Tel. 848 420 420. www.turismo.navarra.es Estella. www.turismotierraestella.com Tafalla. Tel. 948 701 654. www.tafalla.es Olite. Tel. 948 741 703. www.olite.es Hoteles con encanto. www.noblesdelrevno.com

daban servicio a los peregrinos en la actual rúa de Curtidores. La imagen más característica de la localidad es el puente medieval de la Cárcel, que une los dos barrios por encima del Ega. Dos puntos de vista privilegiados son los restos del castillo y la basílica de Nuestra Señora del Puy, done se venera la imagen gótica de la patrona local.

No se puede abandonar Estella sin visitar los **monasterios de Iratxe y de**

Izquierda: Estella/Lizarra, Puente de la cárcel o 'Puente Picudo'

Santa María de Irantzu, a 3 y 11 kilómetros del núcleo urbano, respectivamente. El primero es una mezcla de estilos en el que destacan el claustro plateresco y la iglesia románica, mientras que el monasterio de Santa María de Irantzu, en el término de Abárzuza, seduce por el bello paraje que lo rodea. Su claustro góti-



co sigue los dictámenes de la orden cisterciense, con el lavatorio a un lado y dando acceso a las diversas estancias. Desde los alrededores parte una interesante excursión por el cañón del río trantzu.

ROMANOS Y ROMÁNICO

Al sur de Estella, a unos 6,5 kilómetros del pueblo de **Arellano**, la llamada 'Villa de las Musas' es una gran propiedad romana donde se produjo vino a raudales entre los siglos i y iii. En un abrir y cerrar de ojos la nueva autovía A-12 lleva a **Puente la Reina**, antaño fortificada y cruzada por el Camino de Santiago. El recorrido transita por la iglesia del Cruci-

Derecha arriba: Ujué, interior del templo fortificado de Santa María la Real. Abajo: Vista del puente románico sobre el Arga en Puente la Reina.

fijo, con su misteriosa talla de origen templario, la calle Mayor, la iglesia de Santiago, la plaza de Mena y el puente románico de seis ojos, considerado uno de los más bellos de España en su estilo. A apenas tres kilómetros de Puente la Reina, el Camino de Santiago transita junto a **Santa María de Eunate**, solitaria iglesia de 1170, rodeada por una sorprendente galería porticada de forma octogonal. Todavía hoy, la función de este

Olite es una localidad con muy buenos restaurantes como Casa Zanito y lugares para el tapeo acompañado de vino navarro

templo-faro es incierta, pero su singular arquitectura merece la declaración de Monumento Nacional. levantó en el siglo xi y en su interior se encuentra la iglesia de San Saturnino (siglo xiii), que también desempeñó la función de fortaleza.

ARTAJONA Y TAFALLA, SABOR MEDIEVAL

De camino a Tafalla, la NA-601 cruza el pueblo de **Mendigorria**, donde visitar los restos de la ciudad romana de Andelos (ver Guía Práctica). Por la NA-6030, unos nueve kilómetros antes de Tafalla sorprende el gran recinto fortificado del 'Cerco' de **Artajona**, que mantiene en pie nueve de sus catorce torreones originales. Se







^{un paraje natural único} Sierra de Urbasa y nacedero del Urederra

La sierra de Urbasa está constituida por una gran rasa en la parte elevada cortada por acantilados verticales tanto en la vertiente meridional como septentrional. Arriba, bosques de hayas y amplios pastos donde vacas y caballos cuando llega el buen tiempo devoran la hierba fresca.

Además de numerosas áreas recreativas, en el km 32 de la NA-718 que cruza la sierra, se encuentra un centro de interpretación de donde parten diversos itinerarios señalizados.

Si se trata de caminar un poco vale la pena acercarse al nacimiento del Urederra. La sierra de Urbasa está formada por roca caliza lo que permite que el agua se deslice por su interior saliendo a la luz en forma de surgéncias naturales. Una de ellas es la del Urederra que brota en medio de la pared, a unos 630 m de altitud, en el término municipal de Baquedano.

De este pueblo parte el camino 2:30h ida y vuelta por un itinerario que va siguiendo el curso del río con numerosos puntos de interés que en forma de miradores permiten admirar la belleza del paisaje. Aguas de color turquesa y frondosa vegetación, verde en verano y con los tonos ocres en el otoño, acompañan todo el trayecto al final del cual hay que hacer un pequeño esfuerzo para acercarse a la surgéncia natural que después de fuertes lluvias puede llegar a verter un caudal de 50.000 litros por segundo.

El aforo al Nacedero del Urederra está limitado a 450 personas diarias. Hay que reservar plaza en el aparcamiento de Baquedano o en www.nacederourederra.com



Derecha: Santa María de Eunate, rodeado de una magnífica galería octogonal. Abajo: Santa María de Irantzu, característico claustro cisterciense.



Tafalla, capital de comarca y cruce de carreteras, fue antiguamente ciudad de iglesias, palacios y conventos. Cruzada por el río Cidacos, mantiene el sabor medieval en su zona alta, donde escudos nobiliarios decoran casas señoriales y palacetes. Hay que visitar las iglesias de Santa María y San Pedro, y acercarse a los conventos de los Escolapios y Concepcionistas Recoletas. Para descansar, nada mejor que la plaza de Navarra, donde el restaurante Túbal está considerado de los mejores de Navarra.

OLITE, UN CASTILLO DE LEYENDA

A pocos kilómetros de Tafalla por la N-121, llegar a **Olite** es como entrar en un cuento de hadas. El estado de conservación de sus monumentos y las formas del Palacio Real recuerdan a los castillos de las películas de Disney. El **Palacio Viejo** está ocupado por el Parador de Turismo; a su lado, la **iglesia de Santa María** (siglo xIII) posee una fachada profusamente decorada y pegada a ella se levanta el **Palacio Real**, cuyas torres de es-



Izquierda: Olite, su lujoso
Palacio Real (siglo xīv)
ocupa una tercio del casco
urbano medieval.
Abajo: Viñedos de la bodega
Pagos de Araiz, ubicada en las
cercanías de Olite



El Palacio Real de Olite fue mandado construir por Carlos III, para satisfacer los deseos de su esposa Leonor de Trastámara

tilo gótico francés suscitaron la envidia de las cortes europeas. Más apartada, la iglesia de San Pedro es un templo románico, ampliado en época barroca, con una alta torre coronada por una esbelta flecha. A unos 17 kilómetros de Olite, en lo alto de un montículo se asienta **Ujué**. Sobre el entramado de casas y callejuelas medievales sobresale la iglesia-fortaleza de Santa María. En su interior, entre románico y gótico, se venera la imagen románica de la Virgen con el Ni-

ño. Asistir a un concierto de canto coral bajo sus muros es una experiencia que vale la pena vivir. Desde Olite, la NA-5332, NA-5330 y NA-5500 llevan en 25 kilómetros al **monasterio de La Oliva**, en Carcastillo. Una pequeña comunidad del Císter vive aún en este cenobio, cuya visita muestra un bello claustro y la iglesia (siglos XII a XIV). El recogimiento de sus muros y la cata de los vinos que allí se elaboran son un excelente final al paseo por el corazón de Navarra.



LAGUNA DE PITILLAS

De zona de caza a reserva natural y observación de aves

Camino del monasterio de La Oliva pasaremos junto a la laguna de Pitillas, el mayor humedal de tipo estepario y origen endorreico de los existentes en Navarra y uno de los más importantes del Valle del Ebro. Destaca por la diversidad de especies de aves acuáticas que eligen esta laguna para pasar el invierno y también es un lugar estratégico para el reposo y alimentación de las bandadas de aves que realizan la migración a través de la ruta pirenaica occidental.

La laguna de Pitillas ha pasado por distintos usos. En el siglo XIV pertenecía al rey de Navarra que la utilizaba como territorio de caza.

Más tarde se le añadió un dique para aumentar su capacidad y utilizar el agua para riego, aunque la profundidad, en condiciones de llenado normales, no supera los dos metros.

En el año 1987 es declarada Reserva Natural y por sus elevados valores ornitológicos, en 1991 fue incluida en la red de Zonas de Especial Protección para las Aves. Aquí anida el avetoro y la polluela chica, así como las garzas real, imperial y el aguilucho lagunero. Otras especies nidificantes son el ánade friso, el pato cuchara, ánade real, pato colorado y la focha, entre otras. Junto al mirador hay un centro de interoretación.





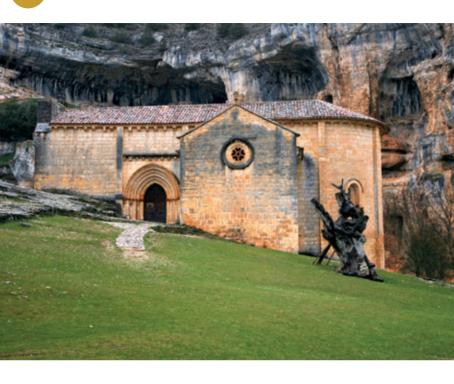
Soria, ni te la imaginas

oria es una provincia que no se tiene en la memoria a la hora de ir de vacaciones y en cambio atesora grandes valores, tanto desde el punto de vista natural como patrimonial.

El territorio y la misma capital están plagados de templos románicos de una belleza increíble. Esta circunstancia ha dado pie a una ruta que pasa por San Esteban de Gormaz, Burgo de Osma, Almazán, Soria, Ágreda y San Baudelio en Casillas de Berlanga, este último templo con algunos frescos en el interior.

De la misma manera que con la reconquista se levantaron iglesias, sucedió lo mismo con los castillos, algunos construidos por los árabes que luego pasaron a manos cristianas. Tal es el caso del gran recinto amurallado de Gormaz, el de Berlanga de Duero o los castillos de Caracena y Almenar entre otros.

Pero mucho antes, los celtíberos se hicieron fuertes en Numancia frente a los romanos y levantaron grandes poblados en Uxama y Tiermes. Si mostramos afición por el senderismo, dos parques naturales, el del Cañón del Río Lobos y el de la Sierra de Urbión y Laguna Negra nos invitan a ello y si después de andar se nos despierta el apetito, tener en cuenta que las carnes y las setas comparten el protagonismo regados con los vinos de la D.O. Ribera de Duero.



Camino Soria, un paseo por el románico

Muchas veces olvidada, Soria ofrece un interés turístico fuera de dudas, tanto por el valor de sus monumentos románicos y rincones históricos como por sus espacios naturales muy bien preservados.

Penetramos en Soria por el puerto de Piqueras que con sus 1.710 metros nos permite disfrutar de un espléndido panorama o por el nuevo túnel de 2.444 metros de longitud que introduce de forma rápida en la provincia. Por la N-111 pasaremos Almarza y al cabo de 15 km nos desviaremos a la derecha por la SO-820. El templo románico de Tera nos da la bienvenida. Avanzamos entre un paisaje de cam-

pos de labor, mientras a lo lejos se dibuja la silueta de Sierra Cebollera. Estamos en el bautizado como 'valle de la Mantequilla' y en **Valdeavellano de Tera** podemos seguir una ruta donde se interpreta todo el proceso de fabricación de este derivado de la leche.

Seguimos por la SO-820 dirección Vinuesa y antes de llegar a esta localidad bordearemos el embalse de

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Desde el norte, la mejor manera de acercarnos hasta Soria es por el puerto de Piqueras. Este itinerario de unos 250 km recorre el noroeste de la provincia de Soria.

ROMÁNICO EN SORIA

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.

GASTRONOMÍA

Las carnes de caza y sobretodo las setas, forman parte de la gastronomía soriana. Tomar un vino de Ribera de Duero acompañado de unos torreznos forman parte del aperitivo antes de comer.



EL VALOR DE LOS PINOS

Por las calles y plazas empedradas de Vinuesa, con casas de noble pasado que se arremolinan alrededor de su monumental iglesia, el 16 de agosto se celebra la fiesta de La Pinochada, donde las mujeres, vestidas con trajes regionales, enarbolando ramas de pino arremeten con quien se les pone por delante. En San Leonardo de Yagüe encontraremos industrias de transformación y tratamiento de madera, no en vano estamos en una zona donde la explotación forestal es la industria más importante.

MÁS INFORMACIÓN

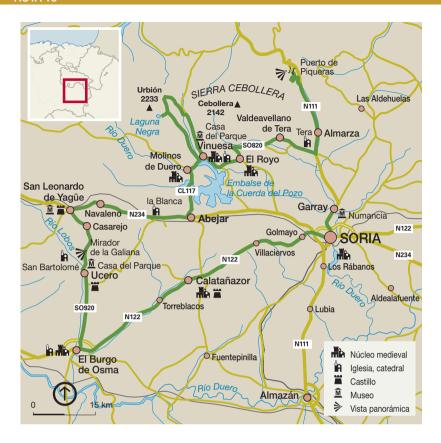
www.sorianitelaimaginas.com

la Cuerda del Pozo, un mar interior donde se pueden practicar actividades náuticas. Antes de Vinuesa, a la derecha seguiremos la indicación de la Laguna Negra de la que nos separan 18 km. Se trata de un paraje de espléndida belleza en medio de los Picos de Urbión. La estrecha carretera atraviesa un frondoso bosque de pino albar antes de llegar a la zona de aparcamiento. La acumulación de visitantes en determinadas épocas ha hecho que se deban regular

Izquierda: San Bartolomé, en el cañón del río Lobos

los accesos. El último aparcamiento de pago (4 euros por vehículo) se encuentra a 1,7 km de la laguna en un paseo que, si no se quiere hacer a pie, puede relizarse mediante un servicio continuo de microbuses.

La Laguna Negra es de origen glaciar y su vertiente norte está rodea-



da de paredes rocosas donde se han establecido diversas vías de escalada. Por el lado contrario, una pasarela de madera hace de mirador con diversos paneles informativos. De regreso a Vinuesa podemos ir por una carretera distinta, pasando por la Casa del Parque-Museo del Bosque, donde podemos conocer todo sobre este parque natural.

ERMITA DE LA VIRGEN BLANCA

A tres kilómetros de Vinuesa llegamos a la bonita población de **Molinos de Duero**. Ahora tomamos la CL-117 dirección Abejar y al poco cruzamos la cola del embalse Cuerda del Pozo, Derecha arriba: Laguna Negra, uno de los mayores atractivos de la provincia. Abajo: El Royo, monumental iglesia plaqada de ciqüeñas

que nos acompañará durante un trecho del recorrido. Zonas de playa y campings son un buen lugar para pasar la jornada. En el camino se nos aparece la ermita de la Virgen Blanca, que más bien parece una catedral. Fue levantada en 1789 gracias a la aportación de dos indianos y, en su honor, el tercer sábado de julio se realiza una gran fiesta. Superamos el puerto de Mojón Prieto y a lo largo del descenso, pasamos por Navaleno y

La provincia de Soria nos sorprende con sus enormes posibilidades tanto de espacios naturales como de patrimonio monumental

San Leonardo, con los restos de un castillo y un templo parroquial con bellos retablos y un pequeño museo.

La SO-920 nos lleva a El Burgo de Osma, bordeando el margen izquierdo del Parque Natural Cañón del Río Lobos. Si nos acercamos al Mirador de la Galiana, en el km 20, podemos ver el río Lobos en su discurrir encajonado entre paredes de roca caliza. Descendemos ahora vertiginosamente curva tras curva hasta la entrada de este espacio natural. Un camino asfaltado nos conduce entre zonas de pic-nic hasta Fuente Valdecea, úl-

timo lugar para estacionar el vehículo. A 1 km está la **ermita y cueva de San Bartolomé**. La primera, de factura románica, fue levantada en el siglo xIII y







CALATAÑAZOR

Donde Almanzor perdió su tambor según dicho popular

El célebre caudillo árabe perdió la batalla a principios del siglo xi cerca de este pueblo hoy convertido en uno de los lugares turísticos más destacados y con mejor oferta de servicios de la provincia.

Núcleo donde se mantiene la arquitectura típica de la Edad Media. Declarado conjunto histórico-artístico, su nombre deriva del término árabe 'calat am nasur' que significa castillo de los buitres. En las cercanías tuvo lugar la célebre batalla en la que Almanzor cayó derrotado. Corría el año 1002 y un monumento rinde memoria a este caudillo árabe.

En la entrada de la población nos topamos con la ermita de la Soledad, un templo de nave única edificado en torno al siglo xII. Mientras subimos por la calle Real hasta el castillo.

las ofertas se multiplican. Mesones, posadas, quesos, morcilla, dulces, artesanía tradicional, todo tipo de carteles inundan las fachadas no siempre con el meior acierto. A un lado se encuentra la iglesia de Nuestra Señora del Castillo, románica del siglo xII v reformada en el xVI. La Plaza Mayor conserva el rollo o picota donde se exponían los malhechores a la vergüenza pública v cerca de ella se levantan los restos del castillo que a partir del siglo xiv defendió Calatañazor. La fortaleza que por un lado se asoma a un escarpe rocoso. destaca la torre del homenaje y los torreones circulares en las esquinas.

Si nos apetece podemos acercarnos al Sabinar de Calatañazor espacio natural protegido que alberga un pequeño sabinar considerado relicto, por la alta densidad de árboles y su envergadura.







está rodeada de numerosas leyendas templarias. En la gran cueva vivió el hombre prehistórico que dejó algunos gravados. El lugar resulta mágico. A partir de aquí, una senda que se adentra en el cañón en 8,2 km nos permite llegar hasta el Puente de los Siete Ojos, punto intermedio de la ruta que penetra en Burgos.

CUNA DE OBISPOS

Volvemos a la SO-920 y enseguida nos topamos con la Casa del Parque, punto de información de este espacio natural donde se pueden realizar actividades con los peques. Siguiendo el río Ucero llegamos a la población del mismo nombre con los restos del castillo vigilante y diversos mesones para comer. Ya sólo nos separan 14 km de El Burgo de Osma. Su historia nos habla de cómo en 1101 llega el que más tarde se conocería como San Pedro de Osma. Pero la belleza actual se encuentra en sus calles y plazas porticadas, y en sus casas tradicionales y palacetes. Mesones y tiendas de productos locales –sobre todo, cha-



Derecha: Vinuesa, uno de los puntos destacados del recorrido. Abajo: San Juan de Duero, claustro del antiguo monasterio.



El cañón del río Lobos, declarado parque natural, es un espacio muy interesante para recorrer a pie

cinería, setas y dulces- completan su oferta turística donde no puede faltar una visita a su catedral gótica verdadero centro de la población.

POR TIERRAS DE MACHADO

La penúltima etapa de la ruta nos lleva a **Soria**, a 56 km por la N-122, que nos recibe con su patrimonio románico pero también con sus paseos urbanos o el verdes de sus parques. La poesía de Machado nos acompañará sobre los pasos que dio con su ama-

da Leonor. En el mirador del Mirón, la imagen de ambos nos recuerda el lugar donde solían acudir. Y junto al Duero se ha habilitado un recorrido por el Paseo de San Polo que lleva a la ermita de San Saturio, patrón de la ciudad. Ya de regreso, por la N-111 y a 7 km, junto a Garray, los restos de **Numancia** nos recuerdan aquella ciudad celtíbera que decidió inmolarse antes de entregarse a los romanos. Además de la visita al yacimiento, en Soria hay el Museo Numantino, buena manera de terminar nuestra ruta.



PICOS DE URBIÓN

Bosques que esconden setas y extrañas formas de roca

Al norte de la provincia de Soria se encuentra la sierra de Urbión, limitando con la provincia de Burgos y la comunidad de La Rioja.

Sus bosques abastecen de madera para fabricar muebles en las fábricas de Duruelo de la Sierra, y gracias a ello hay numerosas pistas que cruzan magníficos pinares y permiten acercarse hasta el corazón de este frondoso bosque. Pero además de la abundante riqueza forestal, el sotobosque esconde un auténtico tesoro micológico.

Aquellos a quienes guste buscar setas tienen un verdadero paraíso en este lugar, así como a los que prefieren encontrarlas en el plato, en la localidad de Navaleno, el restaurante El Maño está especializado en la cocina de las setas que las ofrecen solas, en crepe o guisadas con carnes de caza. ¡Una delicia!

A 8 km de Duruelo de la Sierra, las formaciones rocosas de Castroviejo ofrecen un paisaje realmente espectacular donde la erosión ha creado extrañas formas en las rocas, que en cierta manera recuerda la célebre ciudad encantada de Cuenca.

Este lugar es además, punto de partida de un itinerario para subir a pie hasta el pico de Urbión, pasando por el bello enclave del nacimiento del río Duero.





Huesca, una tierra con magia

ste territorio aragonés es otra de las provincias que tiene, a nivel paisajístico, varias caras muy diferenciadas. Por una parte, en los Pirineos oscenses se encuentran las mayores alturas de esta cadena montañosa y en el otro extremo, al sur de la provincia, los Monegros presenta su cara más desértica.

Los ríos que descienden de la cordillera pirenaica forman una sucesión de valles a cual más bello. De este a oeste, Barrabés, Benasque, Gistain, Bielsa, Pineta, Broto, Tena, Canfranc, Aisa, Aragüés, Hecho y Ansó son la verdadera esencia de los Pirineos. Más abajo, los pueblos del Serrablo esconden el mejor románico rural. Entre estas tierras y la Hoya de Huesca alrededor de la capital, la sierra de Guara convertida en parque natural es el espacio privilegiado para los amantes del descenso de cañones

Hacia el sur, el Somontano y la Ribagorza separados por el río Cinca, acogen poblaciones históricas como Barbastro, Monzón, Benabarre y Binéfar entre muchas otras.

Esta ruta que presentamos a continuación, siguiendo el río Aragón recorre una parte del extremo noroccidental de la provincia, para penetrar en tierras navarras y terminar en la comarca zaragozana de las Cinco Villas.



Tras el curso del río Aragón

La unión de los barrancos de Astún y Escala, en pleno Pirineo aragonés, da lugar alnacimiento del río Aragón. Su curso nos descubre rincones apacibles y lugares cargados de historia como la ciudad de Iaca

El río Aragón se abre paso entre cimas pirenaicas hasta que, al llegar a Jaca, describe un giro hacia la derecha según el sentido de las aguas.

La N-330 sigue el mismo recorrido desde el **túnel de Somport**, punto de partida de nuestra ruta, que también coincide con uno de los trazados del Camino de Santiago, el señalizado como GR-68.3.

MODERNISMO DE ALTA MONTAÑA

A la salida del túnel de Somport nos sorprende la estación de Canfranc, una joya modernista venida a menos después de que entre los años 1945 y 1949 se interrumpiera la conexión de ferrocarril entre España y Francia. Un poco más abajo encontraremos Villanúa, pueblo de leyendas. Según la tradición, las brujas celebraban sus

Guía práctica

CÓMO LLEGAR

Este itinerario se puede realizar en ambos sentidos. Si la intención es seguir el curso del río Aragón desde su nacimiento, se recomienda tomar la autopista francesa A 64 hasta Pau y, desde allí, dirigirse por la N 134 hasta Somport. Si se opta por realizar el recorrido en sentido contrario, puede llegarse a Sos del Rey Católico desde Pamplona siguiendo la N240 yla NA 127, en un recorrido de unos 150kilómetros.

IIN DIJI CE RECUERDO

En Jaca, además de la ruta de tascas, también es tradicional la elaboración de dulces. En pastelerías como Echeto, La Imperial o La Suiza se pueden probar los lacitos de Jaca, preparados con hojaldre y yema de huevo; los condes, hojaldres rellenos de crema o nata; los jaquenses,pasteles recubiertos de almendra picada y rellenos de



nata; o los caramelos Besitos, a base de crocante de leche y miel, recubiertos de piñones, entre otras delicias. Como muestra de la repostería navarra, en Sangüesa vale la pena degustar las tortas de txantxingorri–preparadas con chicharrones–, las virutas de San José, o los huesos de santo.

MÁS INFORMACIÓN

www.turismodearagon.com www.turismo.navarra.es www.jaca.com www.monasteriosanjuan.com www.monasteriodeleyre.com www.santuariodejavier.org www.sanguesa.es www.sosdelreycatolico.com

ritos en la cueva de las Güixas, abierta a visitas. En el interior de la iglesia de la localidad se conserva una preciosa imagen románica de la Virgen de los Ángeles.

Cuando el valle se abre nos recibe la población de **Jaca**. La antigua 'lacca', varias veces milenaria, ha sido un emplazamiento utilizado por los distintos pueblos que se fueron asentando en la 'bal Ancha'. Actual capital de la comarca de la Jacetania, en el

Izquierda: San Juan de la Peña, claustro del monasterio bajo una cavidad rocosa.

siglo xi lo fue del incipiente Reino de Aragón. Es una ciudad acogedora que invita al paseo, con innumerables rincones y monumentos de gran valor arquitectónico. Entre ellos, destaca la catedral, empezada a levantar en la segunda mitad del siglo xi. Románica de pies a cabeza, vale la pena visitar el Museo Diocesano habilitado en el



claustro, con imágenes y pinturas de gran valor extraídas de las iglesias del Pirineo. Un lugar único para el paseo es la antigua ciudadela militar, en cu-yo foso vive una manada de ciervos, sin olvidar el recorrido por las tascas para degustar un buen surtido de montaditos.

LUGARES DE RETIRO ESPIRITUAL

Abandonamos por unos instantes el curso del Aragón para llegar a San Juan de la Peña por las vías de montaña A-1205 y A-1630, en un recorrido entre frondosos bosques de pinos que en sus inicios bordea la Peña Oroel, una mole de 1.770 metros de

Derecha arriba: Vista desde el mirador de acceso a San Juan de la Peña Abajo: El castillo de Javier guarda una peculiar historia.

altitud. Alcanzamos San Juan de la Peña por el Monasterio Alto, un edificio barroco del siglo xvII que en la actualidad acoge los centro de interpretación del Reino de Aragón y del Monasterio, además de una hospedería y un restaurante. Pero la verdadera joya se encuentra unos kilómetros más bajo: al abrigo de una cavidad rocosa se alza el **Real Monasterio**, iniciado en el siglo x y panteón de reyes y nobles. Cuenta con

Al castillo de Javier cada año se realiza una popular romería, la Javierada, para festejar al patrón de Navarra

un claustro románico de capiteles historiados cuya cubierta es la misma cavidad rocosa. En el regreso hacia el curso del río Aragón, **Santa Cruz de la Serós** destaca por su cuidada arquitectura. En el centro de la población se alza la monumental iglesia románica de Santa María.

costumbres y donde se ha respetado la naturaleza. Rápidamente alcanzamos la cola del **embalse de Yesa** y salimos de los límites de Aragón para

ENTRE ARAGÓN Y NAVARRA

Emparejados de nuevo con el río Aragón, desde la N-240 podemos desplazarnos a los valles de Hecho y Ansó (ver destacado), rincones pirenaicos que han guardado antiguas







SOS del Rey Católico, villa medieval

Considerada una de las poblaciones aragonesas más bellas, Sos del Rey Católico es de visita imprescindible. Destaca la imperecedera belleza arquitectónica de su centro histórico, plagado de fortalezas y palacios.

Situada a apenas 10 kilómetros de Sangüesa por la N-127, Sos del Rey Católico pertenece a la comarca de las Cinco Villas (Zaragoza) y está declarada conjunto histórico- artístico.

Situada sobre un cerro, fue baluarte defensivo entre los reinos de Aragón y Navarra, como atestiguan la muralla que rodea la población –varias puertas dan entrada al centro histórico–y el castillo, a cuyos pies se alza la iglesia románica de San Esteban, con bellos frescos en su interior. En el palacio de Sada, de estilo renacentista, nació en 1452 quien sería el rey Fernando el

Católico, que acabó dando nombre a la localidad. En el interior del palacio se ubica en la actualidad el Centro de Interpretación de Fernando el Católico.

La comarca de las Cinco Villas agrupa las poblaciones de Tauste, Sádaba, Uncastillo, Sos del Rey Católico y Ejea de los Cabarlleros que ejerce de capital. Son localidades cargadas de historia cuyas casas se arremolinan alrededor de castillos que defendieron antiguas fronteras o iglesias monumentales que recibieron las donaciones de reyes y nobles.

Aunque distintas civilizaciones se establecieron en este territorio fue en la época medieval que se configuró su identidad, cuando los cristianos reconquistaron unas tierras en las que los árabes se habían establecido desde el año 714.



Derecha: Monasterio de Leyre, vista de las columnas de su cripta. Abajo: Ciudadela militar en Jaca, con una familia de ciervos en el foso.



penetrar en Navarra, donde encontramos el monasterio de Leyre. Además de las vistas y el bosque que lo rodea, Leyre tiene en su cripta del siglo xi la joya más preciada. Sobre sus columnas se alzan gruesos capiteles que soportan la gran bóveda sobre la que se levanta la actual iglesia. Gestionado por una comunidad benedictina, el monasterio dispone en la actualidad de hospedería, restaurante y tienda de recuerdos.

Dejando atrás el embalse de Yesa tomamos la NA-5410 hasta el castillo de Javier. Lo que en el siglo X fue una simple torre de vigilancia se ha transformado con el paso de los años en un enclave popular. Sus muros hablan de batallas y atesoran vivencias de familias nobles; su historia está ligada a la vida de san Francisco Javier, actual patrón de Navarra y fundador de la Compañía de Jesús junto a san Ignacio de Loyola. Francisco Javier nació aquí el 7 de abril de 1506, en el seno de una familia noble y marchó en 1541 a predicar a Japón y a la China, hasta su muerte en 1552 en la isla de Sanchón, frente a las costas



Derecha: Puente de San Miguel sobre el Aragón, cerca de Jaca. Abajo: Santa María, iglesia románica en Santa Cruz De la Serós



El arte románico está presente en la mayoría de iglesias, catedrales y monasterios de esta ruta

chinas. El castillo de Javier no es una gran fortaleza si nos atenemos a sus dimensiones, pero sí cobra importancia por la historia que atesora y por el lugar donde se ubica: sobre una roca y con la sierra de Leyre como telón de fondo. Después de su remodelación, las caballerizas se han convertido en un pequeño museo donde un diorama recrea pasajes de la vida del santo.

Óleos del siglo xvi y objetos procedentes de Japón completan esta pequeña colección.

ENCLAVES MONUMENTALES

A ocho kilómetros del monasterio, Sangüesa es un enclave monumental con numerosas iglesias y palacios medievales y renacentistas, como el del Príncipe de Viana, la Casa Consistorial o el de Vallesantoro, actual Casa de Cultura. La iglesia de Santa María la Real es una pieza clave dentro del arte románico navarro con una portada realmente espectacular. A apenas 10 kilómetros de Sangüesa, esta ruta finaliza en otra localidad con historia: Sos del Rey Católico.



VALLES DE HECHO Y ANSÓ

El Pirineo oscense en estado puro: tradiciones y naturaleza

Se encuentran situados en el extremo occidental del Pirineo de Huesca y están surcados por los ríos Aragón Subordán y Veral respectivamente. El acceso se puede realizar desde Puente la Reina de Jaca por la A-176 hasta Hecho que prosigue hacia Ansó o por la A-1602 desde Berdún hasta esta última localidad.

Los valles de Hecho y Ansó representan la esencia del Pirineo de Huesca ya que se han conservado unas tradiciones y costumbres que en otros lugares se han perdido, entre ellas un habla propia y uno de los trajes tradicionales más fastuosos de todo el Pirineo que podemos ver asistiendo a las fiestas locales o visitando los museos de ambas

poblaciones. Al norte del valle de Hecho –Echo en el lenguaje localhay el paraje conocido como Selva de Oza, al que se llega cruzando el espectacular barranco del Infierno. Por aquí entraba una de las antiguas vías del Camino de Santiago que seguía el trazado de una calzada romana

En la localidad de Hecho una serie de esculturas modernas contrastan con las casas que conservan la arquitectura tradicional y a nivel monumental, no debemos dejar de visitar la iglesia de San Pedro de Siresa a un par de kilómetros de Hecho que guarda entre sus muros la historia del antiguo monasterio del siglo ix.



Una guía turística con 14 itinerarios, ocho de los cuales transcurren por el sur de Francia y seis por el norte de España, para disfrutar con la conducción y a la vez, descubrir paisajes sorprendentes. Te guiamos durante el recorrido y te mostramos los lugares más interesantes, tanto desde el punto de vista patrimonial como natural. También te vamos a hablar de la gastronomía y los vinos de cada región y como no, de los quesos que tanto en Francia como en el Principado de Asturias y en algunos valles navarros inundan el paladar con su sabor.

Cada recorrido se acompaña de un mapa con el trayecto detallado y de una guía práctica con todo lo necesario para complementar el viaje. A disfrutar de los trayectos y sobretodo mucha prudencia.

