

Guía ampliada: 100 rutas de senderismo de Ávila

Rutas oficiales, PR, GR y senderos populares organizados por zonas para Trote's Up

Importante: Documento sin columna de Wikiloc. Antes de publicar o convocar una actividad, valida siempre track, distancia, desnivel, permisos, meteorología, acceso y estado actual del recorrido.

Resumen por zonas

Zona	Entorno orientativo	Rutas
Sierra de Gredos: Plataforma, Laguna Grande y Macizo Central	Hoyos del Espino, San Juan de Gredos, Navalperal de Tormes y entorno de la Plataforma de Gredos	10
Gredos Norte: Tormes, Barco de Ávila y Aravalle	El Barco de Ávila, Navarredonda, Navalperal de Tormes, Bohoyo, Puerto Castilla y valle del Tormes	10
Gredos Sur: Arenas de San Pedro, Guisando y Candeleda	Arenas de San Pedro, Guisando, El Arenal, Candeleda, Ramacastañas y Pedro Bernardo	10
Valle del Tiétar y Barranco de las Cinco Villas	Mombeltrán, Cuevas del Valle, San Esteban del Valle, Santa Cruz del Valle, La Adrada, Piedralaves y Casavieja	10
Valle de Iruelas y El Tiemblo	El Tiemblo, Valle de Iruelas, Las Cruceras, El Barraco, Navaluenga y embalse del Burguillo	10
Alto Alberche, Cebreros y Tierra de Pinares	Navalmoral de la Sierra, Cebreros, El Barraco, Navaluenga, Burgohondo y entorno del Alberche	10
Sierra de Ávila, Valle Amblés y La Serrota	Navandrinal, Villatoro, Ávila, Sotalbo, Solosancho, Cepeda de la Mora y Valle Amblés	10
Moraña, Arévalo y Tierra de Pinares	La Moraña, Arévalo, Madrigal de las Altas Torres, Fontiveros, Rasueros y Tierra de Pinares	10
Rutas Teresianas y patrimonio caminero	Ávila, Gotarrendura, Cardeñosa, Narrillos, rutas teresianas y caminos históricos abulenses	10
Sierra de Villafranca, Piedrahíta y Corneja	Piedrahíta, Bonilla de la Sierra, Santiago de Collado, Santa María del Berrocal, Villafranca y valle del Corneja	10

Sierra de Gredos: Plataforma, Laguna Grande y Macizo Central

Entorno orientativo: Hoyos del Espino, San Juan de Gredos, Navalperal de Tormes y entorno de la Plataforma de Gredos

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
1	Laguna Grande de Gredos desde la Plataforma	Montaña / alta montaña	Moderado / avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
2	Circo de Gredos y Refugio Elola	Montaña / alta montaña	Moderado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
3	Pico Almanzor desde la Plataforma	Montaña / alta montaña	Avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
4	Morezón desde la Plataforma	Montaña / alta montaña	Moderado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
5	La Mira desde la Plataforma	Montaña / alta montaña	Avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
6	Cinco Lagunas desde Navalperal de Tormes	Montaña / alta montaña	Avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
7	Garganta de Gredos y Prado de las Pozas	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
8	Los Barrerones y Mirador de Peña el Rayo	Montaña / alta montaña	Moderado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
9	Laguna Grande y Trocha Real	Montaña / alta montaña	Moderado / avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
10	Cuerda del Cuento Alto desde Hoyos del Espino	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia

Gredos Norte: Tormes, Barco de Ávila y Aravalle

Entorno orientativo: El Barco de Ávila, Navarredonda, Navalperal de Tormes, Bohoyo, Puerto Castilla y valle del Tormes

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
11	Laguna del Barco PR-AV 36	PR homologado	Moderado / avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
12	Laguna de la Nava PR-AV 39	PR homologado	Avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
13	Garganta de los Caballeros	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
14	Nacimiento del Tormes en Navarredonda	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
15	Navalperal de Tormes y Venero Gordo	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
16	Puerto Castilla y Laguna del Barco	Montaña / alta montaña	Moderado / avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
17	El Barco de Ávila y ribera del Tormes	Ribera / garganta	Fácil / moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
18	Bohoyo y Garganta de Bohoyo	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
19	Umbrias y valle del Aravalle	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
20	Hoyos del Espino y río Tormes circular	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño

Gredos Sur: Arenas de San Pedro, Guisando y Candeleda

Entorno orientativo: Arenas de San Pedro, Guisando, El Arenal, Candeleda, Ramacastañas y Pedro Bernardo

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
21	Ruta de los Pescadores en Arenas de San Pedro	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Primavera y otoño
22	Los Galayos desde Nogal del Barranco	Montaña / alta montaña	Avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
23	Carril de los Galayos al Refugio Victory	Montaña / alta montaña	Avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
24	Guisando y Nogal del Barranco	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
25	Garganta de Chilla en Candeleda	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
26	Santuario de Chilla y castaños	Bosque / reserva natural	Fácil / moderado	Castaños, pinares, reserva natural, embalses y miradores forestales.	Otoño y primavera
27	Candeleda y garganta de Santa María	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
28	El Arenal y puerto del Arenal	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
29	Cuevas del Águila y entorno de Ramacastañas	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
30	Pedro Bernardo y miradores del Tiétar	Montaña / alta montaña	Moderado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño

Valle del Tiétar y Barranco de las Cinco Villas

Entorno orientativo: Mombeltrán, Cuevas del Valle, San Esteban del Valle, Santa Cruz del Valle, La Adrada, Piedralaves y Casavieja

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
31	GR 180 por el Valle del Tiétar	GR / camino histórico	Moderado / avanzado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
32	Mombeltrán y castillo de los Duques de Alburquerque	Cultural / patrimonial	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
33	San Esteban del Valle a Santa Cruz del Valle	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
34	Barranco de las Cinco Villas circular	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
35	Cuevas del Valle y Calzada Romana	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
36	Senda de las Cinco Villas	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
37	La Adrada y castillo circular	Cultural / patrimonial	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
38	Piedralaves y garganta de Nuño Cojo	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
39	Casavieja y garganta de la Cereceda	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
40	Lanzahíta y caminos del Tiétar	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño

Valle de Iruelas y El Tiemblo

Entorno orientativo: El Tiemblo, Valle de Iruelas, Las Cruceas, El Barraco, Navaluenga y embalse del Burguillo

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
41	Castañar de El Tiemblo	Bosque / reserva natural	Fácil / moderado	Castañares, pinares, reserva natural, embalses y miradores forestales.	Otoño y primavera
42	Pozo de la Nieve desde El Tiemblo	Sendero popular	Moderado / avanzado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
43	Senda de San Gregorio PR-AV 52	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
44	Sendero El Castañar PR-AV 54	PR homologado	Fácil / moderado	Castañares, pinares, reserva natural, embalses y miradores forestales.	Otoño y primavera
45	Cerro de las Víboras PR-AV 53	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
46	Bosques Mágicos del Valle de Iruelas etapa 1	Bosque / reserva natural	Moderado	Castañares, pinares, reserva natural, embalses y miradores forestales.	Otoño y primavera
47	Valle de Iruelas a Las Cruceas	Bosque / reserva natural	Moderado	Castañares, pinares, reserva natural, embalses y miradores forestales.	Otoño y primavera
48	Presa del Burguillo y Casa del Parque	Ribera / garganta	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
49	Navaluenga y río Alberche	Ribera / garganta	Fácil / moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
50	Puente romano de Navaluenga circular	Ribera / garganta	Fácil / moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia

Alto Alberche, Cebreros y Tierra de Pinares

Entorno orientativo: Navalmoral de la Sierra, Cebreros, El Barraco, Navaluenga, Burgohondo y entorno del Alberche

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
51	GR 10.3 por el Alto Alberche	GR / camino histórico	Moderado / avanzado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
52	Los Molinos Harineros de Navalmoral PRC-AV 59	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
53	Los Reglajos y Navalmoral PRC-AV 60	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
54	Piedra de las Cien Cruces y Canto del Madroño	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
55	Ruta del Peralejo y La Lobera	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
56	Cebreros y caminos del vino	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
57	El Barraco, Camino Valdedate PR-AV 31	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
58	El Barraco, Camino La Cebrera PR-AV 32	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
59	El Barraco, Monte El Encinar PR-AV 33	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
60	Camping El Burguillo PR-AV 34	PR homologado	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia

Sierra de Ávila, Valle Amblés y La Serrota

Entorno orientativo: Navandrinal, Villatoro, Ávila, Sotalbo, Solosancho, Cepeda de la Mora y Valle Amblés

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
61	Pico Zapatero desde Navandrinal	Montaña / alta montaña	Avanzado	Cumbres, vistas del Sistema Central, piornos, praderas y paisaje serrano.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
62	Sierra de Ávila y Peña Cabrera	Sendero popular	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
63	La Serrota desde Cepeda de la Mora	Montaña / alta montaña	Avanzado	Cumbres, vistas del Sistema Central, piornos, praderas y paisaje serrano.	Verano fresco y otoño
64	Puerto de Villatoro y caminos del Valle Amblés	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
65	Ávila a Villatoro por el Valle Amblés	Sendero popular	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
66	Castros del Valle Amblés	Cultural / patrimonial	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
67	Ruta de las Fuentes de Muñogalindo	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
68	Solosancho y Castro de Ulaca	Cultural / patrimonial	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
69	Sierra de la Paramera y Puerto de Menga	Sendero popular	Moderado	Cumbres, vistas del Sistema Central, piornos, praderas y paisaje serrano.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
70	Mirador de la Paramera desde Sotalbo	Montaña / alta montaña	Moderado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño

Moraña, Arévalo y Tierra de Pinares

Entorno orientativo: La Moraña, Arévalo, Madrigal de las Altas Torres, Fontiveros, Rasueros y Tierra de Pinares

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
71	Camino de Santiago en La Moraña	GR / camino histórico	Fácil / moderado	Llanura cerealista, pinares, mudéjar, caminos de peregrinación y paisaje abierto.	Otoño, invierno y primavera
72	Camino de Santiago en Tierra de Pinares	GR / camino histórico	Fácil / moderado	Castañares, pinares, reserva natural, embalses y miradores forestales.	Otoño y primavera
73	Arévalo y ribera del Arevalillo	Ribera / garganta	Fácil / moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
74	Madrigal de las Altas Torres y caminos mudéjares	Sendero popular	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
75	Fontiveros y Camino Teresiano	Sendero popular	Moderado	Llanura cerealista, pinares, mudéjar, caminos de peregrinación y paisaje abierto.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
76	Rasueros y Camino de Rasueros PR-AV 1	PR homologado	Moderado	Llanura cerealista, pinares, mudéjar, caminos de peregrinación y paisaje abierto.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
77	Horcajo de las Torres y cañadas	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
78	Nava de Arévalo y pinares	Bosque / reserva natural	Moderado	Castañares, pinares, reserva natural, embalses y miradores forestales.	Otoño y primavera
79	Palacios de Goda y caminos agrícolas	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
80	Adanero y llanura cerealista	Sendero popular	Moderado	Llanura cerealista, pinares, mudéjar, caminos de peregrinación y paisaje abierto.	Otoño, invierno y primavera

Rutas Teresianas y patrimonio caminero

Entorno orientativo: Ávila, Gotarrendura, Cardeñosa, Narrillos, rutas teresianas y caminos históricos abulenses

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
81	De la Cuna al Sepulcro	GR / camino histórico	Moderado / avanzado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
82	Ruta Teresiana El Confesor	GR / camino histórico	Moderado / avanzado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
83	Ruta Teresiana de la Salud	GR / camino histórico	Moderado / avanzado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
84	Ruta Teresiana de los Caminos y Posadas	GR / camino histórico	Moderado / avanzado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
85	Ávila ciudad y camino de los Cuatro Postes	Cultural / patrimonial	Fácil / moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
86	Murallas de Ávila y ribera del Adaja	Ribera / garganta	Fácil / moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
87	Gotarrendura a Ávila por camino teresiano	Sendero popular	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
88	Ávila a Alba de Tormes tramo abulense	Ribera / garganta	Moderado	Riberas, gargantas, pozas, puentes, bosques de ribera y pueblos de valle.	Primavera y otoño
89	Narrillos de San Leonardo y camino de peregrinación	GR / camino histórico	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
90	Cardeñosa y canteras históricas	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia

Sierra de Villafranca, Piedrahíta y Corneja

Entorno orientativo: Piedrahíta, Bonilla de la Sierra, Santiago de Collado, Santa María del Berrocal, Villafranca y valle del Corneja

N.º	Ruta	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
91	Piedrahíta y mirador de la Peña Negra	Montaña / alta montaña	Avanzado	Circos glaciares, lagunas de alta montaña, granito, piornos y cabra montés.	Verano fresco y otoño
92	Peña Negra desde Piedrahíta	Montaña / alta montaña	Avanzado	Cumbres, vistas del Sistema Central, piornos, praderas y paisaje serrano.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
93	Bonilla de la Sierra circular	Cultural / patrimonial	Moderado	Patrimonio histórico, murallas, castillos, caminos teresianos y paisaje cultural.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
94	Santiago de Collado y valle del Corneja	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
95	Santa María del Berrocal y senderos serranos	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
96	Villatoro a Piedrahíta por caminos tradicionales	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
97	Navacedilla de Corneja y ribera del Corneja	Ribera / garganta	Fácil / moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
98	La Horcajada y dehesas del Corneja	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
99	Becedillas y caminos de montaña	Sendero popular	Moderado	Paisaje natural abulense, caminos tradicionales, dehesas, sierras o miradores según el recorrido.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia
100	Piedrahíta, Villafranca y Sierra de Villafranca	Sendero popular	Moderado	Cumbres, vistas del Sistema Central, piornos, praderas y paisaje serrano.	Todo el año, evitando calor extremo y nieve si no hay experiencia

Notas de uso

Documento sin enlaces a Wikiloc, como solicitado.

Revisar siempre el recorrido concreto antes de convocar la salida.

En Gredos, comprobar meteorología, nieve, hielo, acceso a la Plataforma y experiencia del grupo.

En rutas de garganta y ribera, revisar caudal, terreno y riesgo de resbalones.

En rutas de alta montaña, llevar material adecuado y reservarlas para integrantes con experiencia.

Trote's Up | www.rutasmujerestrotesup.es