

Guía ampliada: 100 rutas de senderismo de Palencia

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

Importante: Documento en columnas y sin columna de Wikiloc ni columna de Consejo. Los niveles y épocas son orientativos: 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
Montaña Palentina: Fuentes Carrionas y alto Carrión	Provincia de Palencia: Montaña Palentina: Fuentes Carrionas y alto Carrión	10
Velilla, Compuerto y entorno del Carrión	Provincia de Palencia: Velilla, Compuerto y entorno del Carrión	10
Cervera de Pisuerga, Requejada y bosques	Provincia de Palencia: Cervera de Pisuerga, Requejada y bosques	10
La Pernía, Fuente Cobre y valle de Redondos	Provincia de Palencia: La Pernía, Fuente Cobre y valle de Redondos	10
Brañosera, Barruelo y valles mineros	Provincia de Palencia: Brañosera, Barruelo y valles mineros	10
Tosande, Tejeda, Tuerces y Covalagua	Provincia de Palencia: Tosande, Tejeda, Tuerces y Covalagua	10
Aguilar de Campoo, románico y embalse	Provincia de Palencia: Aguilar de Campoo, románico y embalse	10
Canal de Castilla, Palencia capital y Monte El Viejo	Provincia de Palencia: Canal de Castilla, Palencia capital y Monte El Viejo	10
Tierra de Campos, Frómista y Camino de Santiago	Provincia de Palencia: Tierra de Campos, Frómista y Camino de Santiago	10
Cerrato Palentino y sur de la provincia	Provincia de Palencia: Cerrato Palentino y sur de la provincia	10

Montaña Palentina: Fuentes Carrionas y alto Carrión

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
1	PR-P 006 Senda de la Cascada de Mazobre	Pino Llano / Cardaño de Arriba	PR/GR o camino histórico	Moderado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
2	Senda de la Laguna de las Lomas	Cardaño de Arriba	PR/GR o camino histórico	Moderado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
3	Pozo de las Lomas	Cardaño de Arriba	Montaña / alta montaña	Moderado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
4	Valle de Pineda y Pozo Curavacas	Vidrieros / Triollo	Montaña / alta montaña	Avanzado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
5	Curavacas desde Vidrieros	Vidrieros	Montaña / alta montaña	Avanzado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
6	Integral de Fuentes Carrionas	Vidrieros / Pino Llano	Sendero popular	Avanzado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera y otoño
7	Espigüete por arista Este	Pino Llano / Cardaño de Abajo	Montaña / alta montaña	Avanzado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
8	Pico Murcia desde Cardaño de Arriba	Cardaño de Arriba	Montaña / alta montaña	Avanzado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
9	Valle de Valcabe y Pico Murcia	Cardaño de Arriba	Montaña / alta montaña	Avanzado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera, verano fresco y otoño
10	Pico Tres Provincias y Peña Prieta	Cardaño de Arriba	Montaña / alta montaña	Avanzado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera, verano fresco y otoño

Velilla, Compuerto y entorno del Carrión

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
11	Senda del Pinar de Velilla o Pinar de Peña Mayor	Velilla del Río Carrión	PR/GR o camino histórico	Fácil / moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Primavera, verano fresco y otoño
12	Senda de los Pescadores	Velilla del Río Carrión	PR/GR o camino histórico	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Primavera y otoño
13	Embalse de Compuerto y mirador del Espigüete	Velilla del Río Carrión	Montaña / alta montaña	Avanzado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera, verano fresco y otoño
14	Ruta del Robledal de las Seberas	Velilla del Río Carrión	Bosque / árbol singular	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera y otoño
15	Puente Agudín y valle del Carrión	Cardaño de Abajo	Ribera / lago / valle	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Primavera y otoño
16	Cardaño de Abajo a Pino Llano	Cardaño de Abajo	Sendero popular	Moderado	Alta montaña palentina, cascadas, lagunas glaciares, praderas, agujas calizas y vistas al Espigüete.	Primavera y otoño
17	Miradores del Alto Carrión	Velilla del Río Carrión	Ribera / lago / valle	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Primavera y otoño
18	Camporredondo de Alba y embalse	Camporredondo de Alba	Ribera / lago / valle	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Primavera y otoño
19	Ruta de los Pantanos Palentinos	Velilla / Camporredondo	Sendero popular	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera y otoño
20	Guardo y ribera del Carrión	Guardo	Ribera / lago / valle	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Primavera y otoño

Cervera de Pisuerga, Requejada y bosques

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
21	PR-P 004 Senda del Roblón de Estalaya	Estalaya	PR/GR o camino histórico	Fácil / moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Otoño y primavera
22	PR-P 005 Senda del Oso	Cervera de Pisuerga	PR/GR o camino histórico	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera y otoño
23	Senda del Oso, Cervera-Arbejal-Peña del Oso	Cervera de Pisuerga	PR/GR o camino histórico	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera, verano fresco y otoño
24	Embalse de Requejada y Roblón de Estalaya	Estalaya / Vañes	Ribera / lago / valle	Fácil / moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Otoño y primavera
25	Cervera de Pisuerga y ribera del Pisuerga	Cervera de Pisuerga	Ribera / lago / valle	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera y otoño
26	Senda de Ruesga y embalse de Ruesga	Ruesga	PR/GR o camino histórico	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera y otoño
27	Cervera a Arbejal por el Cordel Cerverano	Cervera de Pisuerga	Sendero popular	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera y otoño
28	Peñas Negras y Peña del Oso	Cervera de Pisuerga	Montaña / alta montaña	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera, verano fresco y otoño
29	Paseo de la Peña Barrio	Cervera de Pisuerga	Montaña / alta montaña	Moderado	Paisaje patentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera, verano fresco y otoño
30	Mirador de La Pernía desde Cervera	Cervera de Pisuerga	Sendero popular	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera y otoño

La Pernía, Fuente Cobre y valle de Redondos

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
31	PR-P 008 Senda de la Fuente del Cobre	Santa María de Redondo	PR/GR o camino histórico	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera, verano fresco y otoño
32	Nacimiento del río Pisuerga por Fuente Cobre	Santa María de Redondo	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño
33	Valle de Redondos y Cueva del Cobre	Santa María de Redondo	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño
34	San Salvador de Cantamuda y caminos de La Pernía	San Salvador de Cantamuda	Sendero popular	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño
35	Tremaya y Peña Tremaya	Tremaya	Montaña / alta montaña	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera, verano fresco y otoño
36	Lebanza y valle de La Pernía	Lebanza	Sendero popular	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño
37	Lores y valle de Castillería	Lores	Sendero popular	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera y otoño
38	Herreruela de Castillería y GR-1	Herreruela de Castillería	PR/GR o camino histórico	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera y otoño
39	Polentinos y valle de Pineda	Polentinos	Sendero popular	Avanzado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera y otoño
40	Piedrasluengas y miradores de La Pernía	Piedrasluengas	Sendero popular	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño

Brañosera, Barruelo y valles mineros

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
41	GR-1 etapa límite Cantabria-Brañosera	Brañosera	PR/GR o camino histórico	Moderado	Patrimonio minero, bosques, arte escultórico, valles de montaña y pueblos históricos.	Primavera y otoño
42	GR-1 Brañosera a Barruelo de Santullán	Brañosera / Barruelo	PR/GR o camino histórico	Moderado	Patrimonio minero, bosques, arte escultórico, valles de montaña y pueblos históricos.	Primavera y otoño
43	PR-P 002 Senda del Escultor Ursi	Barruelo de Santullán	PR/GR o camino histórico	Moderado	Patrimonio minero, bosques, arte escultórico, valles de montaña y pueblos históricos.	Primavera y otoño
44	Valberzoso y Collado de Somahoz	Valberzoso	Sendero popular	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera y otoño
45	Barruelo y valle de Santullán	Barruelo de Santullán	Sendero popular	Moderado	Patrimonio minero, bosques, arte escultórico, valles de montaña y pueblos históricos.	Primavera y otoño
46	San Cebrián de Mudá y bisonte europeo	San Cebrián de Mudá	Sendero popular	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera y otoño
47	Perapertú y hayedos de la Castillería	Perapertú	Bosque / árbol singular	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Otoño y primavera
48	Monte Terena y Peña Rubia	Brañosera	Montaña / alta montaña	Moderado	Paisaje palentino con montaña, riberas, bosques, patrimonio y caminos tradicionales.	Primavera, verano fresco y otoño
49	Mina Visitable de Barruelo y entorno	Barruelo de Santullán	Sendero popular	Moderado	Patrimonio minero, bosques, arte escultórico, valles de montaña y pueblos históricos.	Primavera y otoño
50	Brañosera y bosques del Rubagón	Brañosera	Bosque / árbol singular	Moderado	Patrimonio minero, bosques, arte escultórico, valles de montaña y pueblos históricos.	Otoño y primavera

Tosande, Tejeda, Tuerces y Covalagua

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
51	PR-P 003 Senda de la Tejeda de Tosande	Dehesa de Montejo	PR/GR o camino histórico	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Otoño y primavera
52	Tejeda de Tosande circular	Dehesa de Montejo	Bosque / árbol singular	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Otoño y primavera
53	Monumento Natural de Las Tuerces	Villaescusa de las Torres	Geológica / cultural	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Primavera y otoño
54	Ruta de Las Tuerces desde Villaescusa	Villaescusa de las Torres	Geológica / cultural	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Primavera y otoño
55	Cañón de la Horadada	Mave / Villaescusa	Geológica / cultural	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Primavera y otoño
56	Espacio Natural de Covalagua	Rebolledo de la Torre / Pomar de Valdivia	Geológica / cultural	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Primavera y otoño
57	Cueva de los Franceses y páramo de La Lora	Pomar de Valdivia	Geológica / cultural	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Primavera y otoño
58	Menhir de Canto Hito y Covalagua	Pomar de Valdivia	Geológica / cultural	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Primavera y otoño
59	Aguilar de Campoo a Las Tuerces	Aguilar de Campoo	Geológica / cultural	Moderado	Tejos centenarios, formaciones calizas, cañones, cuevas, páramos y monumentos naturales.	Primavera y otoño
60	Mave, Olleros de Pisuergra y Cañón de la Horadada	Mave	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuergra, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño

Aguilar de Campoo, románico y embalse

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
61	Aguilar de Campoo y ribera del Pisuerga	Aguilar de Campoo	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño
62	Embalse de Aguilar circular parcial	Aguilar de Campoo	Ribera / lago / valle	Moderado	Románico palentino, embalse de Aguilar, ermitas rupestres, pueblos históricos y ribera del Pisuerga.	Primavera y otoño
63	Monasterio de Santa María la Real y caminos de Aguilar	Aguilar de Campoo	Geológica / cultural	Moderado	Románico palentino, embalse de Aguilar, ermitas rupestres, pueblos históricos y ribera del Pisuerga.	Primavera y otoño
64	Olleros de Pisuerga y ermita rupestre	Olleros de Pisuerga	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño
65	Barrio de Santa María y románico norte	Aguilar de Campoo	Geológica / cultural	Moderado	Románico palentino, embalse de Aguilar, ermitas rupestres, pueblos históricos y ribera del Pisuerga.	Primavera y otoño
66	Villanueva de la Torre y valle de Santullán	Villanueva de la Torre	Sendero popular	Moderado	Patrimonio minero, bosques, arte escultórico, valles de montaña y pueblos históricos.	Primavera y otoño
67	Matamorisca y senderos del románico	Matamorisca	Geológica / cultural	Moderado	Románico palentino, embalse de Aguilar, ermitas rupestres, pueblos históricos y ribera del Pisuerga.	Primavera y otoño
68	Corvio y mirador del embalse	Corvio	Ribera / lago / valle	Moderado	Románico palentino, embalse de Aguilar, ermitas rupestres, pueblos históricos y ribera del Pisuerga.	Primavera y otoño
69	Cervera a Aguilar por caminos del Pisuerga	Cervera / Aguilar	Ribera / lago / valle	Moderado	Robles centenarios, embalses, senderos señalizados, bosque atlántico y entorno de Cervera.	Primavera y otoño
70	Aguilar, Nestar y puente romano	Nestar / Aguilar	Sendero popular	Moderado	Románico palentino, embalse de Aguilar, ermitas rupestres, pueblos históricos y ribera del Pisuerga.	Primavera y otoño

Canal de Castilla, Palencia capital y Monte El Viejo

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
71	Canal de Castilla, Palencia a Villamuriel de Cerrato	Palencia	PR/GR o camino histórico	Fácil / moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera
72	Dársena del Canal de Castilla y Museo del Agua	Palencia	PR/GR o camino histórico	Fácil / moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera
73	Circuito Palencia, río Carrión y Canal de Castilla	Palencia	PR/GR o camino histórico	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Otoño, invierno y primavera
74	Monte El Viejo, Casa Grande circular	Palencia	Sendero popular	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Primavera y otoño
75	Ruta de los Humedales, Pozos y Atalayas del Monte El Viejo	Palencia	Ribera / lago / valle	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Primavera y otoño
76	Dársena del Canal a Monte El Viejo por San Juan de Dios	Palencia	Sendero popular	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera
77	Ruta cultural de Palencia y río Carrión	Palencia	Ribera / lago / valle	Fácil / moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Otoño, invierno y primavera
78	Cristo del Otero y Catedral de San Antolín	Palencia	Sendero popular	Fácil / moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Primavera y otoño
79	Paseo por el canal hasta Villamuriel y Los Olmitos	Palencia / Villamuriel	Sendero popular	Fácil / moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera
80	Palencia, Huertas del Obispo y Puente Mayor	Palencia	Sendero popular	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera

Tierra de Campos, Frómista y Camino de Santiago

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
81	Canal de Castilla, Frómista a Palencia	Frómista / Palencia	PR/GR o camino histórico	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera
82	Frómista y esclusas del Canal de Castilla	Frómista	PR/GR o camino histórico	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera
83	Camino de Santiago, Frómista a Carrión de los Condes	Frómista	PR/GR o camino histórico	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Otoño, invierno y primavera
84	Camino de Santiago, Carrión de los Condes a Calzadilla de la Cueva	Carrión de los Condes	PR/GR o camino histórico	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Otoño, invierno y primavera
85	Camino de Santiago, Calzadilla a Terradillos	Calzadilla de la Cueva	PR/GR o camino histórico	Moderado	Canal, Camino de Santiago, humedales, iglesias, castillos y horizontes de Tierra de Campos.	Otoño, invierno y primavera
86	Carrión de los Condes y ribera del Carrión	Carrión de los Condes	Ribera / lago / valle	Moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Primavera y otoño
87	Paredes de Nava y laguna de La Nava	Paredes de Nava	Ribera / lago / valle	Moderado	Canal, Camino de Santiago, humedales, iglesias, castillos y horizontes de Tierra de Campos.	Primavera y otoño
88	Fuentes de Nava y humedal de La Nava	Fuentes de Nava	Sendero popular	Moderado	Canal, Camino de Santiago, humedales, iglesias, castillos y horizontes de Tierra de Campos.	Primavera y otoño
89	Ampudia, castillo y Tierra de Campos	Ampudia	Geológica / cultural	Moderado	Canal, Camino de Santiago, humedales, iglesias, castillos y horizontes de Tierra de Campos.	Otoño, invierno y primavera
90	Becerril de Campos y Canal de Castilla	Becerril de Campos	PR/GR o camino histórico	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera

Cerrato Palentino y sur de la provincia

N.º	Ruta	Inicio / municipio	Tipo	Nivel	Qué ver	Época
91	Dueñas, monte y Canal de Castilla	Dueñas	PR/GR o camino histórico	Moderado	Canal de Castilla, río Carrión, patrimonio urbano, miradores, esclusas y Monte El Viejo.	Otoño, invierno y primavera
92	Venta de Baños y Baños de Cerrato	Venta de Baños	Sendero popular	Moderado	Páramos, bodegas tradicionales, riberas, miradores, puentes históricos y paisaje cerealista.	Otoño, invierno y primavera
93	Villamuriel de Cerrato y ribera del Carrión	Villamuriel de Cerrato	Ribera / lago / valle	Fácil / moderado	Río Carrión, embalses, robledales, miradores y paisajes abiertos del Alto Carrión.	Otoño, invierno y primavera
94	Tariego de Cerrato y miradores del Pisuerga	Tariego de Cerrato	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Otoño, invierno y primavera
95	Baltanás y bodegas del Cerrato	Baltanás	Sendero popular	Moderado	Páramos, bodegas tradicionales, riberas, miradores, puentes históricos y paisaje cerealista.	Otoño, invierno y primavera
96	Torquemada y puente sobre el Pisuerga	Torquemada	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Primavera y otoño
97	Magaz de Pisuerga y caminos del Cerrato	Magaz de Pisuerga	Ribera / lago / valle	Moderado	Nacimiento del Pisuerga, valles verdes, praderas, bosques y pueblos de arquitectura montañesa.	Otoño, invierno y primavera
98	Cevico Navero y páramos del Cerrato	Cevico Navero	Sendero popular	Moderado	Páramos, bodegas tradicionales, riberas, miradores, puentes históricos y paisaje cerealista.	Otoño, invierno y primavera
99	Astudillo y Tierra de Campos-Cerrato	Astudillo	Sendero popular	Moderado	Páramos, bodegas tradicionales, riberas, miradores, puentes históricos y paisaje cerealista.	Otoño, invierno y primavera
100	Autilla del Pino y mirador de Tierra de Campos	Autilla del Pino	Sendero popular	Moderado	Páramos, bodegas tradicionales, riberas, miradores, puentes históricos y paisaje cerealista.	Otoño, invierno y primavera

Notas de uso para Trote's Up

Priorizar rutas fáciles y moderadas para participantes nuevas o grupos amplios.

En Montaña Palentina, revisar meteorología, nieve, niebla y condiciones del terreno.

En Canal de Castilla, Tierra de Campos y Cerrato, evitar calor extremo y viento fuerte.

En rutas de alta montaña como Curavacas, Espigüete o Peña Prieta, reservar para grupos con experiencia.

En Roblón, Tosande, Las Tuerces y Covalagua, respetar señalización y protección del entorno.

Trote's Up | www.rutasmujerestrotesup.es