



por nuestra **SIERRA**

HUELVA | Andalucía | España



### Rodeo al Cerro del Castaño

- ▶ **Localidad:** CASTAÑO DEL ROBLEDO
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 5,5 km.
- ▶ **Dificultad:** MEDIA
- ▶ **Tipo:** Circular
- ▶ **Desniveles:** +200 m. / -200 m
- ▶ **Consumo calórico:** 702 calorías



**Punto de inicio:** Al llegar al Castaño del Robledo nos dirigimos al Ayuntamiento. A su derecha comienza la calle Arias Montano en cuya subida nos encontramos una calleja hacia a la derecha que tomaremos para encontrar el cartel de inicio. A la izquierda comienza nuestra caminata.

En este sendero nos encontraremos con la belleza que los grandes bosques de castaño y las increíbles vistas que nos ofrece el alto del cerro, señalizado con las estacas de madera y flechas blancas, características del Parque Sierra de Aracena y Picos de Aroche. Sólo en su tramo final, una vez que recorreremos 500 m. aproximadamente de la carretera que une Fuenteheridos y el Castaño, nos invita a salir de la carretera para terminar el recorrido por un tramo de bajada que coincide con el cauce que recoge aguas del cerro. Por tanto, si ha llovido, le recomendamos que extreme la precaución.

En [www.ventanadelvisitante.es](http://www.ventanadelvisitante.es) podemos encontrar información más detallada de este sendero.



### Minas de Teuler

- ▶ **Localidad:** SANTA OLALLA DEL CALA
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 13,2 km.
- ▶ **Dificultad:** MEDIA/ALTA
- ▶ **Tipo:** Circular
- ▶ **Desniveles:** +180 m. / -180 m
- ▶ **Consumo calórico:** 1345 calorías



**Punto de inicio:** Podemos comenzar el sendero visitando el castillo fortaleza de Sta. Olalla del Cala. Y después, bajando junto al Crucero, tomamos la calle a la derecha, al final de la misma encontramos el cartel de inicio del sendero.

Como podemos ver en el cartel de inicio, el sendero dibuja un recorrido similar al numero 8. Sin embargo, al final del recorrido de ida veremos un cartel que nos anuncia a 1 km., el mirador de las minas de Teuler. Es en este lugar donde podemos contemplar el pasado minero de estas tierras que se refleja fielmente en las impresionantes vistas que contemplaremos.

Este sendero es circular, por este motivo terminaremos en el otro extremo de la calle Blas Infante. Siendo esta calle el lugar ideal para dejar nuestro vehículo.

El Parque Natural ha catalogado este sendero como carril bici, ya que al coincidir con el antiguo trazado del ferrocarril minero, no tiene grandes cuevas y el firme se encuentra en buen estado.



### Subida al Cerro de San Cristóbal

- ▶ **Localidad:** ALMONASTER LA REAL
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 5,6 km.
- ▶ **Dificultad:** ALTA
- ▶ **Tipo:** Circular
- ▶ **Desniveles:** +330 m. / -330 m
- ▶ **Consumo calórico:** 760 calorías



**Punto de inicio:** Una vez llegado a Almonaster la Real por la carretera HU-8105, encontraremos el inicio del sendero en la travesía del pueblo, justo enfrente de un pequeño paseo.

Uno de los mejores balcones de la Sierra, desde donde se puede apreciar, en noches claras, hasta los faros de la costa de Huelva, y como no, una preciosa vista para el recuerdo de Almonaster la Real y su Mezquita. El primer tramo del sendero coincide con el acceso a la Ruta del Arte. Para no perdernos debemos seguir el camino empedrado hasta cruzar con un carril donde percibiremos una estaca del Parque. Más adelante, encontramos un cartel que nos indica que el sendero sigue a nuestra izquierda. El sendero de la derecha es el que traeremos a la vuelta ya que este camino es circular y termina por este mismo tramo.

A lo largo del recorrido podemos encontrar varias porteras que pueden estar cerradas. En estos casos, tras pasar las porteras, debemos dejarlas tal y como nos las encontramos.

Una vez en la cumbre, el camino de bajada puede ser peligroso. Le aconsejamos que bajen por la carretera hasta encontrar a su derecha la salida del sendero que transcurre un tramo por la misma carretera.

En [www.ventanadelvisitante.es](http://www.ventanadelvisitante.es) podemos encontrar información más detallada de este sendero.



### Aracena-Fuenteheridos

- ▶ **Localidad:** ARACENA-FUENTEHERIDOS
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 10,6 km.
- ▶ **Dificultad:** MEDIA/ALTA
- ▶ **Tipo:** Lineal
- ▶ **Desniveles:** +280 m. / -320 m.
- ▶ **Consumo calórico:** 1.053 calorías



**Punto de inicio:** El sendero comienza al final de la calle B del Polígono Industrial Cantalgallo. En Aracena, junto a la N-433. Esta es la calle que comienza junto al Restaurante la Reja.

Este sendero también está señalizado por el Parque Natural. No obstante antes de llegar a Los Marines podemos tener ciertas dudas del camino a seguir. Nos encontramos un panel de interpretación sobre el cerdo ibérico, en este punto debemos tomar el camino de la derecha. Más adelante, además de las señales del Parque, encontraremos otros paneles del G.D.R. que nos indican el nombre que reciben algunos de estos caminos, como: Camino de Cortelazor-Aracena y Valdelarco - Aracena, tras cruzar la carretera. Una vez que salgamos de la población de Los Marines también nos encontraremos señales del GR 41,3 (franja blanca y roja) que junto a las estacas del Parque nos guiarán hasta el final del recorrido.

Podemos seguir hasta Fuenteheridos cruzando la N-433 y tomando el carril que nos encontramos de frente.

En [www.ventanadelvisitante.es](http://www.ventanadelvisitante.es) podemos encontrar información más detallada de este sendero.



por nuestra **SIERRA**

HUELVA | Andalucía | España

*Senderos por la Comarca Serrana de Huelva*

El proyecto Rutas para la Vida Sana es una iniciativa de la Consejería de Salud destinada a promover el reconocimiento de las rutas que los ciudadanos y ciudadanas utilizan para realizar actividad física como un recurso municipal de promoción de la salud. Las principales sociedades médicas e instituciones de la salud, recomiendan que la población adulta adopte, dentro de sus hábitos de vida, el caminar al menos 30 minutos diarios, preferentemente todos los días de la semana. Hoy en día está demostrado que las personas que siguen esta recomendación consiguen: mejorar su autoimagen, incrementar sus relaciones con los demás, controlar el peso, prevenir y/o controlar enfermedades como las cardio-vasculares, cáncer, diabetes tipo 2, depresión, ansiedad, artritis y osteoporosis, etc., así como prevenir la discapacidad.

La Sierra de Aracena y Picos de Aroche posee unos recursos naturales y paisajísticos excepcionales que constituyen un marco incomparable para la práctica de este ejercicio físico, como así lo demuestra el catálogo que a continuación exponemos. Catálogo que no hubiese sido posible sin la colaboración de la Oficina del Parque Natural Sierra de Aracena y Picos de Aroche y la experiencia y conocimientos de D. Mariano Marchena, miembro de la Federación Andaluza de Montañismo y Gerente de la Empresa de Turismo Activo "Trepamundos". Además, nuestro más sincero agradecimiento al Servicio de Deportes Agrupados de la Sierra, que ha guiado este proyecto y coordinado la participación de los distintos entes implicados.



*El Talenque-Valdelarco*

- ▶ **Localidad:** VALDELARCO
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 3 km.
- ▶ **Dificultad:** BAJA
- ▶ **Tipo:** Lineal
- ▶ **Desniveles:** +40 m. / -120 m
- ▶ **Consumo calórico:** 351 calorías



**Punto de inicio:**

*El sendero comienza junto al área recreativa El Talenque, a 1,8 km del desvío a Valdelarco de la N-433. A la derecha nos encontramos la indicación del área recreativa. Una vez en los aparcamientos, un pequeño cartel vertical nos orienta hasta el panel de inicio del sendero. También podemos acceder desde la N-433 por el desvío a Navahermosa, a unos 500 m. pasada la localidad.*

Este tranquilo sendero discurre junto al barranco de Navahermosa, lo cual nos permitirá disfrutar de la espectacularidad del bosque de galería y el relajante susurro del agua. En algunos puntos del recorrido se inunda el sendero por lo que es aconsejable llevar calzado adecuado.

Este sendero está señalizado por el Parque Sierra de Aracena y Picos de Aroche por lo que en los cruces de caminos encontraremos estacas de madera con flechas blancas que aclararán nuestras dudas. Además, a lo largo del recorrido encontraremos carteles con el nombre que reciben algunos de los caminos: camino de Valdelarco – Fuenteheridos, camino de Valdelarco – Cortelazor. Entraremos en Valdelarco por la zona sur, plagada de huertas, desde donde tendremos una bonita vista de este característico pueblo serrano.

En [www.ventanadelvisitante.es](http://www.ventanadelvisitante.es) podemos encontrar información más detallada de este sendero.

Señalización doble sentido.



*Alto del Bujo*

- ▶ **Localidad:** ARROYOMOLINOS DE LEÓN
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 3,9 km.
- ▶ **Dificultad:** BAJA/MEDIA
- ▶ **Tipo:** Lineal
- ▶ **Desniveles:** +18 m. / -50 m
- ▶ **Consumo calórico:** 351 calorías



**Punto de inicio:** *El cartel de inicio del sendero se encuentra frente a la Piscina Municipal, para llegar a este punto debemos localizar el Ayuntamiento de Arroyomolinos de León, junto a su fuente-escalinata encontraremos una señal que nos dirige hacia la Piscina.*

Comenzamos con un breve paseo por las calles y travesía de Arroyomolinos de León, que nos ayudará a descubrir el origen de su nombre. Una vez, llegado al Ayuntamiento y en dirección a la Piscina Municipal, podemos disfrutar de una de las preciosas calles empedradas de la localidad, que nos llevará hacia el inicio del sendero. El sendero es de dificultad media/baja, debido principalmente a su corto recorrido. Comenzaremos por una pista ascendente hasta encontrar un cartel y una estaca de madera a mano izquierda, donde abandonaremos el camino de pista y seguiremos caminando flanqueados por muros de piedra, donde nos acompañará un riachuelo de gran belleza y valor ecológico. El sendero termina en el mirador del alto de la Sierra del Bujo, por ello, es aconsejable elegir un día claro que nos permita disfrutar al máximo de las espectaculares vistas, que nos ofrece este enclave.



*Cumbres Mayores-Cumbres de Enmedio*

- ▶ **Localidad:** CUMBRES MAYORES
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 6,3 km.
- ▶ **Dificultad:** MEDIA
- ▶ **Tipo:** Lineal
- ▶ **Desniveles:** +150 m. / -150 m
- ▶ **Consumo calórico:** 643 calorías



**Punto de inicio:** *En la localidad de Cumbres Mayores siguiendo dirección "Las Ermitas", junto a la Ermita de la Virgen del Amparo comienza la calle San Diego. Bajando hasta el final de esta calle nos encontraremos con un hermoso mirador junto al panel de inicio del sendero.*

En este sendero disfrutaremos de unas maravillosas vistas del castillo de Cumbres Mayores. Durante la mayor parte del camino iremos escoltado por dos muros de piedra que nos servirán de ventanas al paisaje donde el cerdo ibérico es protagonista: la Dehesa. El sendero transcurre por zonas bajas y lo cruzan varios riachuelos, lo que hacen que en época de lluvia nos encontremos con numerosos charcos y zonas inundadas. Por este motivo les recomendamos que lleve calzado adecuado. Aunque esta muy bien señalizado podemos tener dudas en un cruce de cuatro caminos. La flecha nos indica el camino de nuestra derecha, en este camino podremos apreciar estacas del GR 48 (bandas blancas y rojas) que nos acompañarán hasta llegar al final del recorrido en la entrada a Cumbres de Enmedio.



*Ribera de Jabugo (Galaroza-Castaño)*

- ▶ **Localidad:** GALAROZA
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por el Parque Naural S.A.Y.P.A.)
- ▶ **Distancia:** 4,8 km.
- ▶ **Dificultad:** MEDIA
- ▶ **Tipo:** Circular
- ▶ **Desniveles:** +270 m. / -50 m
- ▶ **Consumo calórico:** 526 calorías



**Punto de inicio:** *Desde la travesía de Galaroza, por la N-433, comienza el sendero, justo frente al edificio de la Asociación Paz y Bien de Galaroza. El sendero une Galaroza con el Castaño del Robledo, por lo que podremos encontrar señales en ambos sentidos que nos indican la posibilidad de hacer el sendero desde cualquiera de los dos pueblos.*

La gran diversidad vegetal y la exuberante vegetación convierten este itinerario en uno de los más representativos y espectaculares de la comarca. Aunque señalizado por el Parque Natural, también nos encontraremos carteles que nos informarán sobre el nombre que reciben algunos de los caminos: "Camino de la Mimbrera" y "Camino Jabugo a Castaño del Robledo". En este último tramo nos encontramos de frente con una casa en un cruce de caminos que puede generarnos la única duda. En ese punto, debemos coger el camino de la izquierda hasta llegar al Castaño del Robledo.

En [www.ventanadelvisitante.es](http://www.ventanadelvisitante.es) podemos encontrar información más detallada de este sendero.



*Hinojales-Cañaveral de León*

- ▶ **Localidad:** Tramo del GR 48 hasta Cañaveral de León
- ▶ **Señalización:** Sí. (Por ADIT Sierra Morena)
- ▶ **Distancia:** 8,7 km.
- ▶ **Dificultad:** MEDIA
- ▶ **Tipo:** Lineal
- ▶ **Desniveles:** +150 m. / -240 m
- ▶ **Consumo calórico:** 936 calorías



**Punto de inicio:** *Antes de salir del municipio encontraremos el cartel de inicio del GR 48. Desde Hinojales salimos por la A - 5300, dirección Cañaveral de León, encontraremos el inicio del sendero a unos 300 m de la rotonda, a la izquierda.*

Las señales que seguiremos en este sendero serán las del código internacional de senderos de gran recorrido (franjas blancas y rojas). No obstante la primera parte del recorrido coincide con el Camino de la Víbora, señalizado por el Parque. Comenzamos por una bonita "calleja" empedrada que nos acerca hasta la Colada de las Tablas por una dehesa de alcornos y zona de olivares, sembrada de bolos graníticos.

Código internacional de senderos de gran recorrido:



CONTINUIDAD DE SENDERO MALA DIRECCIÓN CAMBIO DE DIRECCIÓN