

Recomendaciones:

- > Se respetuoso con todo lo que encuentres a tu paso.
- > No tires basura.
- > No hagas fuego, puede resultar muy peligroso.
- > No molestes a los animales ni arranques plantas.
- > Respeta los cultivos, es la forma de vida de muchas personas.
- > Ten precaución en época de caza (de primeros de abril a finales de julio y de mediados de agosto a mediados de febrero).
- > Lleva ropa de colores llamativos y no salgas de los caminos.
- > No te acerques a la base de paredes naturales ni te asomes en cortados.
- > No bebas agua de arroyos o ríos.
- > Ten precaución con los perros sueltos.

SABÍAS QUE...

La **abubilla** es un ave de marcado carácter forestal que presenta un plumaje característico de color blanco, amarillo - anaranjado y negro, y un largo pico curvado



Dónde comer:

- > **Bar Rosa Mari** <
09349 Pineda Trasmonte
- > **Bar José Antonio** <
C/ Honda, 1 - 09349
Cilleruelo de Abajo - Burgos
Tel. 947 50 45 71
- > **Bar Brindis** <
C/ Real, 25 - 09349
Cilleruelo de Abajo - Burgos
Tel. 947 50 98 25
- > **La Parrilla de Fontioso** <
A-1 Madrid-Irún, km 188 - 09349 Fontioso
Tel. 947 17 06 44
- > **Área de la Villa** <
A-1 Madrid-Irún, km 203 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 09 77
- > **Asador Casa Brigante** <
C/ Luis Cervera Vera, 1 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 05 94
- > **Restaurante Asador de Lerma** <
Plza. Mayor, 11 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 20 32
- > **Asador Fonda Caracoles** <
C/ Luis Cervera Vera - 09340 Lerma
Tel. 947 17 05 63
- > **Asador Restaurante Vista Alegre** <
C/ Vista Alegre, 13 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 02 57
- > **El Águila Restaurante** <
Pº de los Mesones, 19 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 00 05
- > **Mesón del Duque** <
C/ Audiencia, 2 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 21 22
- > **Parador Nacional Palacio Ducal Lerma** <
Plza. Mayor, 1 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 71 10
- > **Restaurante Alisa** <
A-1 Madrid-Irún, km. 202 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 947 17 02 50
- > **Restaurante Cafetería Lis 2** <
Pº de los Mesones, 3 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 01 25

Dónde alojarse:

- > **Parador Nacional de Lerma** <
Plza. Mayor, 1 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 947 17 71 10 *www.parador.es
- > **Casa Rural El Escondite** <
C/ Las Cercas, 14 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 646 900 084 - 8 plazas
elescondite@gmail.com
- > **Casa Rural Judería** <
C/ Corrales, 3 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 947 17 03 79 y 947 17 03 79
8 plazas
- > **Casa Rural Los Sauces** <
C/ San Francisco, 31 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 947 17 04 64 y 606 243 831
8 plazas
- > **Casa Rural El Soto** <
C/ Palencia, 23 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 947 17 05 65 y 637 455 407
10 plazas *www.todolerma.com/elsoto
- > **Casa Rural Zaguán** <
C/ Barquillo, 6 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 947 17 21 65 y 617 762 547
24 plazas *www.elzaguan.com
- > **Hotel Alisa** <
Ctra. Madrid-Irún, km 202 - 09340
Lerma - Burgos, Tel. 947 17 02 50
- > **Hostal Residencia Ángeles** <
Plza. de los Mesones, 18 - 09340
Lerma - Burgos
Tel. 947 17 99 62 y 605 105 402
- > **Hostal Rural Docar** <
C/ Santa Teresa de Jesús, 18 - 09340
Lerma - Burgos, Tel. 947 17 10 73
- > **Hotel Residencia Villa de Lerma** <
C/Mayor, 52 - 09340 Lerma - Burgos
Tel. 947 17 70 70
- > **La Posada de Eufrasio** <
Pº Vista Alegre, 9 - 09340 Lerma
Tel. 947 17 02 57 y 667 479 983
- > **Pensión Martín** <
C/ Mayor, 23 - 09340 Lerma - Burgos,
Tel. 947 17 00 28
- > **Albergue Molino Solacuesta** <
C/ El Parque, 18 - 09340
Lerma - Burgos
Tel. 679 360 992 y 947 17 10 75
*www.alberguesolacuesta.com

Homologación:



Federación de deportes de montaña, escalada y senderismo de Castilla y León

servicios:



promueve:



colaboran:



Copyright: ADECOAR, Asociación para el Desarrollo de la Comarca del Arlanza
Realiza: Albera Medio Ambiente, s.l. - Diseño: www.pixanim.es

fecha:
2007

PR

PRC - BU 119

sendero
de pequeño recorrido
(20,2 km.)



Sendero

del **ENEBRAL** en Pineda Trasmonte Cilleruelo de Arriba

El recorrido ofrece al visitante grandes sorpresas y un marcado carácter castellano por el paisaje que ofrece la zona y el sabor rural de las localidades de paso. Entre árboles centenarios, grandes enebros o sabinas como se denominan en otros lugares, encinas y tierras de labor discurre el sendero. Si se presta atención todavía se podrá observar en los pueblos viejos carros, trillos, arados y aventadoras, mientras que en el monte serán compañeros de excursión las perdices, las abubillas, los corzos o los zorros.

CÓMO LLEGAR:

por la A-1 hasta la salida Cabañes de Esgueva - Roa - Pineda Trasmonte (salida 185) donde se toma la BU-V-9204 hasta Pineda Trasmonte. El panel de comienzo está en el camino a las bodegas.

DATOS BÁSICOS SENDERO:

Distancia:
20,2 km

Tiempo estimado:
5 horas

Desnivel acumulado:
230 metros

Dificultad:
Media - Alta

Ciclabilidad:
100 %

Época recomendada:
primavera
verano
otoño
invierno

Tipo de sendero:
Sur

Cartografía
1/25.000 IGN
Hojas:
314 - I, II, III y IV

SEÑALIZACIÓN SENDERO:



Ambas villas conservan un buen entramado urbano de finales del medievo y presentan viviendas de la tipología 'Tierras de Lerma', de transición entre las formas serranas y las de la Ribera del Duero.



Sabinar (*Juniperus thurifera*)



Mural de Paco Casado - Pineda Trasmonte

1

Paco Casado es un artista de Pineda Trasmonte que pinta cuadros y murales costumbristas en las fachadas, muros, ventanas, etc., de la localidad, ofreciendo un gran colorido y acercando el arte a los vecinos.

2

La sabina, o enebro como se conoce en la zona, es un árbol protegido desde la antigüedad y emblemático en Castilla y León. En las boticas de los monasterios castellanos se pueden encontrar citas sobre el uso medicinal que hacían los curanderos celtas de sus aceites, y son frecuentes las alusiones a este árbol en libros y poemas de autores castellanos.



MAPA · SENDERO del ENEBRAL · PRC - BU 119

