

PATRIMONIO

Convento de San Antonio-San Julian

Iglesia románica de los siglos XI-XII de hermosa simplicidad interior. Fue erigido un primer cenobio por los monjes Benedictinos en el Siglo XI, cuyos restos son la iglesia de tres naves, crucero y cabecera de cinco ábsides semicirculares escalonados con cubierta de bóveda de cañón. Mención especial merecen sus jardines, organizados en bancadas, paseos y recoletas, terrazas salpicadas de fuentes, estanques y pétreos regueros de agua.

Castro Visigodo, Siglo V

Los restos arqueológicos frente a este emplazamiento, y situado en el cerro denominado de la Cabeza (1.247 m), se ubica un poblado fortificado los restos arqueológicos existente pertenecientes a pequeñas casas de planta circular con una muralla perimetral de origen visigodo de la segunda mitad del siglo V cuya amplia cronología abarca desde el Edad del Hierro II a la Edad Media.

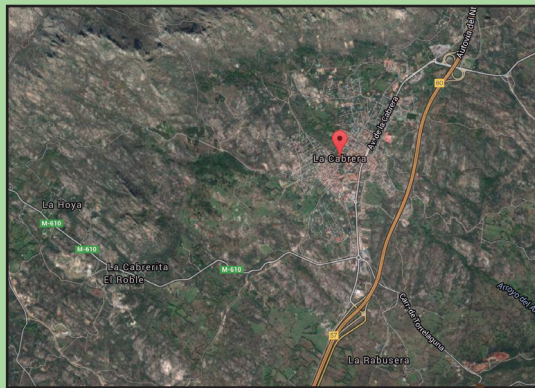
Necrópolis, Siglo VI

La necrópolis Hispano-Visigoda, del S.VI aproximadamente, consta de 10 tumbas, una de ellas escabada en la roca, denominada, antropomorfa. Esta necrópolis funeraria afianza mas la teórica de la fuerte presencia visigoda en esta tierras serrana.

Restos Líticos y Neolíticos

Ante la variedad cronológica que ofrecían dichos materiales (se identificó cerámica neolítica y de horizontes de la Edad del Bronce madrileña de Protocogotas y Cogotas I)

LOCALIZACIÓN



El Municipio de La Cabrera es cabeza de comarca de la Sierra de La Cabrera y se encuentra a unos 60 km de Madrid capital, a una altura de 1.038m y cuenta con una extensión de 22,40km².

Limita al norte con Lozoyuela - Navas - Sieteiglesias, al sur con Cabanillas de la Sierra y Torrelaguna, al este con El Berruoco y al oeste con Valdemanco.

Los accesos desde Madrid por carretera son dos: la más rápida es por la AI (Madrid - Burgos) hasta los kms. 57 y 60. La otra posibilidad es por Colmenar Viejo - Miraflores de la Sierra - Bustarviejo - Valdemanco - La Cabrera (unos 73km aproximadamente).

Accesos desde Madrid en Autobús: desde el Intercambiador de Plaza de Castilla líneas 190B, 191, 194 , 195, 196 y 199 de la empresa Alsa. Desde Torrelaguna 197B.

AYUNTAMIENTO DE LA CABRERA



Concejalía de Turismo y Cultura

Plaza de la concepción, 1

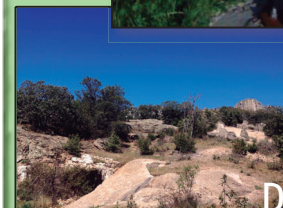
www.la-cabrera.es



LA CABRERA

"Una ventana abierta a la naturaleza"

Guía de Rutas



Donde
Historia, Cultura,
Tradición y
Naturaleza se unen
en un mismo Lugar



Distancia: 10-12km **Desnivel:** 526 metros.

Duración: 4-6 hrs

Dificultad: media

Tipo: Semi circular(ruta 5) lineal (rutas 6 y 7)

Señalización: Banda blanca-amarilla (PR13)

La Cabrera - Pico de La Miel - Collado del Alfrecho - Cancho Gordo - Collado del Alfrecho - La Cabrera

El comienzo de este Pequeño Recorrido, señalado en un poste de teléfonos, con dos líneas horizontales de color blanco y amarillo, hay que buscarlo en la calle de La Sierra, al final de la calle de Los Colegios. El sendero sube, con fuerte pendiente, sobre la cara sur del Pico de la Miel en zig-zag, siguiendo los hitos de piedra. En menos de una hora de haber iniciado nuestra ruta, alcanzaremos el Collado de las Yeguas, desde el cual podremos acceder a la cima del Pico de la Miel. Desde aquí el camino es más fácil y, en dirección oeste, recorre el cordal principal de la sierra de La Cabrera por la ladera norte.

Tras otra hora de caminata, se llegará al llamado collado del arroyo Alfrecho, con una altitud de 1.425 metros. Desde esta marcada brecha podemos alcanzar la cumbre del Cancho de la Cruz de 1.564 metros en unos quince minutos, el cual será el punto más alto del recorrido y desde cuya cima se puede disfrutar de espectaculares vistas.

Para acabar el Pequeño Recorrido, volveremos de nuevo al collado del Arroyo, para descender por el mismo collado, que desemboca en el GR10 bajada a La Cabrera.

En su primera parte, la ruta tiene gran pendiente, por lo que es recomendable que se haga con mucha tranquilidad. Son necesarias de cuatro a seis horas para este recorrido, según se suba a las cumbres o no. Durante el desarrollo de la senda es difícil encontrar manantiales de agua potable. Por esta razón es aconsejable ir provisto del agua necesaria para la realización de dicha senda.

Nota:

* Subida al Pico de la Miel únicamente, primera parte y bajar por la misma senda. (Ruta 6)

* Subida al Cancho Gordo únicamente, última parte y bajar por la misma senda. (Ruta 7)

El municipio de La Cabrera, con la Sierra homónima como telón de fondo, ofrece múltiples excursiones y rutas, a pie y/o en bicicleta, de diferentes niveles, para explorar la propia sierra y sus alrededores. Algunas de estas propuestas son las siguientes:

RUTA 1: Ecosistemas Vivos

A los pies de esta bonita sierra, encontramos La Dehesa de Roblellano, en cuyo interior existen ejemplos destacados de la flora autóctona.

En esta ruta circular, podremos observar los diferentes ecosistemas ecológicos y las diferentes formaciones geológicas que tan característico hace a la Sierra de La Cabrera.

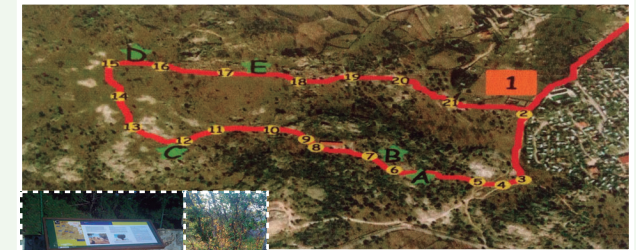
- Distancia: 3,5 km

- Duración: 1,5 Hrs.

- Dificultad: baja

- Tipo: Circular

- Señalización: banda azul



Itinerario Ruta Ecosistemas Vivos

RUTA 2: Usos Tradicionales

Discurre por la bonita dehesa de Roblehorno, donde, al contrario que la Ruta 1, el terreno se vuelve mas accidentado.

En ésta ruta propuesta haremos un repaso a los orígenes agropecuarios y usos tradicionales del lugar como la cantería, minas, leñas y ganadería.

Vuelta a las tradiciones locales.

- Distancia: 3,9 km

- Duración: 2 Hrs.

- Dificultad: baja

- Tipo: Circular

- Señalización: banda verde



Itinerario Ruta Usos Tradicionales

RUTA 3: Un Paseo Por La Historia, Convento San Antonio.

Desde el centro Villa San Roque hasta los pies de ésta espectacular sierra encontraremos el Convento de San Antonio y San Julián. Durante el ascenso podremos observar la Sierra de La Cabrera y en el margen izquierdo, la dehesa de Roblellano y el Cerro de la Cabeza.

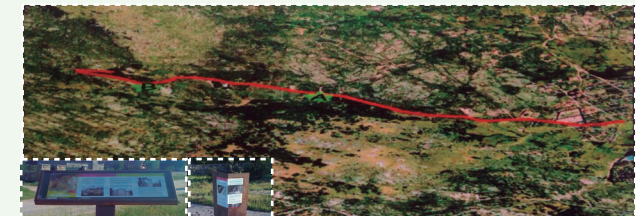
- Distancia: 5km.

- Duración: 3 Hrs.I/V

- Dificultad: Baja

- Tipo: Lineal

- Señalización: banda roja



Itinerario Ruta Paseo por la Historia

RUTA 4: Gr10 La Cabrera- Collado de Valdemanco

Este camino, el GR- 10, señalado con bandas rojas y blancas cruza el municipio, llegando al Convento de San Antonio y continúa hacia Valdemanco. La subida al Convento se encuentra señalizada con paneles informativos, y está acompañada de 12 monolitos de granito. Una vez en el Convento, el excursionista podrá visitarlo, con su iglesia románica de los (S.XI-XII) y aprovisionarnos de agua para continuar con el recorrido.

- Distancia: 11 km I/V

- Duración 4hrs 30 min I/V

- Dificultad: Media

- Tipo lineal

-Señalización: banda roja-blanca (GR10)



Itinerario GR10 La Cabrera- Collado de Valdemanco