Amigo senderista:

Le felicitamos triplemente. En primer lugar por practicar el senderismo; ejercicio fundamental para llevar una vida sana,que por el sedentarismo de la ciudad y el uso y abuso del automóvil, cada vez realizamos menos. En segundo lugar, por la elección del paraíso interior que constituye el Parque Natural de las Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas, cuyos valores naturales y paisajísticos son altamente conocidos y reconocidos dentro y fuera de nuestras fronteras. Por último, por haber elegido al HOTEL SPA SIERRA DE CAZORLA, que por su ubicación es, quizás, el establecimiento más adecuado de la zona para ejercer desde él la práctica del senderismo.

Y es que el hotel se sitúa justo en un punto de la línea que separa la suave campiña olivarera y la agreste Sierra de Cazorla, en el que por la abrupta y caprichosa topografía montañosa, convergen los senderos tradicionales que utilizaban los serranos para desplazarse a LA IRUELA o CAZORLA, desde todos los rincones de estas Sierras; tanto los que pasando por Burunchel, que provenían de las Sierras de Las Villas y Segura; los procedentes del Valle que utilizaban la senda del Puerto de los Arenales; los antiguos moradores de Los Rasos, Los Ranchales y La Espinarea que utilizaban las sendas del Puerto del Tejo; o los procedentes de las altas tierras de Santiago de la Espada, Nava de San Pedro, La Sarga o Vadillo, que seguían la senda de "Peñónborondo".

Por ello, desde el HOTEL SPA SIERRA DE CAZORLA, son varias las rutas que se pueden hacer a pie, con la ventaja de sentirnos solos en plena Naturaleza, disfrutar de unos paisajes de ensueño y recrearse con su singular flora y fauna. Y todo ello a un paso del hotel y sin causar impacto alguno en el entorno, siempre que se cumplan las normas básicas de comportamiento en el medio natural, al utilizarse los senderos tradicionales de herradura.

En esta pequeña guía les presentamos cinco de estas posibles rutas, elegidas por su facilidad de realización e identificación de los elementos naturales y topográficos por los que pasan. La longitud y dificultad de cada una de ellas son diferentes por lo que les pedimos tengan en cuenta los consejos que incluimos y lo especificado en la descripción de cada una de ellas. Comprobarán además que muchos de los tramos de las rutas que presentamos coinciden con otros senderos de montaña existentes en el P.N., como son los GR, SL y PR.

A la espera de que las rutas elegidas sean de su agrado, les deseamos que disfrute respetuosamente de nuestra Sierra y que tenga una feliz estancia en el HOTEL SPA SIERRA DE CAZORLA

RESUMEN DE LAS NORMAS DE USO PÚBLICO DEL PARQUE

- No está permitido acampar fuera de los campings.

- No está permitido arrojar vertidos o basuras en todo el territorio del Parque, ni a ríos ni arroyos. Utilice las papeleras y los contenedores dispuestos para ello.

- Sólo está permitido encender fuego en las hornillas y barbacoas de los campings, áreas recreativas y campamentos juveniles. Piense que un incendio destruye en pocas horas lo que a la Naturaleza le costó crear muchos años.

- Recuerde que el ruido o la música a elevado volumen son también formas de contaminación y pueden causar perjuicios importantes a la fauna del Parque.

- Utilice los caminos habituales, salirse de ellos puede perjudicar a especies de fauna y flora y modificar el comportamiento animal. Esta norma es especialmente importante en épocas de caza en el Coto Nacional incluido en el Parque.

- No se permite la recolección de ejemplares de fauna, flora o fósiles. Fotografíelos.

Siga en todo momento las indicaciones del personal del Parque, de los agentes de Medio Ambiente y vigilantes.

Este espacio es patrimonio de todos y por ello debemos conservarlo y protegerlo para generaciones futuras.

Perfiles de ruta (m)

RUTA 1 — LA MOCHA

DIFICULTAD	TIEMPO APROX.	DISTANCIA
Media-baja	2,5 horas	5 km

RUTA 2 — NTO. DEL RECHITA

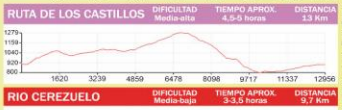
DIFICULTAD	TIEMPO APROX.	DISTANCIA
Media-baja	2,5 horas	3 km

RUTA 3 — GILLILLO - PTO. DEL TEJO

DIFICULTAD	TIEMPO APROX.	DISTANCIA
Media-alta	6-7 horas	20 Km

RUTA 4 — RUTA DE LOS CASTILLOS

DIFICULTAD	TIEMPO APROX.	DISTANCIA
Media-alta	4,5-5 horas	13 Km



RUTA 5 — RIO CEREZUELO

DIFICULTAD	TIEMPO APROX.	DISTANCIA
Media-baja	3-3,5 horas	9,7 Km

Diseño original: Paz Cuesta
Arreglos e impresión: MeleRock

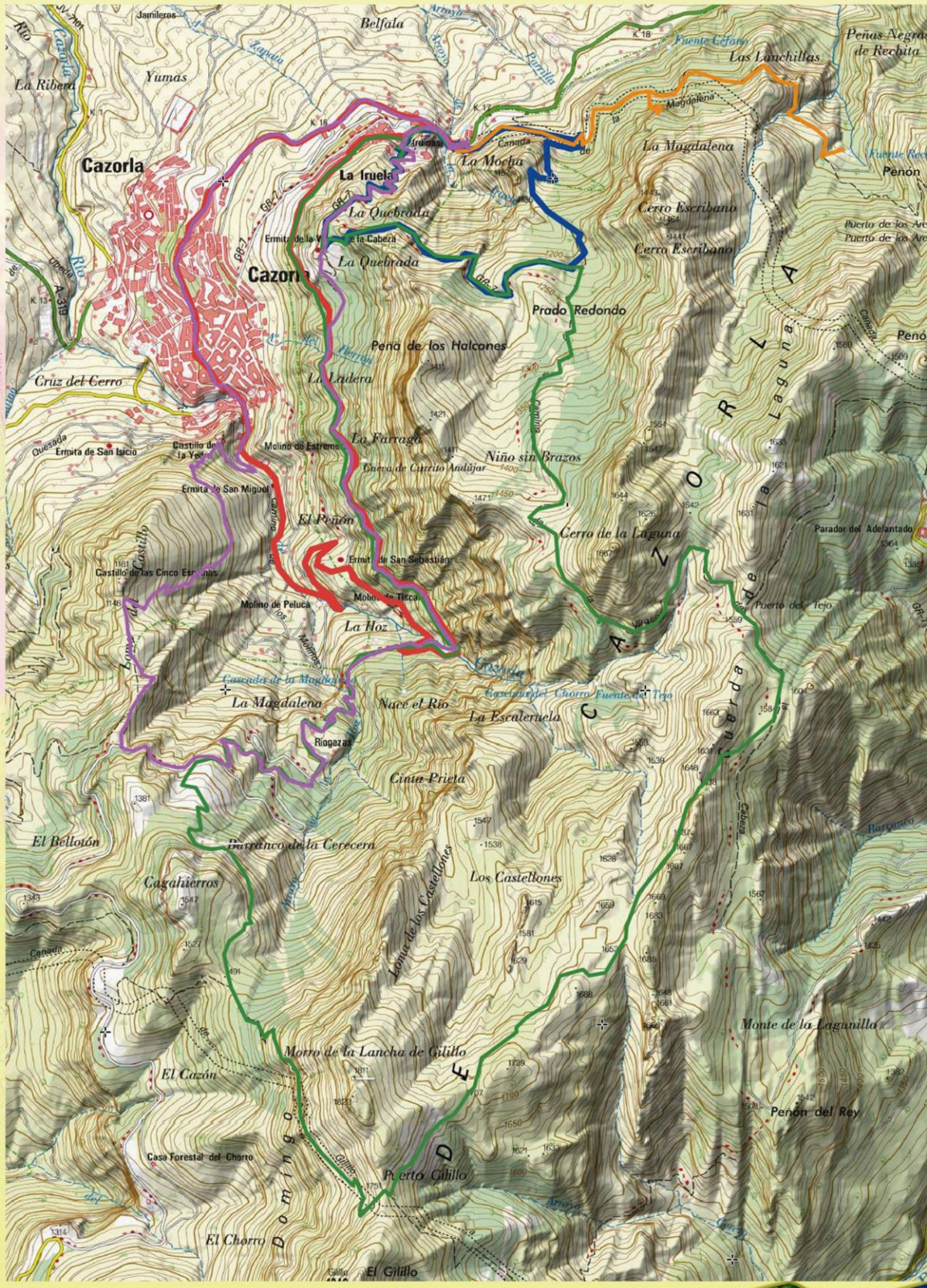
CONSEJOS AL SENDERISTA

Cumpla en todo momento las normas de uso público del Parque Natural.

- No deje huella de su paso. Colabore en la limpieza de nuestra bonita Sierra no arrojando basuras y recogiendo y depositando en los contenedores los envases, papeles, plásticos y otros residuos que encuentre en sus excursiones. Un simple pañuelo de papel o la envoltura de un chicle son elementos extraños a la Naturaleza, cuya presencia en el monte nunca es agradable. Evite tirar estos elementos, u otros similares, por pequeños que sean.
- Absténgase de salir en días con niebla (puede perderse fácilmente) u otras condiciones meteorológicas adversas, aun llevando buen equipo. No olvide que en caso de una nevada imprevista se puede borrar todo vestigio de sendero. Siempre es aconsejable que diga en su Hotel la ruta que va a realizar ese día.
- Las rutas que superen los 1.200 m. de altitud, suelen pasar por lugares donde, excepcionalmente, se da la víbora hocicuda, que aunque no ataca puede morder si no advertimos su presencia y la pisamos. Para evitar accidentes al respecto, utilice preferentemente pantalón largo, tipo tejano o similar, botas y calcetines gruesos.
- En primavera puede que tenga problemas de alergia con la procesionaria del pino.

Si así es, procure no rascarse, lavándose con agua fría y jabón las zonas afectadas por la urticaria, e incluso utilizar pomada específica para ello.

- Aunque casi todas las aguas de esta Sierra son potables y excelentes, procure beber o llenar la cantimplora en los manantiales evitando la de los charcos, lagunas y arroyos.
- Siempre que salga de excursión lleve agua y algunas provisiones. También es aconsejable llevar algún caramelo con el fin de reponer los azúcares gastados con el ejercicio físico.
- Los tiempos dados para cada una de las rutas suelen ser suficientes para su realización, aún a paso tranquilo y disfrutando del paisaje. Evite a toda costa que se le haga de noche en la Sierra.
- Las rutas más largas (3, 4 y 5), por su duración se aconseja iniciarlas por la mañana, con el fin de que sobre tiempo para su realización antes de que oscurezca.
- Es conveniente que vaya equipado con un buen equipo, en especial botas o zapatillas de tacos. También es aconsejable que lleve unos prismáticos para la observación de la fauna y alguna guía de flora o fauna que le ayuden en la identificación de las especies.



Este es un listado de las especies florísticas mas frecuentes en los lugares por los que pasan las distintas rutas las especies marcadas con un asterisco (*) son las que se dan preferentemente en altitudes superiores a los 1.100m.

- PINACEAS
Pinus halepensis
*P. nigra salzmanii**
P. pinaster
- CUPRESIACEAS
*Juniperus communis**
J. oxycedrus
J. phoenicea
*J. sabina**
- FAGACEAS
Quercus coccifera
Q. faginea
Q. ilex
- ULMACEAS
Celtis australis
Ulmus minor
- MORACEAS
Ficus carica
- URTICACEAS
Urtica dioica
Parietaria diffusa
- CARIOFILACEAS
*Arenaria armerina**
*A. setaspatera**
Cerastium boissieri
Paronychia argentea
Saponaria ocymoides
Silene colorata
S. inflata
*S.legionensis**
*Telephium imperati**
- RANUNCULACEAS
Clematis flammula
C. vitalba
Helleborus foetidus
Ranunculus ficaria
R. gramineus
- BERBERIDACEAS
*Berberis hispanica**
- PEONIACEAS
Paeonia broteroi
- PAPAVERACEAS
Fumaria capreolata
Papaver argemone
P. rhoeas
Platycapnos spicata
Sarcocapnos baetica
- CRUCIFERAS
*Alyssum montanum**
A. granatense
Arabis verna
Biscutella sempervirens
Cardaria draba
*Erysimum cazorlense**
E. myrsiphyllum
Iberis pruitii
Sinapis alba
- PLUMBAGINACEAS
*Armeria filicaulis**
Plumbago europaea
- GUTTIFERAS
Hypericum caprifolium
H. perforatum
- VIOLACEAS
*Viola cazorlensis**
V. odorata
- CISTACEAS
Cistus albidus
C. monspeliensis
*Fumana baetica**
F. paradoxa
F. procumbens
Helianthemum sp.
- CRASULACEAS
Muscissia hispida
*Pistoia hispanica**
Sedum album
S. sediforme
Umbelicus rupestris
- ROSACEAS
Amelanchier ovalis
Crataegus monogyna
Geum sylvaticum
Potentilla reptans
*P. petrophila**
Prunus avium
P. domestica
*P. mahaleb**
P. spinosa
Rosa canina
R. micrantha
Rubus ulmifolius
*Sorbus aria**
S. domestica
S. torminalis
- LEGUMINOSAS
Anthyllis vandularii
A. vulneraria
Argyrolobium zanonii
Astragalus incanus
Coronilla minima
C. glauca
*Cytisus reverchonii**
*Echinospartum boissieri**
*Erinacea anthyllis**
Genista cinerea
*G. longipes**
G. pseudopilosa
G.scorpius
*Ononis aragonensis**
Psoralea bituminosa
Scorpiurus muricatus
Teragonolobus maritimus
Trifolium glomeratum
T. campestre
T.stellatum
Ulex parviflorus
- GERANIACEAS
Erodium cicutarium
*E. cazorlanum**
Geranium lucidum
G. purpureo
G. robertianum
G. rotundifolium
- LINACEAS
Linum narbonense
L. suffruticosum
- BUXACEAS
Buxus sempervirens
- EUFORBIACEAS
Euphorbia characias
E. helioscopia
E. nicaeensis
Mercurialis annua

M. tomentosa
- RUTACEAS
Dictamnus albus
Ruta angustifolia
R. montana
- POLIGALACEAS
Polygala boissieri
P.rupestris
- ANACARDIACEAS
Pistacia lentiscus
P. terebinthus
Rhus coriaria
- ACERACEAS
Acer granatense
A. monspessulanum
A. negundo
- RAMNACEAS
Rhamnus alaternus
R. myrtifolius
R. saxatilis
- TIMELACEAS
Daphne gnidium
*D. laureola**
- ARALIACEAS
Hedera hélix
- UMBELIFERAS
Bupleurum rigidum
B. fruticosum
Eryngium campestre
E. bourgati
*Seseli granatense**
Smyrnium olusatrum
Thapsia villosa
- PRIMULACEAS
Primula vulgaris
- OLEACEAS
Fraxinus angustifolia
Jasminum fruticans
Phillyrea angustifolia
Phillyrea latifolia
- APOCINACEAS
Vinca difformis
- RUBIACEAS
Asperula hirsuta
Galium fenestratum
- LABIADAS
Acinos alpinus
Ballota hirsuta
Lavandula latifolia
Marrubium vulgare
Mentha rotundifolia
Origanum virens
Phlomis herba-venti
Phlomis lychnitis
Satureja cuneifolia
*Sideritis incana**
Teucrium polium
Thymus mastichina
Thymus orospedanus
*Thymus serpyllodes**
- ESCROFULARIACEAS
Antirrhinum australe
Bellardia trixago
Digitalis obscura
Linaria anticaria
L.blascana
Verbascum sp.
- GLOBULARIACEAS
Globularia spinosa
G. vulgaris
- LENTIBULARIACEAS
Pinguicula vallisneriifolia
- CAMPANULACEAS
Campanula hispanica
C. lusitanica
C.mollis
Trachelium caeruleum
- CAPRIFOLIACEAS
Lonicera etrusca
L.implexa
L. hispanica
Sambucus ebulus
S. nigra
Viburnum tinus
- DIPSACEAS
*Pterocephalus spathulatus**
Scabiosa andryalifolia
- COMPUESTAS
Andryala integrifolia
A. ragusina
Bellis perennis
B. sylvestris
Calendula arvensis
Catananche caerulea
*Centaurea granatensis**
*C.jaenensis**
Jasione glabiosa
Pilosteman hispanicus
- LILIACEAS
Aphyllanthes monspeliensis
Asparagus acutifolius
Asphodelus albus
Fritillaria lusitanica
Muscari neglectum
Ruscus aculeatus
Scilla reverchonii
Smilax aspera
Urginea maritima
- AMARILIDACEAS
Narcissus cuatrecasasii
N. hedraeanthus
N. bugei
- DIOSCOREACEAS
Dioscorea communis
- IRIDACEAS
Gladiolus illyricus
Iris xiphium
- ORQUIDACEAS
Dactylorhiza sp.
Gymnadenia conopsea
Himantoglossum hircinum
Ophrys fusca
O. scolopax
O.lutea
Orchis coriophora
O.lisciflora
O. mascula
O.morio
O. purpurea