

CASTILLA-LA MANCHA

Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA
DEPORTES



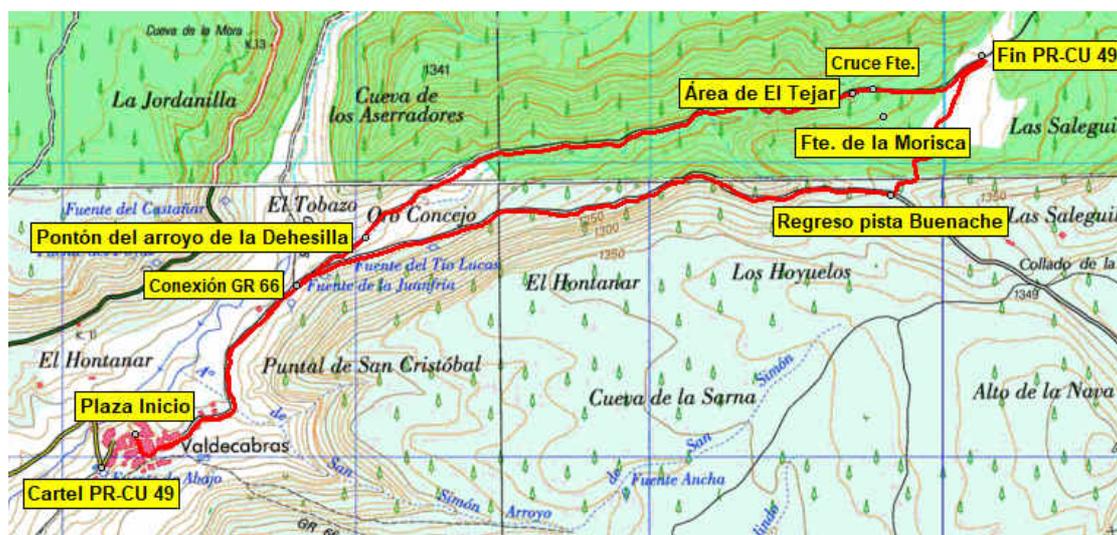
Federación de Deportes de Montaña
de Castilla-La Mancha
Comité de Senderos



CUENCA: DEPORTE Y NATURALEZA

PR-CU 49 Ruta del valle de la Dehesilla y el alto de la Nava

VALDECABRAS: La vida de los pastores serranos



FICHA TÉCNICA

Recorrido: Valdecabras, Pontón de la Dehesilla, El Tejar, fuente de la Morisca, pista de Buenache y Valdecabras.

Hora de salida: 10:00 Hora de llegada: 13:00

Distancia: 7,4 km. Dificultad: Media. Tipo: Circular.

Altitud máx. 1.306m Altitud mín. 1.150m.

Tipo de firme: 0,5km-calle, 3,7km-pista y 3,2km-senda.

NOTA: Se espera la llegada de los autobuses en la plaza de la iglesia de Valdecabras.



Descripción de la actividad: Reunión del grupo en la plaza de Valdecabras, junto a la iglesia de Ntra. Sra. de la Asunción (Bien de Interés Cultural). Explicación del recorrido a realizar, que precisa del cruce del casco urbano y solo recorrerá una parte del PR-CU 49 homologado. El trazado coincide durante un tramo inicial con el GR 66. Tras cruzar el Pontón de la Dehesilla la senda se estrecha mientras se adentra en el barranco y remonta el arroyo hasta el área de descanso de El Tejar y la fuente de La Morisca; lugar privilegiado para la parada del almuerzo. Un último esfuerzo nos llevará hasta la pista que une Valdecabras con Buenache, por la que bajaremos rápidamente hasta llegar de nuevo a la conexión con el GR 66 y la localidad de Valdecabras.

Temática: Senderismo y Senderos Homologados, Bosque mediterráneo, Tradición y Ganadería.

CASTILLA-LA MANCHA

Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA
DEPORTES



Federación de Deportes de Montaña
de Castilla La Mancha
Comité de Senderos



VALDECABRAS

En el fondo del valle que forma el arroyo Valdecabras, que comparte nombre con la población, destaca el perfil de la iglesia de Ntra. Sra. de la Asunción (s. XVI), declarada Bien de Interés Cultural en 1995. Realizada en mampostería, presenta sillares en las esquinas y cuatro contrafuertes en los ángulos de la capilla mayor. El interior está estructurado en una sola nave y posee un importante retablo del Renacimiento conquense.

La pedanía de Valdecabras, dependiente de la capital y a las puertas del parque Natural de la Serranía de Cuenca, es de origen medieval y aún conserva muestras de lo que pudo ser la arquitectura popular de la época. Sin embargo, los restos más antiguos localizados en el término se encuentran en el cercano Abrigo de Verdelpino, importante asentamiento prehistórico encaramado a los farallones calizos que conforman la entrada natural al valle.



RECOMENDACIONES PARA LOS ALUMNOS

El tiempo en el campo es cambiante; puede amanecer un día magnífico y empeorar con las horas... Por ello es necesario preparar cuidadosamente la mochila.

- Importante: mochila pequeña con **agua suficiente y almuerzo**: bocadillo, frutos secos, barritas energéticas, fruta, chocolate...
- El sol engaña; no olvides tu **gorra** y una protección solar adecuada.
- Botas de montaña o **calzado deportivo** que se fije bien al terreno y proteja los tobillos; recomendables los calcetines de algodón sin costuras para evitar ampollas.
- Ropa cómoda, ligera y transpirable, además de algo de abrigo y **chubasquero**.
- Si necesitas parar durante la Marcha avisa al guía, el profesor o al compañero más cercano.
- Si te pierdes no deambules por el monte, aguarda en el camino; iserá más fácil localizarte!

Y... AYÚDANOS A PROTEGER EL ENTORNO; ES TUYO, ES DE TODOS

- No arrojes basura, utiliza las papeleras o guarda los restos en tu mochila hasta el regreso a casa.
- No arranques sin más flores o plantas; con las fotografías podrás tener su recuerdo siempre fresco.
- No utilices los atajos, camina siempre por los caminos principales.