

# CASTILLA-LA MANCHA

## Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA  
DEPORTES



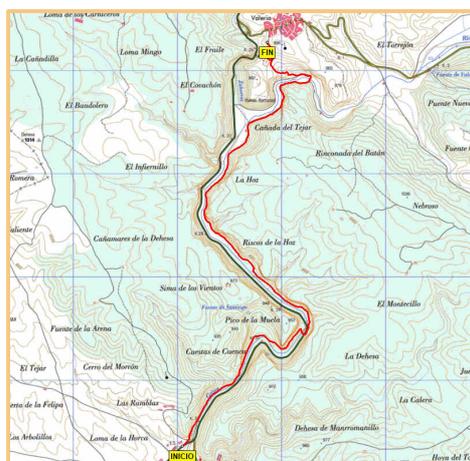
Federación de Deportes de Montaña  
de Castilla-La Mancha  
Comité de Senderos



### CUENCA: DEPORTE Y NATURALEZA

## SL-CU 03 Hoz del río Gritos y páramo de Las Valeras

La Historia a vista de pájaro



#### FICHA TÉCNICA

Recorrido: CM-2100 (km.35), Hoz del río Gritos, Puente romano, Yacimiento arqueológico de Valeria, Valeria.

Hora de inicio de la Actividad: 10:00 - Hora de finalización: 13:00

Distancia: 6,5 km. - Dificultad: Baja - Tipo: Lineal

Altitud máx. 870m - Altitud mín. 850m.

Tipo de firme: 0,5km-asfalto, 1km-camino y 5km-senda.

**NOTA:** Será preciso avisar a los autobuses de que el inicio de la actividad y descarga del alumnado se realizará en el km 35 de la CM-2100, junto a Brico Valera, a la entrada del polígono industrial.



**Descripción de la actividad:** Reunión de grupos en el Polígono Industrial de Valera de Abajo, en el km 35 de la CM-2100, junto a Brico Valera. Presentación de la actividad e inicio del recorrido que terminará en el Yacimiento Arqueológico de Valeria. Remontaremos el cauce del río Gritos, por el fondo de la hoz, adentrándonos poco a poco en el bosque de ribera y recorriendo sinuosamente cada recodo del río; siempre bajo la atenta mirada de los altos farallones rocosos que la delimitan. El sendero se realiza en época de nidificación de las aves, presencia que confiere a esta Hoz una protección especial. Durante la Marcha aprenderemos qué es un sendero, para qué sirve y la importancia de su conservación. El recorrido finaliza tras atravesar la antigua ciudad romana de Valeria. Los autobuses para el regreso nos estarán esperando en la plaza Mayor de la población.

**Temática:** Senderismo y Senderos Homologados, Historia, Geología, Ornitología y Naturaleza.

# 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



## LAS VALERAS

El origen de Las Valeras es claramente romano, y así lo demuestran el yacimiento arqueológico y la cantidad de restos y obras de fábrica de la época que podemos encontrar en el entorno. Aunque estas tierras fueron conquistadas con anterioridad, será Valerio Flaco, pretor de la Celtiberia, quien funde y ponga nombre a la ciudad hacia el año 82 a.c.

El enclave estratégico de Valeria ha sido siempre pieza clave para su defensa. Actualmente, tanto la Hoz del río Gritos como los páramos circundantes se encuentran bajo la protección de la Red Natura 2000. La forma sinuosa de sus meandros, rodeados de farallones calizos y situados en medio de una meseta llana y elevada, hacen de esta hoz un refugio ornitológico sin igual tanto para especies propias de ambientes esteparios como para grandes rapaces rupícolas.



## EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO PARA LOS PARTICIPANTES

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**; e incluso muda, si llueve.
- 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.