

# CASTILLA-LA MANCHA

## Somos deporte



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA  
DEPORTES



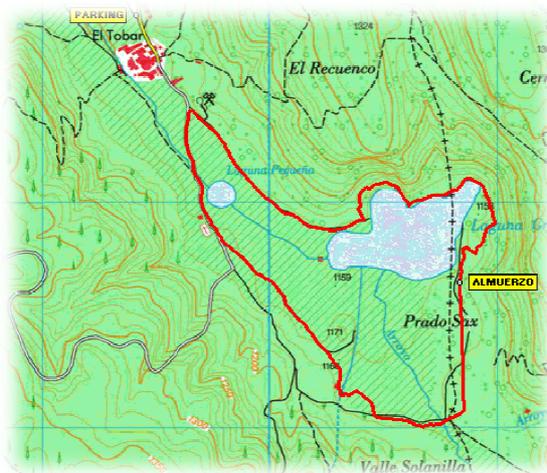
Federación de Deportes de Montaña  
de Castilla-La Mancha  
Comité de Senderos



CUENCA: DEPORTE Y NATURALEZA

## SL-CU 04 Paseo Temático de la Laguna Grande

EL TOBAR (Beteta): Un tesoro al abrigo de la roca caliza



### FICHA TÉCNICA

Recorrido: El Tobar (Beteta), Laguna Grande, Prado Sax, Valle Solanilla, río Masegar y El Tobar.

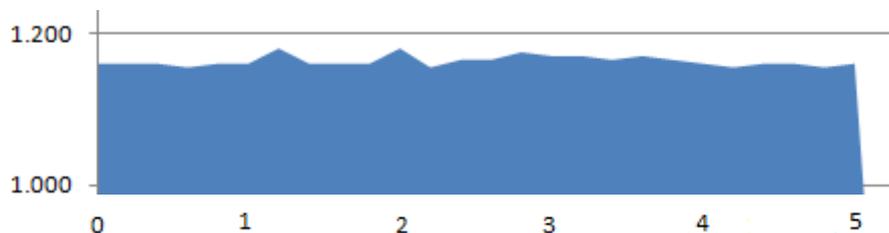
Hora de salida: 10:00 Hora de llegada: 13:00

Distancia: 5,0 km. Dificultad: Media. Tipo: Circular.

Altitud máx. 1.180m Altitud mín. 1.160m.

Tipo de firme: 1km-senda, 1km-camino y 3km-pista.

**NOTA: La senda que bordea la Laguna no presenta gran dificultad, sin embargo el firme pedregoso obligará a prestar atención e ir con cuidado; circunstancia que será advertida a los alumnos llegado el momento.**



**Descripción de la actividad:** Reunión del grupo a la entrada del casco urbano de El Tobar, pequeño pueblo serrano pedanía de Beteta. Salida a pie hacia el cartel de inicio del sendero, ubicado al otro extremo de la población. Desde este punto se iniciará la Actividad, caminando por pista durante aproximadamente 1km en busca de la Laguna Grande. Rodearemos la Laguna por una senda con magníficas vistas y bajo el impresionante farallón rocoso que la protege, hasta llegar a un pequeño área de descanso junto al agua. Continuaremos por la senda hasta alcanzar el extremo más oriental de la Laguna. A partir de este punto el terreno se abre, saldremos de la frondosidad del bosque de carrascas para caminar por una pista amplia y despejada atravesando el Prado Sax. Retornaremos a El Tobar por el Valle Solanilla tras cruzar el río Masegar.

**Temática:** Senderismo y Senderos Homologados, Hidrogeomorfología y Naturaleza (Refugio de Fauna).

**Material didáctico a aportar por el alumno:** Cuadernillo o libreta pequeña, lápiz y borrador.

# 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



## EL TOBAR (BETETA)

El Tobar fue una de las siete aldeas del antiguo señorío de Beteta, de quien se independizó en 1850, pero poco más de cincuenta años después, y debido principalmente al éxodo rural, pasó a depender de nuevo de la villa principal. Beteta, a 1300 m de altura, aún conserva algunos lienzos y puertas de su antigua muralla, coronando su esbelta figura con los restos del estratégico castillo de Rochafría, de origen árabe.

El complejo lagunar de El Tobar está formado por tres lagunas: la Grande, la Pequeña y la Ciega, esta última desaparecida. La Laguna Grande posee un perímetro de 3 km y una profundidad de 20 m. Sus aguas, dulces y oxigenadas, se vuelven saladas a partir de los 12 m. La Laguna de El Tobar está declarada Refugio de Fauna, destacando la presencia de nutrias y aves acuáticas; se trata de un ecosistema de gran valor paisajístico.



## 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; será 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.