**Ruta por la Sierra de Gredos**

*Provincia de Ávila (Castilla y León)*  
*A menos de 2 horas de Madrid*

**1. Parque Regional de la Sierra de Gredos**

**Qué ver**:

* **Circo de Gredos** y la **Laguna Grande** (de origen glaciar)
* **Pico Almanzor** (2.592 m), el más alto del Sistema Central
* **Cabra montés**, símbolo del parque
* **Cielo Starlight**: uno de los mejores cielos nocturnos del mundo

**Punto de acceso principal**:

* **Plataforma de Gredos**, desde **Hoyos del Espino**

**Qué hacer**:

* **Senderismo** (rutas de distintos niveles)
* **Observación** de estrellas (astrofotografía)
* **Rutas guiadas** de naturaleza o micológicas

**2. Pueblos con encanto de Gredos**

**Piedrahíta**

* **Palacio de los Duques de Alba** (barroco francés)
* **Plaza Mayor** y Plaza de **España**
* **Declarado Bien de Interés Cultural**

**El Barco de Ávila**

* **Castillo de Valdecorneja**
* **Puente románico sobre el Tormes**
* **Judiones de fama nacional**
* **Iglesia del siglo XIII** y **muralla con la Puerta del Ahorcado**

**Arenas de San Pedro**

* **Castillo** de Don Álvaro de Luna
* **Palacio** del Infante Don Luis de Borbón
* **Santuario** de San Pedro de Alcántara
* **Cuevas del Águila**: increíbles formaciones geológicas

**Mombeltrán**

* **Castillo** con vistas a la sierra
* **Iglesia de San Juan Bautista**
* Ermita de la Soledad y arquitectura tradicional

**Guisando**

* **Declarado *Conjunto Histórico-Artístico*** *y Paisaje Pintoresco*
* Casa del **Parque de Sierra de Gredos** (centro de interpretación)

**Candeleda**

* **Casas entramadas** y calles con encanto
* **Casa de la Juderí**a y de las Flores
* Santuario de la Virgen de la Chilla (7 km del centro)

**3. Turismo activo y naturaleza**

**Rutas y actividades**:

* ***Senderismo***: desde la Plataforma de Gredos hasta la Laguna Grande o el Almanzor
* ***Mountain bike*:** rutas señalizadas para todos los niveles
* ***Paseos a caballo***: caminos históricos y rutas tradicionales
* ***Parques de aventura en árboles***: tirolinas y circuitos para todas las edades

**Temporadas recomendadas**:

* ***Primavera***: paisajes en flor, rutas suaves
* ***Otoño***: setas, colores otoñales, recogida de hongos
* ***Invierno***: nieve, rutas con raquetas o paseos blancos
* ***Todo el año***: observación astronómica

**4. Gastronomía típica de la Sierra de Gredos**

**Platos imperdibles**:

* **Judiones de El Barco de Ávila**
* **Patatas revolconas** (con pimentón, ajo y torreznos)
* **Setas y hongos** en temporada (otoño)
* **Migas de cabreros**
* **Chuletón de Ávila** (carne de calidad excepcional)

**Postres y productos locales**:

* **Quesos** artesanos
* Miel y dulces serranos
* **Vinos** de la tierra y orujos caseros

**5. Cultura y eventos**

* **Festival Músicos en la Naturaleza** (verano en Hoyos del Espino): han participado Sting, Bob Dylan, Pet Shop Boys...
* **Fiestas patronales** en los pueblos: mercados, procesiones, música tradicional

**6. Dónde dormir en Gredos**

**Opciones según estilo**:

* ***Hoteles rurales y posadas***: ideales en Arenas de San Pedro, El Barco de Ávila o Candeleda
* ***Casas rurales***: en plena montaña, ideales para grupos o familias
* ***Campings*:** opciones cerca del parque o junto a ríos y gargantas
* ***Turismo astronómico*:** alojamientos con telescopios y actividades nocturnas

**7. Itinerario sugerido (3 días)**

**Día 1**:

* Llegada a *Hoyos del Espino*
* Ruta a pie desde la *Plataforma de Gredos* a la *Laguna Grande*
* Cena en restaurante local (probar patatas revolconas)

**Día 2**:

* Visita a *El Barco de Ávila* y *Piedrahíta*
* Degustación de judiones y visita a castillos
* Noche en *Candeleda* con paseo por su casco histórico

**Día 3**:

* Mañana en *Arenas de San Pedro* y *Cuevas del Águila*
* Visita a *Mombeltrán* y *Guisando*
* Tarde de relax o paseo a caballo
* Observación astronómica nocturna