

GR 93[®]

LA RIOJA

Sierras de La Rioja



Gobierno  de La Rioja







GR 93[®]
LA RIOJA

Sierras de La Rioja

Gobierno  de La Rioja

2009



GR 93 La Rioja : Sierras de La Rioja . --Logroño: Consejería de Turismo,
Medio Ambiente y Política Territorial, 2009
196 p.: il. col.; 22,5 cm
D.L. LR-396-2009
ISBN 978-84-8125-332-0
Excursionismo- La Rioja
La Rioja. Consejería de Turismo, Medio Ambiente y Política Territorial
796.51(460.21)

GR 93. LA RIOJA. Sierras de La Rioja

© Gobierno de La Rioja

Edita:

Consejería de Turismo, Medio Ambiente y Política Territorial
Gobierno de La Rioja

Realización y textos 1993

José Ignacio Esquisabel Martínez

Rafael Fernández Aldana

Adaptación y textos 2009

G.R.L.R.

Cartografía

Gobierno de La Rioja

Diseño y Maquetación

ICE Comunicación

Fotografías

Eduardo Ruiz Baltanás

Cristina Roldán Sevilla

Vanessa Ruiz Cristóbal

G.R.L.R.

ISBN: 978-84-8125-332-0

Depósito Legal: LR-396-2009



En unos tiempos como los actuales, en los que Internet y las redes de comunicaciones lo invaden todo, hay incontables formas de conseguir información sobre cualquier lugar del mundo por recóndito que parezca. Basta con teclear unas cuantas letras para hacernos, al instante, con todo tipo de datos, descripciones o imágenes. Pero, sin renegar de las bondades de la tecnología, nadie duda de que la única manera de conocer realmente un lugar es visitarlo y de que toda la información previa que tengamos sólo adquiere realmente sentido cuando ponemos nuestros pies en él y tratamos de descubrir por nosotros mismos los secretos y los encantos de todos y cada uno de sus rincones.

En el caso del medio natural y de los entornos rurales esto es especialmente cierto. No hay pluma que sea capaz de transmitir lo que se experimenta al recorrer caminos centenarios que han sobrevivido al paso de los siglos, al adentrarse en bosques a los que apenas llega la luz del sol o al atravesar aldeas en cuyo interior el tiempo parece haberse detenido. Ahora, cuando la velocidad y las prisas se han instalado, con intención de quedarse, en nuestra vida cotidiana, es cuando más valoramos la tranquilidad que se respira en nuestras sierras y el placer de calzarse las botas para recorrer pistas, senderos, caminos y veredas.

Desde el Oja hasta el Alhama, las sierras riojanas, sus pueblos y sus gentes guardan multitud de atractivos que podemos descubrir gracias a una completa red de caminos, muchos de ellos seculares, que conforman el Sendero de Gran Recorrido Sierras de La Rioja. Esta topoguía, como ya hiciera su predecesora hace ocho años, trata de poner al alcance de todos el recorrido por los cerca de 200 kilómetros que tiene el Sendero en sus diferentes etapas, completando y actualizando la información que entonces se ofreció. En sus páginas encontraremos una descripción detallada de cada tramo, perfiles de etapa y mapas; pero además la guía nos ofrece las claves para conocer la naturaleza, los pueblos, la cultura y las tradiciones de los lugares por donde pasamos.

Cada vez son más las personas que no se conforman con saber qué es hayedo, sino que prefieren dejarse seducir por la estampa multicolor que conforman estos bosques a lo largo del año; cada vez son más los que, en definitiva, disfrutan caminando, mirando, sintiendo, oliendo, tocando... Para todos, esta publicación es una invitación a perderse por nuestras sierras, pero concebida precisamente para que cualquiera sepa en todo momento dónde está.

Aranzazu Vallejo

Consejera de Turismo, Medio Ambiente
y Política Territorial

Índice

Introducción	5
Las sierras de La Rioja	6
Las comarcas de la sierra	10
Señalización	16
Utilización de la topoguía.....	17
Reglas básicas de comportamiento en la naturaleza	18
Senderos de las sierras de La Rioja	19
Cuadros-resumen del recorrido	20
Etapas 1. Santo Domingo de la Calzada-Ezcaray.....	22
Ezcaray-Santo Domingo de la Calzada	32
Etapas 2. Ezcaray-San Millán de la Cogolla.....	34
San Millán de la Cogolla-Ezcaray.....	46
Etapas 3. San Millán de la Cogolla-Anguiano	50
Anguiano-San Millán de la Cogolla	62
Etapas 4. Anguiano-Ortigosa de Cameros	66
Ortigosa de Cameros-Anguiano	78
Etapas 5. Ortigosa de Cameros-Laguna de Cameros.....	82
Laguna de Cameros-Ortigosa de Cameros.....	94
Etapas 6. Laguna de Cameros-San Román de Cameros	98
San Román de Cameros-Laguna de Cameros	110
Etapas 7. San Román de Cameros-Munilla.....	114
Munilla-San Román de Cameros.....	126
Etapas 8. Munilla-Enciso	130
Enciso-Munilla	138
Etapas 9. Enciso-Cornago	140
Cornago-Enciso	152
Etapas 10. Cornago-Cervera del Río Alhama	156
Cervera del Río Alhama-Cornago	170
Etapas 11. Cervera del Río Alhama - Valverde	174
Valverde - Cervera del Río Alhama	184
Guía de servicios.....	186
Mapa general	--

Introducción



Las vías de comunicación tradicionales entre los pueblos han sido hasta hace pocos años los caminos, entre los que pueden diferenciarse distintos tipos: caminos carreteros, aptos para el paso de vehículos y carruajes, caminos de herradura, que permitían el paso de caballerías, y vías pecuarias de diferente anchura (cañadas, cordeles y veredas), destinadas al paso de los ganados.

Con la generalización del uso de los vehículos a motor los caminos carreteros que unían los principales pueblos por el fondo de los valles se transformaron en carreteras asfaltadas, mientras que la mayoría de los caminos de herradura y vías pecuarias se fueron perdiendo por el desuso. En las sierras riojanas existe una importante red de caminos de herradura que salvando los collados comunican los pueblos de los diferentes valles y comarcas, caminos que aparecen bastante bien reflejados en los mapas del Instituto Geográfico Nacional de mediados del siglo pasado.

Mediante la creación de los Senderos de las Sierras de la Rioja, se ha pretendido recuperar algunos de estos antiguos caminos de herradura que, junto a su importante valor histórico, permiten el conocimiento y disfrute de la naturaleza y de la cultura de las montañas riojanas. Con su limpieza, acondicionamiento y señalización hoy día es posible recorrerlos sin ninguna dificultad, aunque en algunos tramos ciertas actuaciones sobre el territorio, como concentraciones parcelarias, repoblaciones forestales, pistas y carreteras, han hecho desaparecer parte de los caminos antiguos.

El caminar por ellos supone una rica experiencia, una relación íntima con el medio y sus habitantes, rememorando el uso que tuvieron en otro tiempo, cuando eran frecuentemente utilizados para visitar a los parientes, asistir a ferias y mercados o bailar en las fiestas de los pueblos cercanos. El propio trazado de estos antiguos caminos, con sus oportunos zigzags para salvar pendientes, su elección de pasos y collados estratégicos, sus pequeñas obras de ingeniería (puentes, muros de refuerzo, etc.) o sus esperadas fuentes, representa un valioso legado de sabiduría popular.

Las sierras de La Rioja

Las Sierras de La Rioja pertenecen en su totalidad al Sistema Ibérico, y todas sus cuencas hidrográficas vierten hacia la cuenca del Ebro por medio de ríos de corto recorrido, configurando un conjunto montañoso con valles paralelos que, desde el Oja hasta el Alhama, nacen de las altas cumbres ibéricas para dirigirse hacia su desembocadura en el río Ebro. Los senderos, de dirección general oeste-este, se ven obligados a atravesar perpendicularmente cada uno de estos valles, Oja, Najerilla, Iregua, Leza, Cidacos y Alhama, salvando diversos collados y pasos en sus interfluvios. De este conjunto montañoso, tres sierras superan los 2.000 m.: la Sierra de la Demanda con el pico del San Lorenzo (2.262 m.) como la cumbre más elevada de La Rioja, la Sierra de Urbión (2.228 m.) y la Sierra de Cebollera (2.168 m.). Hacia el este, la altitud de las cumbres disminuye hasta los 1.500 - 1.600 m. en las cabeceras del Cidacos y del Alhama.



Frente a los materiales terciarios y cuaternarios de origen sedimentario continental (areniscas, arcillas, y, a veces, margas y yesos) del Valle del Ebro, las zonas montañosas de La Rioja disponen de una litología más variada, pudiendo distinguirse dos grandes ámbitos: la Sierra de la Demanda, con materiales del Primario, y el resto con sustratos pertenecientes al Secundario. La Sierra de la Demanda esta constituida por esquistos, flysch, conglomerados, dolomías y calizas dolomíticas del Cámbrico Inferior, y muestra relieves de suave perfil en donde apenas destacan unas cumbres por encima de otras, y cuya red fluvial ha excavado profundos valles con laderas muy pronunciadas. El resto del territorio montañoso se caracteriza por la homogeneidad de sus formas, con cumbres muy suaves y una sucesión de relieves en cuesta, siendo en las proximidades de los ejes de drenaje, de reciente encajamiento, en donde se producen las pendientes más elevadas. En la Sierra de Urbión, la diferencia entre la meseta castellana y la depresión del Ebro origina un descenso brusco de su red fluvial hacia la vertiente riojana, y los materiales predominantes están constituidos por cuarzarenitas y conglomerados. En las áreas más elevadas de las Sierras de la Demanda, Cebo-

llera y Urbión, son frecuentes las formaciones ligadas al glaciario con la existencia de diversos circos y morrenas, o incluso pequeños lagos, como la Laguna de Urbión. Hacia las cuencas del Leza, Cidacos y Alhama coexisten materiales silíceos, cuarzoarenitas y conglomerados, con materiales calizos, calizas, margas y areniscas, originándose en su contacto con el Valle del Ebro relieves muy agrestes, como las Peñas de Leza, Peñalmonte y Peña Isasa.

A causa de su posición geográfica entre el Cantábrico y el Mediterráneo, y de la existencia de un importante relieve montañoso en su mitad meridional, el clima de La Rioja se caracteriza por establecer la transición entre las influencias atlánticas, procedentes del cuadrante noroeste, y las mediterráneas, provenientes del este. En efecto, su cercanía al Cantábrico, tan sólo 100 Km. separan el río Ebro de la costa vasca, le hace verse afectada por los frentes húmedos del noroeste que, una vez rebasadas las montañas vascas, chocan directamente contra las elevadas cumbres del Sistema Ibérico. Esta influencia, origen de la mayor parte de las precipitaciones en La Rioja, va disminuyendo hacia el este, debido a su mayor proximidad al centro de la depresión del Ebro y a la menor elevación de su conjunto montañoso.

Por otra parte, la dicotomía entre las tierras llanas y bajas de la mitad septentrional, y la zona montañosa de la mitad meridional, define en La Rioja dos ámbitos climáticos claramente diferenciados: el Valle del Ebro y la Sierra. El Valle del Ebro posee un clima mediterráneo propio del interior de la Península, con veranos secos y calurosos, e inviernos fríos, mientras que la Sierra dispone de un clima propio de la montaña, en donde las precipitaciones son más abundantes y las temperaturas más bajas, lo que origina unos veranos menos secos y cálidos, y unos inviernos más rigurosos, con la aparición de la nieve en las zonas de cumbres. No obstante, existen importantes variaciones de un extremo a otro de la zona montañosa de La Rioja. Así, las Sierras más occidentales, Demanda, Urbión y Cebollera se caracterizan por su tendencia oceánica, con precipitaciones muy elevadas, por encima de los 1.000 mm. al año en algunas zonas, y una sequía estival muy reducida. En la cuenca alta del Iregua, Sierra de Cebollera, aparece un enclave de carácter continental en donde los inviernos son más rigurosos y la permanencia de la nieve mayor. En el extremo oriental, con menor altitud, la zona montañosa tiene ya un marcado carácter mediterráneo, en donde los veranos son más cálidos y secos, y las precipitaciones medias, de máximo primaveral, no superan los 600-700 mm. al año.

A pesar de ser un territorio intensamente ocupado por el hombre, todavía es posible encontrar importantes masas forestales, aunque su distribución a lo largo del sendero es muy variable, en atención a la diversidad del medio natural y a los diferentes procesos de intervención humana que en él han actuado. En efecto, la presión demográfica ha sido mucho más elevada en las cuencas orientales, Leza, Cidacos y Alhama, gracias a la existencia de unas condiciones climáticas y orográficas más favorables para la actividad agrícola, y, en consecuencia, para el asentamiento de numerosos núcleos de población. Fruto de esta presión, estas cuencas se

encuentran hoy día totalmente deforestadas, con excepción de pequeñas dehesas próximas a los pueblos, y su paisaje está mayoritariamente ocupado por matorrales de aulaga y estrepa que han invadido pastizales y antiguas fincas de cultivo. Por el contrario, en la mitad occidental, cuencas del Oja, Najerilla e Iregua, lo agreste de su relieve y unas condiciones medioambientales más limitantes, han dificultado las prácticas agrícolas y la proliferación de núcleos de población. Todo ello, unido a unas posibilidades mayores de recuperación natural de la vegetación, han favorecido una menor transformación de su paisaje y la permanencia de numerosas masas forestales, como hayedos, robledales, carrascales y otros bosques de frondosas. La distribución de las principales especies forestales en la montaña riojana esta íntimamente ligada a las variaciones climáticas. La influencia oceánica, con abundantes precipitaciones, favorece la presencia de hayedos en las laderas orientadas al norte, umbrías, de las cuencas del Oja, Najerilla e Iregua. Por el contrario, los robledales y los carrascales se asientan en las laderas más soleadas, estos últimos ocupando los enclaves más térmicos y degradados de la Sierra.



Parque Natural Sierra de Cebollera

En La Rioja pueden distinguirse dos formaciones principales de robledales: rebollares sobre sustratos silíceos y quejigares sobre calizos. En la cabecera del río Iregua aparecen bosques de coníferas de pino silvestre, favorecidos por la cercanía de los pinares sorianos y por la existencia de unos inviernos más rigurosos en esta zona. Los bosques de coníferas de origen humano como las repoblaciones forestales, suelen ser frecuentes a lo largo de la zona montañosa, y están formados, principalmente, por pino silvestre y pino laricio. En

las cuencas del Leza, Cidacos y Alhama, los escasos bosques naturales están constituidos por carrascales y robledales, rodeados por extensas manchas de matorrales, entre los que predominan los aulagares y los estrepaes.

Las variaciones entre las sierras occidentales, con importantes masas forestales, y las sierras orientales, generalmente deforestadas, definen dos grandes áreas faunísticas. Las cuencas del Oja, Najerilla e Iregua constituyen un área forestal de influencia atlántica, en cuyos hayedos y robledales se instala una variada avifauna con especies como el ratonero, el trepador azul, el agateador, o los abundantes pinzones y carboneros. Los mamíferos,



Corzo

más difíciles de observar, también son frecuentes en estos bosques, como es el caso de corzos, jabalíes, tejones y ardillas. En los caudalosos ríos del Najerilla e Iregua abundan las truchas y en sus aguas cristalinas subsisten pequeñas poblaciones de nutrias y desmanes ibéricos. Los roquedos que recorre el sendero, como los del Najerilla, también acogen un interesante comunidad de rapaces, con buitres, alimoche, águilas y halcones. La mayor parte de esta zona de montaña fue en su día declarada Zona de Especial Protección para la Aves (ZEPA) pasando con posterioridad a considerarse como Lugares de Interés Comunitario (LIC) con vistas a integrarse en la Red Natura 2000, todo ello conforme a la legislación comunitaria europea.

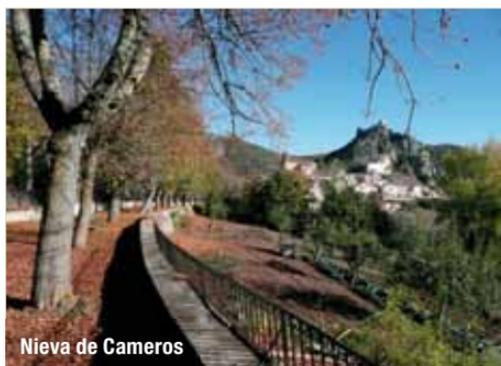
Las sierras más orientales, cuencas del Leza, Cidacos y Alhama, constituyen un área de influencia mediterránea, en la que dominan los espacios abiertos. En los matorrales de estrepaes y aulagas, y en los pastizales que caracterizan el paisaje se encuentran aves como collalbas, alondras, curruacas y pardillos, así como abundantes reptiles, tales como el lagarto ocelado y la culebra bastarda. Zorros y conejos son comunes, mientras los grandes mamíferos como el corzo o el jabalí se refugian en los escasos bosques de la zona. Hacia la cuenca del Alhama, la aparición de cultivos de cereal en el fondo de los valles permite una mayor abundancia de perdices y codornices, así como de escribanos y alaúcidos. El carácter más mediterráneo de esta zona favorece la presencia de abejarucos, tórtolas y mochuelos.

Las comarcas de la sierra

Las Sierras de La Rioja, al igual que el resto de las zonas de montaña, han experimentado en el pasado siglo importantes transformaciones socioeconómicas. Estos cambios ligados de sus principales actividades económicas, han tenido como consecuencia el abandono generalizado de la población serrana y la emigración hacia centros urbanos con posibilidades de trabajo en la industria y servicios. Es así como la población ha descendido notablemente en el pasado siglo, de 3.974 habitantes en 1900 a 2.335 en 1996 en el Alto Valle del Oja, de 6.845 a 1.673 en el Valle Alto del Najerilla, de 7.973 a 2.495 en el Camero Nuevo, de 3.875 a 823 en el Camero Viejo, de 5.277 a 981 en el Alto Cidacos, y de 14.331 a 5.975 en el Valle del Alhama-Linares, respectivamente. Este proceso, originado por diversos motivos como la crisis del sector ganadero y de la agricultura de autoconsumo, o la pérdida de competitividad de la industria local en relación con los centros de producción del Valle del Ebro, ha tenido, sin embargo, un desigual impacto en las diferentes comarcas de montaña. Tan solo el Alto Valle del Oja y el Valle del Camero Nuevo han conseguido estabilizar su población en la última década.

En la actualidad, y salvo excepciones de núcleos especializados en actividades secundarias y terciarias, la economía serrana esta basada en la actividad ganadera de tipo extensivo, generalmente vacuno, menos necesitado de mano de obra que el ovino. La agricultura, prácticamente ha desaparecido de la montaña, y se mantiene en el fondo de los valles, caso de los prados del Valle del Oja, las huertas del Najerilla, el Valle del Alhama-Linares con una agricultura, en muchos casos de autoconsumo, que mantiene cultivos de cereal y forrajeras, hortícolas, frutales, olivos y viñas y en los piedemontes de la Sierra, entre San Millán y Anguiano. Su reducida actividad industrial esta concentrada en sectores como la madera (Ezcaray y Ortigosa), el textil (Ezcaray y Enciso), calzado (Alhama-Linares) y pequeñas iniciativas de transformación de productos artesanales (conservas, apícolas, quesos de cabra, embutidos...) diseminadas por todo el territorio. El sector turístico se muestra como el más dinámico concentrándose en un pequeño número de localidades como Ezcaray, San Millán de la Cogolla, Torrecilla, El Rasillo, Arnedillo y Enciso, aunque la demanda de segunda residencia se ha extendido a la mayor parte de La Sierra. Ligada al desarrollo de este último sector ha crecido también la actividad constructiva, tanto en vivienda nueva, urbanizaciones en varias localidades, como en rehabilitación.

El turismo rural ha experimentado un gran impulso en la última década y se encuentra distribuido por más de 30 localidades abarcando todos los valles de La Sierra, con más de medio centenar de casas rurales, pequeña hotelería, restauración y centros de interpretación y museos.



Nieva de Cameros

Comarca del Alto Oja

El Valle del Oja, a diferencia del resto de las sierras riojanas, ha sufrido un proceso de regresión de menor intensidad, gracias al núcleo de Ezcaray. En efecto, esta localidad desarrolló entre los años 1930 y 1960 una gran actividad industrial en el sector de la madera, lo que le permitió, a pesar de perder población a partir de los años 60, mantener un importante núcleo de población. Posteriormente cuando la crisis demográfica afectó más intensamente a las zonas de montaña, comenzó a desarrollarse en



la comarca una incipiente actividad turística de carácter estival, que más tarde se vio apoyada por la promoción que supuso la construcción de la estación de esquí de Valdezcaray. En la actualidad existe un gran desarrollo de segunda residencia en urbanizaciones y de rehabilitación en las aldeas dependientes de Ezcaray. Como resultado de este proceso más del 90 % de la población activa de Ezcaray está ocupada en la industria de la madera y los servicios. En el resto de la comarca la actividad mayoritaria es la ganadería, con un importante peso del ganado vacuno, aprovechando la base territorial de las praderas del Valle del Oja. Sin embargo, esta actividad no ha podido evitar la despoblación de sus núcleos rurales de menor tamaño, caso de algunas aldeas como las de Turza en Ezcaray, hoy parcialmente rehabilitada.

Comarca del Najerilla

En la cuenca del Najerilla, los municipios que atraviesa el sendero, San Millán de la Cogolla, Tobía, Matute y Anguiano, mantienen una economía mixta agrícola, ganadera y forestal, a la que se ha unido el sector turístico apoyado por la declaración de Patrimonio de la Humanidad de los monasterios de San Millán de la Cogolla, que afecta también a las comarcas limítrofes por el gran número de visitantes



Hayedo de Anguiano

que atraen. Además estos municipios se benefician de su facilidad de comunicaciones con los centros urbanos del Valle del Ebro para acceder a puestos de trabajo en la industria y los servicios, residiendo la población en los citados núcleos. Son municipios situados a caballo entre la Sierra y el Valle, que aun mantienen importantes masas forestales de hayas y robles en sus zonas altas y tierras de cultivo en los fondos de los valles. Su importante riqueza natural, con extensos bosques y magníficos paisajes de montaña en las cuencas del río Cárdenas, Tobía, Valvanera y en el propio Najerilla, así como el atractivo de su patrimonio histórico-artístico con los monasterios de San Millán de la Cogolla y Valvanera atraen a un considerable número de personas durante todo el año y especialmente en los períodos vacacionales. La infraestructura turística se centra en San Millán de la Cogolla, Anguiano, Valvanera y Berceo.

Comarca del Camero Nuevo

En la comarca de los Cameros, ligada históricamente al auge de la ganadería trashumante entre los siglos XVI y XIX, la regresión económica también fue importante, aunque afectó más intensamente a la cuenca del Leza. En el Cameros Nuevo ha sido la actividad turística, desarrollada a partir de las facilidades de comunicación con la capital regional, Logroño, y de un entorno natural bien conservado y muy atractivo para el



Embalse González Lacasa

ocio, la que ha permitido una menor dependencia del sector ganadero. El aprovechamiento turístico del embalse González Lacasa, el Parque Natural de Cebollera, con su centro de interpretación y una red básica de senderos, el Parque de Esculturas Lomas de Orio en Villoslada, el Centro de Interpretación de la Trashumancia en la Venta de Piqueras, una pequeña estación de esquí en el cercano Puerto de Santa Inés (Soria), además de la proliferación de segunda residencia, son factores que favorecen el desarrollo de la zona. Las casas rurales, la pequeña hotelería y la restauración se distribuyen por todo el valle del Iregua, con especial incidencia en El Rasillo con un importante número de casas rurales. En otros casos, la actividad forestal, caso de Villoslada y Ortigosa, ha complementado su economía básicamente ganadera y evitado la emigración masiva de la zona.



La Blanca. P. N. de la Sierra de Cebollera

Comarca del Camero Viejo

En el Camero Viejo la población mayoritariamente vive de la actividad ganadera, una vez desaparecida la agricultura de subsistencia, y los núcleos de población no suelen sobrepasar los 100 habitantes, salvo en los casos de San Román y Laguna. En muchos municipios la des-



Cañón del Leza. Soto en Cameros

población fue tan intensa que fueron abandonados totalmente, y hoy en día tan solo es posible encontrar un montón de ruinas en su lugar. Los problemas de comunicación con el Valle del Ebro, el abandono de sus pueblos y la degradación generalizada de su medio natural están dificultando el crecimiento de actividades terciarias. Su

arquitectura popular se mantiene en núcleos bien conservados como San Román y Laguna, el Ecomuseo del Molino del Corregidor, media docena de casas rurales y algún restaurante centran la oferta de turismo rural del Valle. Un hecho frecuente en todas las zonas de montaña es la recuperación y rehabilitación de los pueblos originada por la vuelta de los "hijos del pueblo", descendientes de los que emigraron en los años 50 y 60, y que han convertido estos núcleos en lugares de segunda residencia y de veraneo.

Comarca del Alto Cidacos

La comarca del Alto Cidacos también ha experimentado una importante sangría demográfica en las últimas décadas, quizás mayor si se tiene en cuenta que localidades como Munilla y Enciso tenían a principios del siglo XX una importante actividad industrial dedicada principalmente a la fabricación de zapatillas y paños. Dificultades tales como su alejamiento de los ejes de desarrollo del corredor del Ebro o problemas de crecimiento y comercialización, ocasionaron el traslado de sus centros industriales a núcleos como Arnedo, Calahorra o Logroño y el hundimiento total de la comarca. La ganadería extensiva está presente en la comarca, pero es el sector turístico el que está consiguiendo la fijación de la población, centrado en Arnedillo que, gracias a su balneario de aguas termales, ha desarrollado una importante industria turística y en parte en Enciso donde su patrimonio paleontológico lo ha convertido en el centro de la oferta de la "Ruta de los Dinosaurios", con importantes yacimientos de huellas, un Centro Paleontológico, e infraestructura turística, que está favoreciendo la creciente llegada de visitantes a la comarca.

Comarca del Alhama - Linares

A pesar de verse afectada por estos procesos de despoblación, la comarca del Alto Alhama ha conseguido mantener una importante parte de su población gracias a la diversidad de sus fuentes económicas. Esta zona de transición entre la Sierra y el Valle del Ebro, mantiene todavía, gracias a la mayor mediterraneidad de su clima, una actividad agrícola centrada en las vegas de los ríos Linares, Alhama y Añamaza, junto a la tradicional ganadería dedicada al ovino, que se ve complementada con la existencia de un pequeño tejido industrial y con la realización de labores manuales a tiempo parcial en la fabricación de alpargatas para la industria del calzado de Arnedo. Además, una parte de la población local realiza trabajos agrícolas, forestales y de servicios fuera de la comarca. La escasa presencia del sector turístico esta representada en la localidad de Ventas del Baño, límite con los Baños de Fitero en la comunidad de Navarra, con oferta de restauración, y la incipiente puesta en marcha de casas rurales. Esta diversificación económica define una comarca que ha evitado la despoblación y le permite contar con un potencial demográfico de cara al futuro.

La recuperación de antiguos balnearios como los de Grávalos o Cervera, el aprovechamiento de su patrimonio paleontológico, incluido dentro de la "Ruta de los Dinosaurios", el importante yacimiento arqueológico celtibérico de Contrebia Leukade en Aguilar del Río Alhama con un Centro de Interpretación Arqueológica, las minas de piritas ornamentales de Navajún, y la propia recuperación de sus antiguos caminos pueden reactivar la economía de la zona.



Contrebia Leukade

Señalización

El objetivo de la señalización, de acuerdo con el Manual de Senderos de la FEDME, es la de marcar sobre el terreno el trazado del sendero en las dos direcciones, con el fin de evitar pérdidas en los tramos poco definidos o complicados.

Las marcas consisten en dos franjas paralelas de color rojo y blanco. Están pintadas a lo largo del camino sobre árboles, rocas, muros, postes o balizas, indicando la continuidad del sendero. En el caso de cruces de caminos se coloca una señal antes y después del mismo, así como una señal de refuerzo a los pocos metros. Cuando las franjas están cruzadas formando un aspa, el camino o la dirección tomada no es la correcta, siendo necesario volver sobre los pasos para retomar la dirección adecuada.



Señal de cambio de dirección

Generalmente el espaciamiento entre dos señales consecutivas no sobrepasará los 400 m., excepto en el caso de coincidir con carreteras, pistas y caminos bien marcados sin derivaciones. En tramos del

camino con traza poco marcada se procura que al pasar una señal se vea la siguiente. Cuando se produce un cambio brusco de dirección se ha utilizado una señal en ángulo que coincide con las direcciones a seguir. En caso de pérdida y ante la ausencia de señales, lo más recomendable es volver a la última señal avistada y buscar de nuevo el sendero. Para una correcta orientación en los tramos de mayor dificultad conviene repasar las descripciones del recorrido contenidas en la topografía y apoyarse en la cartografía.

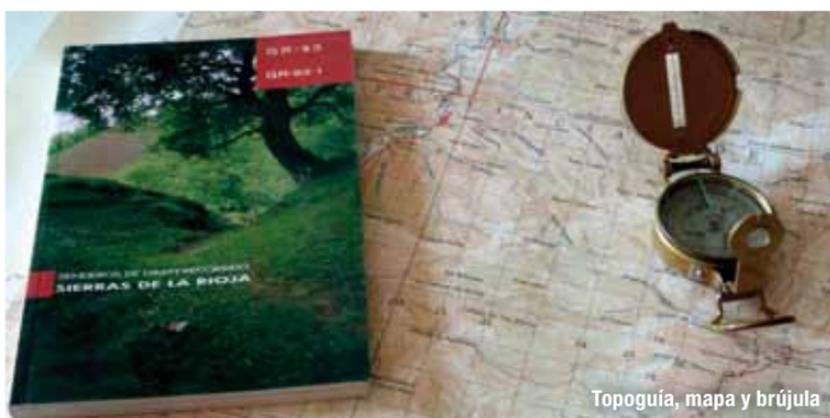


Señal de continuidad del sendero

Utilización de la topoguía

La topoguía contiene la descripción del sendero, así como las principales características de las zonas por las que discurre, y su recorrido está organizado en etapas, agrupadas en un total de once etapas. Cada etapa consta de un texto que describe el itinerario a recorrer en los dos sentidos, y los elementos necesarios para orientarse: cartografía y un perfil del sendero. Así mismo en cada etapa se incluye un capítulo sobre algunos elementos singulares de interés, como bosques, monumentos, tradiciones, etc, que pueden encontrarse a lo largo del camino.

La utilización del texto descriptivo y de la cartografía permiten al senderista una correcta orientación en todo momento y el reconocimiento de las zonas por las que camina. En los textos se indican las distancias



Topoguía, mapa y brújula

y horarios parciales del trayecto. Los tiempos son orientativos y están calculados en horas efectivas de marcha, sin contabilizar el tiempo correspondiente a las paradas, para un caminante medio.

Analizando los perfiles se obtiene una visión general del relieve de cada etapa, incluidos los desniveles, las localidades por las que pasa y las principales masas de vegetación. De esta manera cada senderista puede planificar mejor la jornada de marcha y adaptarla a sus propias posibilidades e intereses.

Aquellas personas interesadas en conocer más a fondo las comarcas por dónde pasa el sendero o excursiones fuera de él, pueden disponer de la cartografía siguiente:

Cartografía del Instituto Geográfico Nacional. Escala 1:25.000.
www.ign.es

Cartografía del Gobierno de La Rioja.
www.iderioja.larioja.org

La página web del Gobierno de La Rioja dispone de la aplicación informática denominada Red de senderos de La Rioja, en la que se pueden consultar datos y cartografías sobre el sendero. Asimismo es posible la descarga de tracks para GPS de las diferentes etapas.
www.larioja.org/medioambiente

Reglas básicas de comportamiento en la naturaleza

Fuegos.- No hacer ningún tipo de fuego en el monte, en donde el riesgo de incendio es especialmente elevado en verano y otoño, y cualquier descuido o imprevisto puede tener unas consecuencias irreparables. En la Comunidad Autónoma de La Rioja existe la prohibición expresa de realizar cualquier tipo de fuego, salvo en los lugares acondicionados expresamente en las zonas recreativas (parrillas). Los fumadores deberán tener un especial cuidado con las cerillas y los cigarrillos mal apagados, debiendo, con el fin de evitar sorpresas desagradables, guardar las colillas en una bolsa y depositarla en el pueblo más cercano.

Agua.- Existen fuentes en todos los pueblos y en algunos lugares a lo largo del sendero, aunque es necesario advertir que, generalmente, dicha agua no esta clorada. No es recomendable beber agua de los arroyos y ríos ya que existe abundante ganado suelto y las aguas no siempre tienen las debidas condiciones sanitarias.

Basuras.- Las basuras que se van generando en la marcha (latas, papeles, vidrios...) deben recogerse en una bolsa y guardarse en la mochila, con el fin de depositarla en las papeleras y contenedores de los pueblos. Se debe procurar no dejar ningún desperdicio, tanto por seguridad de la fauna y el ganado como por la propia limpieza del camino.

Plantas y animales.- Evitar las molestias a los animales silvestres, así como la recogida de flores y plantas.

Ganado.- No molestar ni asustar al ganado suelto en el campo. El ganado vacuno no supone ningún peligro para los senderistas si se tiene la precaución de no molestar a las vacas con terneros. Cuando se crucen portillas o cercas dejarlas siempre cerradas.

Perros.- Muchos de los terrenos que atraviesa el sendero son cotos de caza o pertenecen a la Reserva Regional de Caza de Cameros, Urbión y Demanda y en ellos está prohibido llevar perros sueltos. Así mismo, los perros pueden asustar o perseguir al ganado que pasta libremente, por lo que si se llevase un perro, hecho no aconsejable, el dueño debe tener en cuenta que es el responsable de los daños y accidentes que pueda originar.

Ruidos.- Pensar que en la montaña los ruidos pueden resultar especialmente molestos. Los aparatos reproductores de música espantan a la fauna silvestre y al ganado, y perturban a las personas que han salido en busca de tranquilidad.



Senderos de las sierras de La Rioja

A lo largo de sus 190 Km. el sendero atraviesa la Sierra de la Demanda, el Valle del Najerilla, El Cameros Nuevo, el Cameros Viejo, el Valle del Cidacos, el Valle del Linares y el Valle del Alhama, uniendo el paisaje Cantábrico de Ezcaray, al oeste, con el mediterráneo Cervera, al este. De este modo se atraviesan los principales ríos riojanos, Oja, Najerilla, Iregua, Leza, Cidacos y Alhama-Linares. Es un sendero de montaña media que pasa de un valle a otro salvando las sierras transversales a través de los collados, por donde los antiguos caminos de herradura unían los pueblos.

En su trayecto por la zona montañosa de La Rioja, los senderos pasan por 34 pueblos, incluyendo los despoblados de Torremuña y Valdevigas, todos ellos cargados de historia como villas de realengo, señoríos y solares nobiliarios, que tuvieron su época de esplendor al amparo del auge de la trashumancia y la industria textil. Las localidades de Ezcaray, San Millán, Anguiano, Ortigosa, Laguna, San Román, Munilla, Enciso, Cornago y Cervera han sido elegidas como inicios y finales de etapas por contar con infraestructuras de servicios.



Alrededores de Nieva de Cameros

Todas las etapas tienen una estructura similar, uniendo dos valles contiguos a través de collados que salvan las divisorias de aguas. Tan solo en el caso de la etapa Laguna de Cameros-San Román de Cameros y en la de Munilla-Enciso, el recorrido se realiza a través de una misma cuenca. En el diseño del sendero se han buscado los collados de menor altitud, con el fin de conseguir un recorrido de dificultad moderada, asequible a personas sin una preparación especial. Al mismo tiempo, la diversidad de los paisajes que atraviesa y los numerosos pueblos por los que pasa aumentan el interés ecológico y cultural de los senderos de las Sierras de La Rioja.

Cuadros-resumen del recorrido

IDA			VUELTA	
Km.	Horario	Lugar	Horario	Km.
1ª Etapa. Santo Domingo de La Calzada – Ezcaray				
0,000	0 h. 00 min.	Santo Domingo	3 h. 18 min.	13,900
0.500	0 h. 6 min.	Via verde		
6,110	1 h. 13 min.	E. de Santurde-Santurdejo	2 h. 11 min.	7,790
10,800	2 h. 2 min.	Barranco Ulizarna	0 h. 57 min.	3,100
12,800	2 h. 56 min.	Peña San Torcuato	0 h. 13 min.	1,100
13,900	3 h. 18 min.	Ezcaray	0 h. 00 min.	0,000
2ª Etapa. Ezcaray - San Millán de la Cogolla				
0,000	0 h. 00 min.	Ezcaray	5 h. 05 min.	17,000
4,663	1 h. 16 min.	Turza	3 h. 55 min.	12,367
5,492	1 h. 37 min.	Collado Larrizabala	3 h. 45 min.	11,500
8,736	2 h. 31 min.	Pazuengos	2 h. 46 min.	8,260
10,518	3 h. 04 min.	Collado El Rebollar	2 h. 20 min.	6,080
13,895	4 h. 07 min.	Lugar del Río	0 h. 55 min.	3,100
17,000	5 h. 00 min.	San Millán de la Cogolla	0 h. 00 min.	0,000
3ª Etapa. San Millán de la Cogolla - Anguiano				
0,000	0 h. 00min.	San Millán de la Cogolla	6 h. 07 min.	22,106
3,717	1 h. 00 min.	Collado Pieza Estollo	5 h. 14 min.	18,389
8,479	2 h. 14 min.	Corrales de Ocijo	3 h. 58 min.	13,627
11,797	3 h. 12 min.	Tobía	2 h. 45 min.	10,309
13,844	3 h. 45 min.	Matute	2 h. 12 min.	8,262
18,216	4 h. 48 min.	Convento de la Granja	1 h. 07 min.	3,890
22,106	5 h. 52 min.	Anguiano	0 h. 00 min.	0,000
4ª Etapa. Anguiano - Ortigosa				
0,000	0 h. 00 min.	Anguiano	5 h. 21 min.	17,878
3,498	1 h. 08 min.	Fuente del Congosto	4 h. 25 min.	14,380
5,409	2 h. 03 min.	Collado La Mohosa	3 h. 43 min.	12,469
8,728	3 h. 08 min.	Arroyo Castejón	2 h. 31 min.	9,150
10,844	3 h. 43 min.	Nieva de Cameros	2 h. 00 min.	7,034
14,931	4 h. 52 min.	El Rasillo	0 h. 51 min.	2,947
17,878	5 h. 43 min.	Ortigosa de Cameros	0 h. 00 min.	0,000
5ª Etapa. Ortigosa de Cameros - Laguna de Cameros				
0,000	0 h. 00 min.	Ortigosa de Cameros	5 h. 43 min.	20,496
2,743	0 h. 40 min.	Peñaloscintos	5 h. 03 min.	17,753
5,183	1 h. 20 min.	El Hoyo	4 h. 23 min.	15,313
8,314	2 h. 09 min.	Villanueva de Cameros	3 h. 27 min.	12,182
11,896	3 h. 12 min.	Gallinero de Cameros	2 h. 26 min.	8,600
15,776	4 h. 24 min.	Collado de Horquín	1 h. 27 min.	4,720
20,496	5 h. 36 min.	Laguna de Cameros	0 h. 0 min.	0,000

IDA			VUELTA	
Km.	Horario	Lugar	Horario	Km.
6ª Etapa. Laguna de Cameros - San Román de Cameros				
0,000	0 h. 00 min.	Laguna de Cameros	4 h. 54 min.	15,860
1,345	0 h. 25 min.	Collado de Ribacinto	4 h. 33 min.	14,515
2,841	0 h. 52 min.	Solar de Tejada	4 h. 00 min.	13,019
6,944	2 h. 13 min.	Muro en Cameros	2 h. 48 min.	8,916
10,664	3 h. 29 min.	Torre en Cameros	1 h. 35 min.	5,196
15,860	4 h. 53 min.	San Román de Cameros	0 h. 00 min.	0,000
7ª Etapa. San Román de Cameros - Munilla				
0,000	0 h. 00 min.	San Román de Cameros	5 h. 27 min.	20,015
3,715	0 h. 52 min.	Puente Río Vadillos	4 h. 35 min.	16,300
8,340	2 h. 15 min.	Torreña (E. del Cristo)	3 h. 25 min.	11,675
10,863	3 h. 02 min.	Collado de la Dehesa	2 h. 46 min.	9,152
12,675	3 h. 31 min.	Barranco Alto del Valle	2 h. 13 min.	7,340
16,031	4 h. 30 min.	Collado	1 h. 15 min.	3,984
20,015	5 h. 33 min.	Munilla	0 h. 00 min.	0,000
8ª Etapa. Munilla - Enciso				
0,000	0 h. 00 min.	Munilla	1 h. 50 min.	6,543
1,259	0 h. 23 min.	Collado El Santo	1 h. 31 min.	5,284
2,874	0 h. 48 min.	Valdevigas	1 h. 01 min.	3,669
3,778	1 h. 05 min.	Collado	0 h. 47 min.	2,765
6,543	1 h. 47 min.	Enciso	0 h. 00 min.	0,000
9ª Etapa. Enciso - Cornago				
0,000	0 h. 00 min.	Enciso	6 h. 16 min.	22,119
3,000	0 h. 50 min.	El Villar de Poyales	5 h. 26 min.	18,750
6,500	1 h. 40 min.	Navalsaz	4 h. 36 min.	15,619
11,114	2 h. 55 min.	Ambasaguas	3 h. 18 min.	11,005
16,719	4 h. 34 min.	Portillo de Valcardera	1 h. 46 min.	5,400
19,833	5 h. 26 min.	Valdeperillo	0 h. 35 min.	2,286
22,119	6 h. 03 min.	Cornago	0 h. 00 min.	0,000
10ª Etapa. Cornago - Cervera del Río Alhama				
0,000	0 h. 00 min.	Cornago	6 h. 10 min.	22,200
3,700	1 h. 10 min.	Collado de Valcenón	5 h. 15 min.	18,400
8,600	2 h. 40 min.	Barranco de Carnanzún	3 h. 45 min.	13,400
11,600	3 h. 25 min.	Corrales	3 h. 05 min.	10,150
16,650	5 h. 15 min.	Camino de Pirinolo	1 h. 46 min.	5,400
19,100	5 h. 35 min.	Collado	0 h. 45 min.	2,900
22,200	6 h. 15 min.	Cervera del Río Alhama	0 h. 00 min.	0,000
11ª Etapa. Cervera del Río Alhama - Valverde				
0,000	0 h. 00 min.	Cervera del Río Alhama	3 h. 05 min.	11,600
4,600	1 h. 05 min.	Senda	2 h. 00 min.	7,000
8,100	2 h. 00 min.	Valdegutur	1 h. 10 min.	3,500
11,600	3 h. 00 min.	Valverde de Cervera	0 h. 00 min.	0,000