

Excursiones de senderismo de un día



Sábado, 13 / Domingo, 14, Enero, 2018

Acebedas de las Cocinas y Prádena

Nivel 2 (9 a.m.)

Dos acebedas y sabinares de la provincia de Segovia, de gran interés paisajístico.

Datos técnicos

Salida: 9 a.m. desde [Plaza de España](#).

A las 9,15 a.m. en [Plaza de Castilla](#).

Regreso: En torno a las 17,30 h terminará la excursión, parando 30 minutos a tomar algo.

Precio: 20€ (Socios: 18€)

Desayuno: Sin parada para desayunar.

Distancia: 18 km

Desnivel de subida: 340 m (635 m acumulado).

Desnivel de bajada: 380 m (640 m acumulado).

Marco Geográfico

Este itinerario se desarrolla por la vertiente norte de la Somosierra, dentro de los términos municipales de Matabuena, Arcones y Prádena, provincia de Segovia.

Descripción del itinerario

Esta ruta nos va a permitir conocer dos ecosistemas característicos y peculiares de la vertiente norte de la Somosierra: por un lado, las acebedas, que en este caso visitaremos dos (Prádena y las Cocinas); y por otro, los sabinares, entre ambas acebedas.

Comenzaremos a caminar en la población de Matabuena desde donde alcanzaremos la falda de la Somosierra, penetrando en el acebal de las Cocinas, pequeño bosque asentado en una vaguada, que encierra soberbios ejemplares. Desde aquí continuaremos subiendo para atravesar un pinar de repoblación y llegar a una pista por la que caminaremos hasta la vaguada de Viciahonda, bajando al piedemonte y Cañada Real por donde entraremos en el sabinar tras el que entraremos en la acebeda de Prádena. Tras cruzarlo tomaremos unos caminos entre cercas de piedras por los que bajaremos a Prádena, final de la ruta.

Valores naturales

Numerosos, aunque tengamos que centrarnos en dos puntos: la acebeda y el sabinar.

Aparte del pequeño y desconocido acebal de las Cocinas, con bellos ejemplares, hay que destacar

el acebal o bosque de acebos (*Ilex aquifolium*) que se ubica dentro de la Dehesa de Prádena, uno de los motivos que han contribuido a su conservación. Por su extensión -unas 60Ha-, es una de las más grandes de España y, según algunos autores, de Europa.

En cuanto al sabinar (*Juniperus thuriphora*), baste decir que en una población cercana, Sigueruelo, se encuentra una sabina de 400 años de edad. Aquí, forman bosques muy poco densos, con los ejemplares dispersos a ambos lados de la Cañara Real, lo que no impide contemplar bellos ejemplares, de troncos retorcidos y añosos, que desprenden un agradable olor.

Todos estos aspectos serán explicados en detalle por el botánico que nos acompañará durante toda la excursión.

Valores culturales

Las Cañadas Reales en España constituyen un fenómeno sociológico de primera importancia, pues en ellas se han concentrado una infinidad de factores: económicos, etnográficos, artísticos, históricos, medioambientales, etc.

En concreto la Cañada Occidental Soriana (llamada a su paso por Segovia "La Vera de la Sierra") es una de las vías más señeras y que tuvo un papel importantísimo en el desarrollo de los pueblos por los que pasaba. Tal es el caso de Prádena, localidad famosa en la Edad Media por sus telares y talleres, y que en el periodo 1787-91 levantó su monumental iglesia de San Martín de Tours.

Conviene reseñar que la "Cañada" constituía el eje a partir del cual se articulaba una amplia red de caminos, que a partir de 1284 se dividen en función de su anchura. Así, la cañada propiamente dicha tenía un ancho de 90 varas castellanas o 75 m (a partir de 1464 se designa "Real"); los cordeles median 45 varas o 37,5 m de ancho; y las veredas, 25 varas o 21 m de ancho. Aparte, había otras vías pecuarias de menor importancia como coladas, sogas, etc.

Dificultad de la ruta

Media/baja. Aunque las continuas subidas y bajadas pueden cansar las piernas.

Equipo recomendado

Chaqueta impermeable, forro polar, guantes, botas de montaña, polainas, mochila, comida, agua (1,5 litros como mínimo), botiquín personal, glucosa, etc.

Aconsejable bastones, un paraguas plegable y un pito.

Es recomendable llevar un pequeño bolso de mano con ropa de repuesto que se deja en el maletero del autocar. Al regresar puede uno cambiarse, si por la razón que fuera se hubiese uno mojado (o no).

Por otra parte, y con el fin de no ensuciar el autocar, se ruega se lleve calzado de repuesto que se dejará en el maletero, quitándose las botas antes de subir al autocar.

Por razones de seguridad, es imprescindible transportar los bastones en el maletero del autocar.