

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	9
AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI	16
ARQUIPÉLAGO DE CABRERA	24
CABAÑEROS	34
CALDERA DE TABURIENTE	42
DOÑANA	50
GARAJONAY	60
ILHAS ATLÂNTICAS DA GALIZA	68
MONFRAGÜE	78
ORDESA E MONTE PERDIDO	88
PICOS DE EUROPA	98
SERRA DE GUADARRAMA	108
SIERRA DE LAS NIEVES	116
SERRA NEVADA	124
TABLAS DE DAIMIEL	134
TEIDE	142
TIMANFAYA	150





CABAÑEROS



Declaração de parque nacional: 20 de novembro de 1995.



Superfície do parque: 40 856 hectares.



Comunidade autónoma: Castilla-La Mancha.



Províncias: Toledo e Ciudad Real.



Municípios: **Provincia de Toledo:** Hontanar e Los Navalucillos; **Provincia de Ciudad Real:** Alcoba de los Montes, Horcajo de los Montes, Navas de Estena e Retuerta del Bullaque.



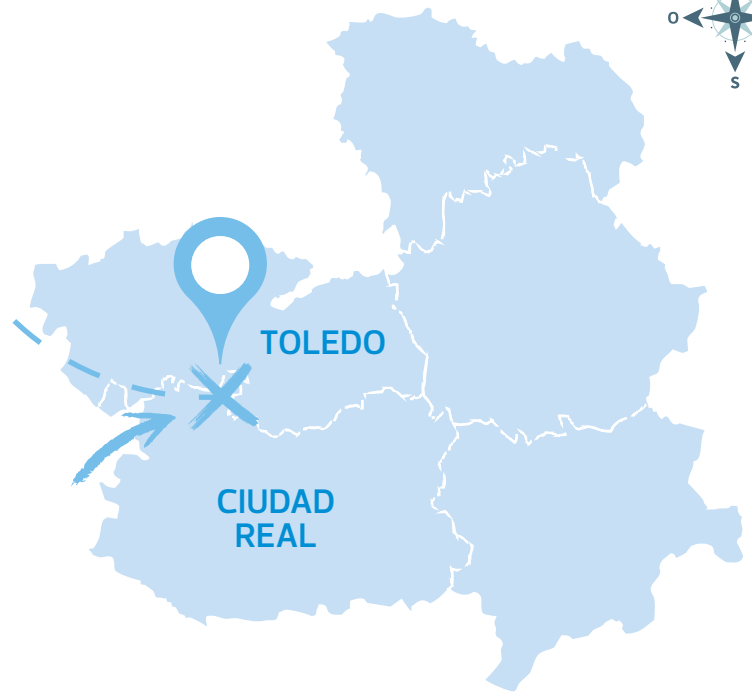
Pontos turísticos mais próximos: Toledo e Almagro (Ciudad Real).



Autocarros: de Ciudad Real até Pueblonuevo del Bullaque, Retuerta del Bullaque, Navas de Estena, Alcoba e Horcajo de los Montes. De Madrid há ligação a Pueblonuevo de Bullaque e a Los Navalucillos.



Acessos de carro: a partir de Ciudad Real, Toledo ou Talavera de la Reina.



INFORMAÇÃO DO PARQUE

- **SITE:** www.miteco.gob.es > Patrimonio > Red de Parques Nacionales > Nuestros parques (em castelhano, inglês e francês, entre outros); www.turismocastillalamancha.es > Naturaleza > Parque Nacional de Cabañeros (em castelhano e inglês).
- **E-MAIL:** usopublicocabaneros@oapn.es.
- **SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS:** Carretera Abenójar-Torrijos (Pueblo Nuevo del Bullaque – Ciudad Real). Tel. 0034-926 783 297.
- **INFORMAÇÃO DA REGIÃO:** www.diputoledo.es (em castelhano); turismo.toledo.es (em castelhano); www.turismociudadreal.com (em castelhano).

O Parque Nacional de Cabañeros está delimitado, a norte, pelas serras de Rocigalgo e Chorrito (Montes de Toledo); a sul, pela Serra de Miraflores; a leste, pelo Rio Bullaque; e a oeste, pelo Estena. Neste parque encontram-se fósseis com mais de 400 milhões de anos, na localidade de Navas de Estena, e o rasto fossilizado da mais antiga minhoca gigante descoberta até ao momento, no Boquerón de Estena. É uma paisagem de grandes contrastes, dividida em duas áreas: *raña* e serra. A *raña* é uma grande planície com cerca de 8000 hectares, no sudeste do parque. As serras, cobertas de florestas e mato, situam-se a norte, centro e oeste do parque. A rede de rios e riachos é formada pelos rios Estena e Bullaque, afluentes do Guadiana, e por algumas lagoas sazonais que surgem sobretudo no outono, depois da estação das chuvas, e normalmente secam na primavera.

Do século XIII ao século XIX, o território esteve nas mãos de importantes famílias nobres, que utilizaram a área como coutada de caça. Em 1988, esta área foi declarada Parque Natural de Cabañeros e, em 1995, Parque Nacional.



FLORA E FAUNA



O parque é um santuário para as aves, algumas em risco de extinção. Na *raña* encontram-se veados, javalis e raposas. E também aves das estepes, tais como a calhandra-real, a cotovia-montesina, a calhandrinha-comum, a abetarda ou a perdiz-vermelha, bem como águias-reais, águias-imperiais-ibéricas, águias-pequenas, águias-cobreiras, milhafres-pretos e milhafres-reais. A serra dá abrigo ao abutre-negro, que aqui estabeleceu uma das maiores colónias de reprodução do mundo. É também o *habitat* de carnívoros de porte médio, como o gato selvagem, a gineta, a fuinha, o saca-rabos ou o texugo, além do lince ibérico. Nas regiões mais altas, é possível ver cabras-montesas e veados. Nos rios e riachos da zona, encontramos peixes endémicos, tais como o saramugo, o bordalo ou a verdemã-comum, que partilham o espaço com anfíbios, como o tritão-ibérico ou a salamandra-comum.

Por outro lado, a flora está totalmente adaptada ao clima mediterrânico continental da zona. As árvores predominantes são a azinheira, o carvalho-português, o sobreiro e o carvalho-pardo. Também encontramos medronheiros e uma grande variedade de arbustos, como o rosmaninho, a urze ou a esteva. No fundo dos vales formam-se turfeiras, algumas com mais de quatro mil anos, cuja flora específica é composta, entre outros, pela murta, e algumas plantas carnívoras, como a dioneia. Com estas plantas convivem cerca de 550 espécies de líquenes, cuja riqueza se deve, sobretudo, à ausência de poluição ambiental.



A águia-imperial-ibérica é uma das aves de rapina mais raras do mundo e está em risco de extinção.



VISITAR O PARQUE

Neste parque, recomendamos uma visita aos seguintes locais:

- **Raña de Santiago.** É conhecida como o Serengeti espanhol, por se assemelhar à savana africana. Uma das grandes atrações, nos meses de setembro e outubro, é a época de acasalamento dos veados, que podem ser ouvidos e observados durante semanas, em diferentes alturas do dia. É também muito fácil observar abutres-negros e abutres-fouveiros, águias-pequenas, o tartaranhão-caçador, javalis e raposas.
- **Zoorama de Retuerta del Bullaque.** Exposição sobre os animais que vivem no parque. A entrada é gratuita.
- **Museu Etnográfico de Alcoba de los Montes.** Situa-se na estrada de Horcajo. Exibe uma mostra do modo de vida tradicional no parque.
- **Museu Etnográfico de Horcajo de los Montes.** Com uma produção de vinho de "pitarra", um vinho artesanal que já era produzido pelos romanos e fermenta em potes de barro (existe uma variante no Alentejo conhecida por "vinho de talha"), além de uma colmeia com abelhas vivas e um lagar de cera de 1880.

- **Pico Umbría.** A um quilómetro de Horcajo de los Montes (na estrada CM-4106, em direção a Alcoba). Para lá chegar, siga o trilho da Plaza de los Moros. Com 812 metros de altura, permite observar os Montes de Toledo e, com sorte, apreciar o voo de aves como a águia-real. Conta ainda com vestígios de um antigo povoado da Idade do Bronze.
- **Pico Rocigalgo.** Atinge os 1449 metros de altitude, o que faz dele o teto da provincia de Toledo. No cume, a vista é magnífica.
- **Observatório de Cegonhas.** Conta com uma importante colónia de cegonhas-brancas. Aqui podem ainda ver-se garças, na época da migração, e o acasalamento dos veados, no outono. Situa-se na estrada de Pueblonuevo del Bullaque para Santa Quiteria. A entrada é livre e gratuita.
- **Castelo de Prim.** É uma casa apalaçada do século XIX, situada em Retuerta del Bullaque, nos Montes de Toledo.
- **Ermida da Virgem de Guadalupe.** Fica a 1,5 quilómetros de Horcajo de los Montes e tem uma vista extraordinária. A fachada toma a forma de uma quilha invertida e está coberta por um lindo mosaico com a imagem da Virgem.
- **Hontanar.** Aldeia de uma enorme riqueza monumental, onde se destacam o Castelo e a Torre de Malamoneda. Existe também um sítio arqueológico.



TRILHOS PEDESTRES RECOMENDADOS

- **Trilho do Boquerón del Estena.** O trilho sai de Navas de Estena. Distância: 8 km, com percurso circular. Duração: 3h30. Dificuldade: baixa.
- **Trilho da Colada de Navalrincón.** Liga os centros de visitantes da Casa Palillos e da Torre de Abraham. Distância: 9,5 km (ida). Duração: 3 horas. Dificuldade: baixa.
- **Trilho da Plaza de los Moros.** Distância: 3,5 km (circular). Dificuldade: baixa.
- **Trilho da Serra de Castellar de los Bueyes.** Sai da localidade de Horcajo de los Montes. Distância: 5 km (ida e volta). Dificuldade: baixa.
- **Trilho de Viñuela.** Começa a 17 km de Horcajo de los Montes (estrada CM-4017, sentido Retuerta del Bullaque). Distância: 13 km. Duração: 3h15. Dificuldade: média.



© Estena, no trilho do Boquerón del Estena.

- **Trilho da Cañada Real.** Tem início a 17 km de Horcajo de los Montes (estrada CM-4017, em direção a Retuerta del Bullaque). Distância: 1,8 km (ida e volta). Duração: 50 minutos. Dificuldade: média-baixa.
- **Trilho de Valhondo.** Distância: 6,5 km. Duração: 4 horas. Dificuldade: média-baixa.
- **Trilho do Vale de Alcornocal.** Distância: 10 km (circular). Duração: 4 horas. Dificuldade: baixa.
- **Trilho Robledad-Alcornocal.** Distância: 5 km (circular). Duração: 2h30. Dificuldade: baixa. É uma variante do trilho do Vale de Alcornocal.

Para pessoas com mobilidade reduzida, existem dois percursos: o etnográfico e o botânico. Ambos partem do Centro de Visitantes da Casa Palillos e, durante um passeio de meia hora, permitem conhecer as plantas características do parque e os usos e costumes dos habitantes da região.



PERCURSOS GUIADOS

Existe a possibilidade de fazer vários percursos com um guia do parque. A pé e de jipe, a partir de várias localidades na região, a maioria com uma

duração aproximada de três horas. Há ainda um percurso que inclui a observação de aves, fotografia e passeios de jipe. Para saber mais sobre estes percursos, vá a www.reservasparquesnacionales.es.



OUTRAS ATIVIDADES

Outra atividade muito popular entre os visitantes do parque é o cicloturismo. Dos trilhos pedestres atrás mencionados, há dois que também podem fazer-se de bicicleta: o Trilho da Colada de Navalrincón e o Trilho da Serra de Castellar de los Bueyes. Ainda no parque e no vale do Rio Bullaque, nas proximidades, há muitas outras atividades disponíveis: canoagem, passeios a cavalo, tiro com arco, observação de aves e oficinas de atividades na natureza. Encontrará mais informações sobre estas atividades nos centros de visitantes.



INFRAESTRUTURAS DISPONÍVEIS

- **Centro de Visitantes de Horcajo de los Montes.** A exposição principal mostra os diversos ecossistemas do Parque Nacional de Cabañeros, além de dar a conhecer a cultura e as tradições da região. Existem salas de projeção, biblioteca, área de piqueniques, parques de estacionamento, etc. O centro está localizado na estrada CM-4017, a um quilómetro do centro urbano de Horcajo de los Montes (Ciudad Real).
- **Centro de Visitantes da Casa Palillos.** Muito recomendado para observar a fauna. Conta com um trilho botânico e outro etnográfico, ambos acessíveis a pessoas com mobilidade reduzida, além de um observatório a partir do qual podem ver-se diversos animais. Dispõe de parque de estacionamento, casas de banho e área de piqueniques. Acesso pela estrada CM-403, a cinco quilómetros de Pueblonuevo del Bullaque.
- **Centro de Interpretação Torre de Abraham.** Situado na estrada CM-403, junto ao pântano da Torre de Abraham e de um lindo miradouro, mostra-nos a fauna e a flora do parque. Conta com uma área de lazer e um trilho botânico de passadiços sobre o Rio Bullaque. Acessos para pessoas com mobilidade reduzida.
- **Centro de Informação de Navas de Estena.** Av. Montes de Toledo, 24 (Navas de Estena – Ciudad Real). Exibe uma pequena exposição histórica sobre o banditismo que existiu na região e sobre os valores naturais das redondezas.

- **Área de Lazer de Acebo.** Situada no limite natural do parque, no município de Navas de Estena. É aqui que começa o trilho Boquerón do Rio Estena. Tem uma área de lazer com mesas e parque de estacionamento e o acesso é livre e gratuito.

ONDE COMER E DORMIR?

No parque não há alojamentos, mas nos arredores há casas rurais, principalmente, e também parques de campismo e pequenos hotéis.

O parque está situado numa das principais áreas de prática cinegética em Espanha. Por isso, os pratos de caça assumem o protagonismo, destacando-se as carnes de veado, gamo, javali, lebre, coelho ou perdiz. Também pode apreciar-se o borrego com denominação de origem. Outros pratos típicos dos restaurantes da região são as migas, as papas de chicharro e o gaspacho manchego (denominado gallano por Cervantes, em *Dom Quixote*), tudo acompanhado pelos vinhos de denominações de origem La Mancha ou Valdepeñas.



Parte de Cabañeros quase se transformou em campo de tiro

Dez dias depois de ser declarado o Parque Nacional de Cabañeros, em 1995, foi publicado o Real Decreto que classificava o município vizinho de Anchuras como Zona de Interesse para a Defesa Nacional e pretendia criar na região um campo de tiro e de manobras do exército. Graças à resoluta intervenção dos habitantes e de várias associações ecologistas, conseguiu-se a anulação deste decreto.

