



# MONTAÑAS DEL TELENO Y LA CEPEDA




CONSORCIO PROVINCIAL  
DE TURISMO  
[www.turisleon.com](http://www.turisleon.com)

# LEÓN





**Edita:**  
CONSORCIO PROVINCIAL DE TURISMO DE LEÓN

**Diseño y maquetación:**  
MUNDOIMPRESIÓN 236, S.L. 

*Colaboración contenidos, textos y fotografías*

 Tomero y Romillo S.L.  
*Gelu Belinchón y Rodrigo Castaño*

Depósito Legal: DL LE 494-2015

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización expresa y por escrito del Consorcio Provincial de Turismo de León. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts.270 y siguientes del Código Penal).



MONTAÑAS DEL TEÑENO  
Y LA CEPEDA  
LEÓN



CONSORCIO PROVINCIAL  
DE TURISMO



EL TERRITORIO pag. **05**



PATRIMONIO NATURAL pag. **11**

El patrimonio natural  
Bosques y árboles singulares  
La presencia de los hielos cuaternarios  
Los Espacios Naturales Protegidos



PATRIMONIO CULTURAL pag. **21**

Patrimonio histórico artístico  
Conjuntos históricos  
Villas Históricas del Reino de León  
Arquitectura popular  
Ferias y fiestas



RUTAS EN COCHE pag. **37**

RUTA1- Por La Cepeda  
RUTA2- Por La Maragatería  
RUTA3- Por el valle del Duerna  
RUTA4- Astorga-La Bañeza - Alija del Infantado  
RUTA5- Por el valle del Eria  
Ruta6- Por La Cabrera

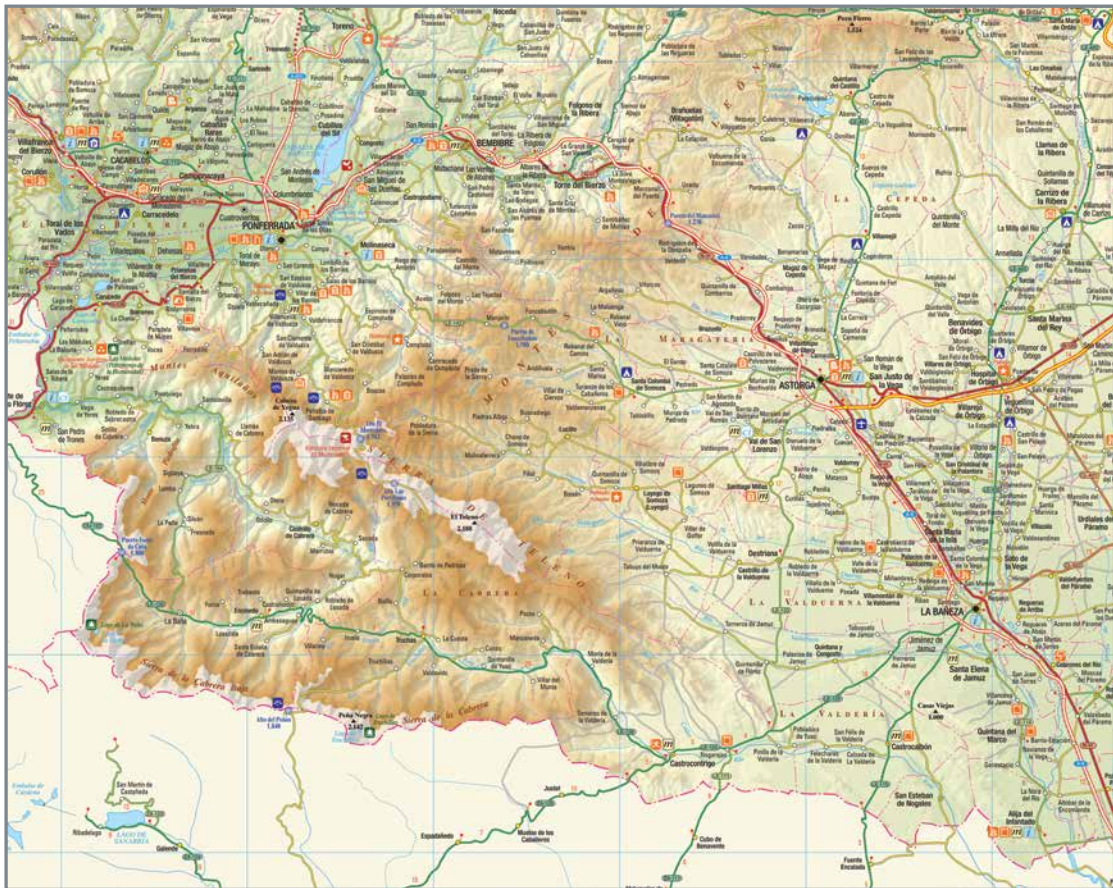


OTROS RECURSOS TURÍSTICOS pag. **59**

Museos y centros de Interpretación  
Gastronomía  
Artesanía  
Otros recursos  
Contactos de Interés







## LEYENDA



Oficina de Turismo  
 Centro de Interpretación  
 Museo  
 Hospital  
 Aeropuerto  
 Aeródromo  
 Parador



Balneario  
 Vista pintoresca  
 Camping  
 Conjunto Histórico  
 Iglesia o Santuario  
 Ermita  
 Monasterio

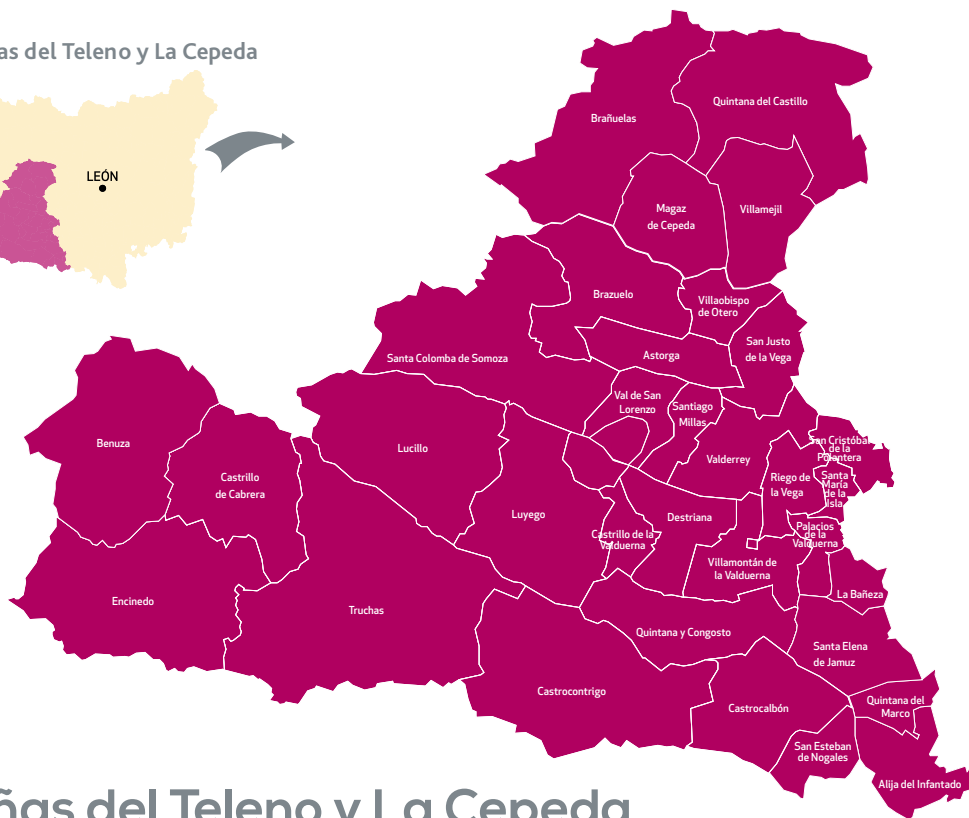


Castillo o Torre  
 Recinto amurallado  
 Palacio  
 Yacimiento Arqueológico  
 Pintura Rupestre  
 Castro  
 Cueva



Hórreo  
 Otros lugares de interés  
 Golf  
 Estación invernal  
 Espacio Natural Protegido  
 Monumento Natural

## Montañas del Teleno y La Cepeda



# Montañas del Teleno y La Cepeda

Montañas del Teleno y La Cepeda es un territorio variado y complejo, pues agrupa comarcas muy diversas. Flanqueado por los Montes Aquilanos, los Montes de León o la sierra de La Cabrera, los tonos apagados y discretos de sus rocas pardas se vuelven amarillos y frescos cuando, en primavera, la nieve da paso a una intensa floración. Tierra

de profundos contrastes, las montañas se suceden en extensas vegas fluviales que definen un paisaje llano, mesetario y agrícola, donde la historia se pierde en la memoria de los hombres.

Varios ríos dan estructura al territorio; el Tuerto, el Turienzo, el Duerna, el Jamuz, el Eria o el Cabrera avenan las





comarcas naturales que conforman la región: La Cepeda, La Maragatería, La Valduerna, el valle del Jamuz, La Valdería y La Cabrera, a las que hay que añadir las llanuras de la vega del Órbigo.

La singularidad de esta tierra es innegable. Su marcado carácter mediterráneo la diferencia de otras comarcas leonesas y constituye un polo de diversidad natural no siempre reconocido. Extensos bosques de encina, roble y sobre





todo pinos, son protagonistas de la vegetación; a ellos se suman extensas bandas de matorral y zonas de cultivo en seco, ahora parcialmente abandonadas, que conforman una estepa agraria de enorme valor ambiental, incorporada a la Red Natura 2000.

Pero si un rasgo define este territorio, es el amplísimo patrimonio cultural que atesora. No hay pueblo que no ofrezca una casa, una cerca, una torre, una ermita, un pala-

cio, un yacimiento... que en sí mismos, ya justifican una visita, en especial para esos viajeros capaces de disfrutar de los más



## Pobladura de la Sierra



insignificantes detalles escondidos entre las piedras. Un relevante patrimonio que tiene su máxima expresión en la cultura popular, en un inigualable patrimonio etnográfico, que se manifiesta en una romería, en ese singular baile de paloteo, en la cubierta de centeno de un molino, en aquella leyenda o en la mejor forma de obtener de la tierra los dones que tan celosamente guarda.

Robledal en Morla de la Valdería





PATRIMONIO NATURAL 11



Valles y alta montaña, lomas desgastadas y amplias vegas fluviales, tierras rojas donde los romanos buscaron oro hace varios siglos, bosques, riberas y estepas agrarias, conforman un territorio dispar, vigilado en casi toda su extensión por la cumbre del Teleno, la mítica montaña donde moraban las ancestrales deidades de los antiguos pobladores prerromanos de estos valles.

Las cadenas montañosas y los amplios valles trazados por los ríos que estructuran el territorio, son elementos definitorios del paisaje de Montañas del Teleno y La Cepeda. Los Montes Aquilanos y los Montes de León perfilan sendos cordales de notable altitud (muchas de sus cumbres rondan los 2.000 metros) donde, aunque a simple vista no lo parezca, son muy evidentes las huellas dejadas



terráneo, con amplios contrastes térmicos estacionales y una marcada sequía estival. Su manifestación más perceptible es la distribución de la vegetación de las distintas comarcas, condicionada además, a nivel local, por las diferencias altitudinales y de orientación.

Estos factores, junto al carácter ácido de sus suelos de pizarras, cuarcitas y grandes depósitos originados por ingentes avenidas fluviales caecidas hace millones de años, generan una sucesión de sistemas naturales de indudable valor ambiental y unos paisajes que muchas veces sorprenden al viajero, tanto por inesperados, como por su sosegada belleza. En ellos, además de unos privilegiados recursos naturales, subyace la milenaria acción del hombre, que se aprecia en cada rincón de Montañas del Teleno y La Cepeda.

por el hielo durante las últimas glaciaciones cuaternarias. Otro tanto ocurre en La Cabrera, con magníficos ejemplos de lagos glaciares.

La red hidrográfica vierte en su mayoría al Duero; sus ríos, antes o después, terminan por ceder sus aguas al Órbigo y con ello, al Esla. Sólo el Cabrera es tributario del Sil.

Un factor es común a todo el territorio: su clima medi-



# Bosques y árboles singulares

Los bosques son uno de los más destacados sistemas naturales de Montañas del Teleno. Nombres como Nogar, Encinedo, Robledo o Saceda refieren la importancia que estas masas arboladas han tenido para el hombre, de las que obtenía numerosos recursos: caza, madera, leña, setas, frutos, plantas aromáticas y medicinales...

En la actualidad, su distribución debe ser bien distinta a la que tuvieron en el pasado, aunque su presencia responde a las mismas querencias ecológicas de las especies que predominan en cada formación. Todos los bosques tienen una clara influencia mediterránea: **encinares** y **quejigares** ocupan las llanuras más despejadas y soleadas, mientras que las laderas montaraces están pobladas por robledales de roble melojo o rebollo. Puntualmente aparecen algunas singularidades, como es el caso del **alcornocal de Santalavilla**, considerado el más noroccidental de Europa, un tipo de bosque estrictamente mediterráneo que cuenta con una exigua representación en León. Acantonados en la ladera, sobreviven algunos ejemplares de alcornoque de buen porte, fáciles de distinguir de las encinas por su característica corteza, el corcho.

Los encinares ofrecen diferentes aspectos; los más montaraces, como en La Cabrera, conforman masas densas,



Robledal en Foncebádón

Corzo



impenetrables, mientras que en las llanuras son bosques más abiertos, incluso adeshados, con encinas dispersas que permitían el aprovechamiento agrícola bajo ellas. Buscan orientaciones soleadas, de escasa altitud y suelos secos. En cuanto la altitud aumenta y el suelo se desarrolla, la encina (*Quercus ilex*) es sustituida por el roble melojo o rebollo (*Quercus pyrenaica*).

Los **bosques de roble** están presentes en todas las comarcas del Teleno, y posiblemente sean, junto a los pinares, el tipo de bosque más abundante. Aunque hay buenos robledales, con pies grandes y maduros, de distintas edades, la mayoría de estos bosques ha soportado centurias de hacha y fuego, por lo que están muy alterados. En la actualidad ocupan extensiones importantes en La Cepeda, La Maragatería y buena parte de las cuencas medias y altas de los grandes ríos, donde la despoblación favorece su recuperación. Robledales de interés, ambos en el municipio de Santa Colomba de Somoza, son el de Villar de Ciervos y el de Foncebádón, una magnífica mancha que se extiende desde el pueblo hacia el arroyo de La Molina.



Encinar en Nogar



Hay **sotos de castaño** dispersos por todo el territorio, pues fueron favorecidos por el hombre, que obtenía de ellos, además de sus nutritivos frutos, las castañas, una madera de extraordinaria calidad.

Los **pinares** ocupan una extensa superficie en comarcas como La Cepeda, La Maragatería o el valle del Eria. Manchas destacables son los pinares de Villameca y Brañuelas, los de Brazuelo, Tabuyo del Monte, Nogarejas y Castrocontrigo. Siempre han sido fuente de riqueza para sus habitantes; antaño gracias a la resina, actividad que poco a poco se está recuperando; ahora por la micología, la biomasa y el turismo de naturaleza, actividades que ofrecen nuevas posibilidades de futuro a comarcas donde la despoblación y el envejecimiento constituyen una barrera para cualquier iniciativa de desarrollo rural.

Todos estos pinares son repoblaciones antiguas, por lo que hoy constituyen masas perfectamente naturalizadas, sometidas a un intenso manejo forestal. Predomina en ellas el pino negral o resinero, una especie resistente, de crecimiento rápido, que prefiere suelos ácidos y arenosos y soporta bien los recurrentes incendios.

Los **bosques de ribera** acompañan a los ríos y protegen

Lago de La Baña



Cascada de la Fervencia en Foncebadón



sus orillas en las crecidas. Se identifican bien por su aspecto lineal y la presencia de alisos y sauces junto al cauce. Muy castigados por el hombre por ocupar las mejores tierras agrarias, se conservan magníficas riberas en Pombriego, en el municipio de Benuza, junto al río Cabrera, al igual





que en el río Eria en su tramo entre Torneros y Morla de la Valdería. El abandono del medio rural ha propiciado que mucho del espacio antaño ocupado por riberas, haya sido sustituido por cultivos de chopo, que en otoño tintan de ocre el paisaje y dan nueva rentabilidad a tierras de otra forma baldías.

Además del alcornocal otras dos singularidades botánicas por su rareza son **abedul de Truchillas** y del **acebal de Foncebadón**, ambos más propios de zonas atlánticas, que optimizan aquí unas mínimas condiciones favorables para prosperar.

Hay varios **árboles singulares** en el territorio; sería imposible mencionarlos todos, pero por su accesibilidad,

merecen una visita los tejos milenarios de la ermita de Noceda de Cabrera y de Odollo, así como los imponentes castaños de Benuza, Morla de la Valdería y Priaranza.

También merece acercarse a **cascaídas** como La Fervencia, cerca de Foncebadón, el Fervón del Diablo en Filiel y la de Aguas Altas en Tabuyo del Monte.



Castaño de Morla



Pinares de Tabuyo del Monte



# La presencia de los hielos cuaternarios

Lago de Truchillas



La presencia de los hielos cuaternarios se hace visible en varios enclaves de Montañas del Teleno ubicados por lo general a cierta altitud. Se trata de enclaves de alto valor no solo geológico, también biológico, al albergar especies de flora y fauna muy especializadas, propias de ambientes muy particulares.

Los glaciares ocuparon buena parte de estas montañas durante el Cuaternario, aunque el avance y retroceso del hielo se fue sucediendo durante varias decenas de miles de años. Durante los periodos más fríos (glaciares), la nieve se acumulaba en circos en la cumbre de las montañas, donde su propio peso hacía que se compactara hasta formar grandes masas de hielo que se desplazaban por gravedad arrastrando consigo parte de los materiales que encontraban en su avance. Estas lenguas glaciares erosionaron las zonas por donde fueron avanzando y, cuando el hielo remitió (en los periodos interglaciares), quedaron al descubiertos imponentes valles de fondo plano. Los materiales arrastrados por el glaciar quedaron depositados en forma de grandes acúmulos de rocas angulosas: las morrenas.

En la actualidad, las evidencias de este pasado helado se pueden ver en varios puntos de la Sierra de La Cabrera y en el

conjunto de cumbres que circundan el Teleno.

Magníficos ejemplos de lagos de origen glaciar son los de La Baña y de Truchillas, en los municipios cabreirenses de Encinedo y Truchas respectivamente. Aunque no son accesibles en coche, bien merecen una excursión para poder apreciar sus magníficos paisajes; sus circos rodeados de abruptos acantilados rocosos, los depósitos de morrena que, al cerrar las cuencas, favorecieron el embalsamiento de agua hasta formar los lagos, y los amplios valles que ahora se contemplan.

Pequeños bosquetes de abedul, serbal y acebo dan cobijo a una variada fauna que, en muchos casos, prefiere las extensas bandas de matorral de brezo y arándano que pueblan estas laderas. Es el caso de la perdiz pardilla o la lagartija serrana, un especialista de estos ambientes subalpinos. Las turberas y llamargas, siempre con agua, atraen a numerosos anfibios que allí depositan sus huevos, como la salamandra común, los sapos común y corredor o el tritón jaspeado. La trucha prospera en estas frías aguas y en los otros campea tranquilo el lobo, mientras en el cielo, el águila real prospecta sus territorios de caza en busca de presas. El hombre supo aprovechar la genciana de los pastos altos para aliviar sus dolencias gástricas.





Todos estos valores geológicos, geomorfológicos, biológicos y paisajísticos han hecho merecedores a los lagos de La Baña y de Truchillas de su declaración como Monumento Natural.

El cordal del Teleno ofrece también un interesante conjunto de evidencias glaciares, más patentes en su vertiente norte. Las vistas son insuperables; valles como el del Caballo Grande encauzan arroyos que se precipitan casi en vertical hacia las cabeceras del Duerna. Antiguos circos y cubetas glaciares alojan ahora lagunas y turberas como la Laguna Grande, refugio para no pocas especies animales.

Laguna Grande



Campos de cultivo. Tierras de Jamuz



# Los Espacios Naturales Protegidos

Además de los **Monumentos Naturales** del lago de La Baña y del lago de Truchillas, Montañas del Teleno aporta una importante superficie a la Red Natura 2000, la red europea de conservación. Como **LIC**, Lugar de Importancia Comunitaria, están incluidos los Montes Aquilanos y Sierra del Teleno, la Sierra de La Cabrera y las Riberas del Órbigo y sus afluentes. Se trata de enclaves con ecosistemas rele-

vantes en el ámbito europeo, que albergan una interesante biodiversidad.

Como **ZEPA**, Zona de Especial Protección para las Aves, se incluyen los Montes Aquilanos, refugio de grandes rapaces como el águila real o el halcón peregrino y de otras aves adaptadas a la vida en los riscos como el roquero rojo. La ZEPA Valdería-Jamuz, es un enclave muy significativo donde



## Embalse de La Tabla en Jiménez de Jamuz



abundan tierras de secano, en muchos casos semibandonadas, hábitat óptimo para la reproducción de algunas aves esteparias como el sisón, el alcaraván o el aguilucho cenizo. Se trata de un mosaico de ambientes estepario-cerealistas único en Europa por su rareza.

Incluido en el territorio de la ZEPA Valdería-Jamuz está el embalse de La Tabla, que acoge una nutrida comunidad de aves acuáticas fáciles de observar gracias al observatorio habilitado por el municipio de Santa Elena de Jamuz.





PATRIMONIO CULTURAL

# Patrimonio histórico artístico

La gran diversidad del territorio de Montañas del Teleno y La Cepeda se percibe también en sus diferentes manifestaciones culturales que, casi en cada valle, en cada pueblo, tienen una expresión singular. Se trata tanto de bienes materiales (torres, iglesias, yacimientos arqueológicos, etc.), como inmateriales, manifestación de una cultura popular que en su indumentaria, su habla, sus fiestas, sus danzas, sus leyendas o sus juegos, tiene su verdadera seña de identidad.

## EL PATRIMONIO ARQUEOLÓGICO

El poblamiento de la zona es antiguo, como se pone de manifiesto en los grabados y pinturas rupestres encontrados en abrigos rocosos de Morla de la Valdería, entre los que destacan las **pinturas rupestres de la Peña del Pozo Recebros**, declaradas BIC. Se trata de unas representaciones esquemáticas de figuras humanas en tonos ocres y rojos, sobre las que aparecen unos símbolos entre los que se reconocería un sol.

La transición del Neolítico al Bronce, se manifiesta en los **petroglifos**, esas grandes piedras grabadas con símbolos, cazoletas o laberintos, cuyo significado aún se desconoce,



Petroglifos



pero que evidencian la presencia en la zona de grupos humanos conscientes del entorno en que vivían.

El **Ídolo de Tabuyo** es una pieza única en la cultura leonesa. Aunque el original está depositado en el Museo de León, junto a la iglesia de Tabuyo del Monte se puede visitar una réplica. Datado del Bronce antiguo, es una laja de piedra rectangular que parece representar a un guerrero con su armamento, un hacha y una pequeña espada.

De la época anterior a la dominación romana del territorio se tiene constancia gracias a numerosos castros que salpican todas las comarcas. Algunos fueron ocupados por grupos prerromanos, como los amacos, en el entorno de Astorga, o los orniacos en el valle del Duerna, ambos pertenecientes al pueblo de los astures.

Aunque la mayoría están sin excavar, hay evidencias castrenses en Astorga, Castroalbón, Destriana, Luyego, Santa Colomba de Somoza, Priaranza de la Valduerna, Manzaneda de Cabrera, Truchas, Villalís o Quintana y Congosto, entre otras localidades.

Bien estudiados están la **Corona de Corporales**, datado del siglo I a. de C., un poblado fortificado, con un gran foso excavado en la roca, que contaba con 17 construcciones que se disponían en función del terreno; o la **Corona de Quintanilla**, cerca de Luyego, que en época romana fue un poblado



Minería romana. Filiel

Canal de Llamas de Cabrera



minero con varias construcciones de pequeñas dimensiones, rodeado por un foso que, además de servir como defensa, se empleaba como canal de agua para las explotaciones auríferas del entorno.

Pero el mejor conjunto arqueológico del territorio, de incalculable valor, se vincula a las **explotaciones auríferas romanas**, que deben ser consideradas en su conjunto, es decir, no solo como minas aisladas, sino como un amplio entramado de canales, depósitos de agua, caminos, campamentos militares y civiles y otras infraestructuras que Roma necesitó para ejercer su control sobre el territorio.

La magnitud del laboreo efectuado en el Teleno y en La Cepeda es impresionante; el peso de los trabajos mineros recaía en la población indígena, no solo en esclavos como se piensa, por lo que los castros poco a poco se fueron especializando para abastecer de alimentos, herramientas, textiles,

Corona de Corporales



metales, etc., a las explotaciones. Hoy, ese ingente laboreo se percibe en forma de cárcavas rojizas entre la vegetación, como las existentes en La Veguellina, Filiel, Boisán, Molinaferrera, Chana de Somoza, Priaranza de la Valduerna o Luyego de Somoza, donde la mina conocida como "Fucochico" permite apreciar cómo se produjo el aprovechamiento.

También es visible en el paisaje el trazado de los canales que permitieron conducir el agua desde cualquier punto de las montañas hasta las minas. El conjunto de canales más impresionante se conserva en La Cabrera, que abastecía a la gran mina de Las Médulas.

Roma impuso el control del territorio gracias a una amplia red de torres defensivas, calzadas y puentes que sentaron las bases de los sistemas posteriores de comunicación y defensa. La Vía de la Plata, con puentes como el de La Vizana o el de Valimbre, tiene su origen en esa época.



Puente Valimbre



## TORRES, CASTILLOS, FORTALEZAS Y PALACIOS

Numerosas torres y fortalezas jalonan el territorio, con origen en épocas y circunstancias distintas y en un estado de conservación muy desigual. Posiblemente Astorga, con su muralla de los siglos III y IV sea la plaza más antigua y de mayor entidad, aunque ha sufrido sucesivas reformas hasta la actualidad. Medievales son los restos del **castillo de Peña Ramiro** en Valdavidio (Truchas), que se adaptan de forma increíble a las peñas donde se ubica; de planta triangular, conserva parte de dos torres. También de esa época es el **castillo de Nogarejas**, apenas unos muros sobre una peña que permiten intuir la gran fortaleza que debió ser y su estratégica ubicación en el valle del Eria.



Nogarejas

Uno de los mejor conservados es el **Torreón de los Osorios**, situado en Turienzo de los Caballeros. Propiedad de la poderosa familia de los Osorio, señores de Astorga, formaba parte de un gran castillo construido en el siglo XV; solo se conserva la torre de planta rectangular y cuatro alturas, con pequeñas ventanas en el muro y, sobre la puerta, un escudo donde se representan dos lobos.

En **Laguna de Somoza**, se conserva una torre conocida popularmente como el Molino; su planta circular de piedra parece corresponder a la base de un antiguo molino de viento, una de las pocas evidencias de estos funcionales artillugios. Para otros autores, la torre se integraría en una



Turienzo de los Caballeros



gran mansión que el señor de Laguna mandó levantar cuando adquirió el señorío.

El **castillo de los Bazán**, en Palacios de La Valduerna, es otra gran construcción del siglo XV de los señores de La Valduerna. De planta trapezoidal, tenía torres en tres de sus esquinas, ahora derruidas, y en la cuarta, la torre del homenaje, que permanece en pie junto a un paño de la muralla.

También se conserva la **torre de Fresno de La Valduerna**, ahora solitaria entre los campos de cultivo del llano de Los Villares. Se desconoce su origen y, a pesar de que la tradición la vincula con una vieja fortaleza árabe, para otros autores es la torre de la iglesia de un despoblado, La Vega, abandonado tras unas pestes.



Laguna de Somoza

A la poderosa familia de los Quiñones perteneció el **castillo de Villanueva de Jamuz**. Datado en el siglo XV, todavía exhibe los escudos de armas de sus constructores. Destaca la torre del homenaje, cuadrada, y tres cubos circulares, con una sólida muralla de mampostería hacia el exterior y de tapial en su interior. En él vivió Don Suero de Quiñones, conocido por sus justas del Paso Honroso.



## Palacios de La Valduerna



Más al sur, en un altozano conocido como El Castro, a duras penas se mantiene en pie el **castillo de Castrocalbón**. Debió ser un gran palacio fortaleza, del que quedan una de las puertas de acceso, una torre y el aljibe.

También propiedad de los Quiñones es el **castillo de Quintana del Marco**. Reconstruido en el siglo XV, está bien conservado, con gran parte de su estructura de tapial y torres y defensas de mampostería.

Otra imponente fortaleza junto a la Vía de la Plata es el **castillo de Alija del Infantado**, vinculado a los Pimentel y al linaje de los duques del Infantado. La construcción actual data de finales del siglo XV o principios del XVI, aunque

en el interior conserva algunas evidencias de un palacio anterior, del siglo XIII, que perteneció a la familia de los Ponce. Perfectamente integrado en la villa, es una gran fortaleza amurallada, que contaba con 13 torres, cubos en las esquinas y una gran puerta con arco de medio punto.

La única casona-fortaleza que se conserva en La Cepeda es el **Palacio de los Pernía**, en Otero de Escarpizo. Matriz de un antiguo señorío, fue mandado construir en el siglo XVI por la familia Álvarez de Escarpizo, luego emparentada con los Pernía.



Castrocalbón



Fresno de La Valduerna



Quintana del Marco



Otero de Escarpizo





## IGLESIAS, ERMITAS Y MONASTERIOS

Muy relevante es también el patrimonio religioso rural de Montañas del Teleno y La Cepeda; tanto, que resulta imposible referirlo aquí en detalle. Sin embargo, por su interés artístico, se pueden destacar algunas de sus iglesias.

Una de las más interesantes de la Somoza, al pie del Camino Francés a Compostela, es la **iglesia de Santa María de la Asunción**, en Rabanal del Camino. De traza románica del siglo XII,

de la primitiva fábrica apenas se conserva la cabecera, que se percibe en el exterior por su ábside semicircular y en el interior por la primitiva arquería aparecida al retirar los retablos barrocos.

En Alija del Infantado la **iglesia de San Esteban** da cuenta de la importancia de la villa. Se trata de un espléndido templo con evidencias de los siglos XIII a XVI,



Iglesia de Santa María. Rabanal del Camino



que la tradición vincula con una fundación templaria. En el interior sobresa le su magnífica armadura mudéjar del siglo XV, profusamente decorada con distintas figuras y motivos, así como el retablo mayor de madera policromada y una talla de san Bartolomé que se atribuye a Gaspar Becerra.

En La Cepeda, junto al puerto de Manzanal, se conservan los restos del desaparecido **monasterio de San Juan de Montealegre**. En la actualidad solo se mantiene el ábside románico de la iglesia, suficiente para imaginar el magnífico edificio en que se integraba.

Un punto mítico en el territorio, casi tanto como el propio monte Teleno, es la **Cruz de Ferro**, que se yergue como un sencillo crucero en el puerto de Foncebadón. En su base, los peregrinos han ido depositando año tras año, una piedra, como símbolo de sus anhelos y esperanzas. Pero quizá sea simplemente la pervivencia de la antigua tradición pagana de depositar piedras en pequeños montículos en puntos estratégicos de los caminos, conocidos como "montes de mercurio", para buscar protección frente a los espíritus que vagaban errantes por los caminos y que luego sería cristianizada al añadir una cruz.



# Conjuntos Históricos

## CASTRILLO DE LOS POLVAZARES



Castrillo de los Polvazares

Uno de los pueblos más conocidos de La Maragatería es Castrillo de los Polvazares, que conserva su estructura tradicional, vertebrada por la calle Real. A sus calles amplias y empedradas asoman las tradicionales casas arrieras maragatas, de grandes portones y amplios patios interiores. Construidas en piedra, sus tonos dorados y rojizos enfatizan los muros y contrastan con los añiles y verdes de puertas y ventanas.

A la entrada del pueblo, el viejo crucero recuerda su ubica-



Castrillo de los Polvazares

ción junto al camino a Compostela. El estado de conservación del conjunto, su distribución equilibrada y la forma en que refleja la vida tradicional de sus moradores, basada en la arriería, le convierten en uno de los mejores ejemplos de arquitectura tradicional maragata.

En la actualidad, Castrillo integra una amplia oferta turística que atiende a los numerosos visitantes que recibe. Entre sus propuestas no faltan la deliciosa cecina o el contundente cocido maragato.

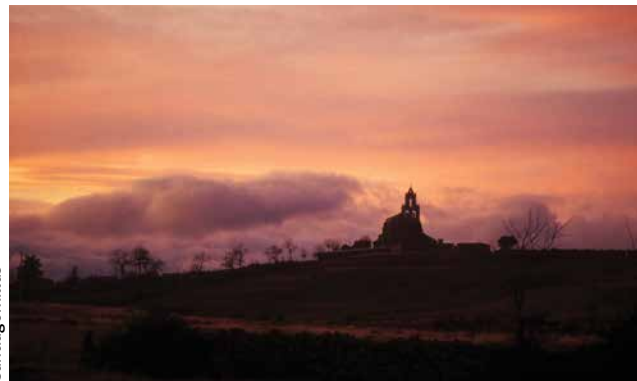
Casona del Maragato Cordero

## SANTIAGOMILLAS

En las llanuras entre Astorga y el valle del Duerna, Santiagomillas es otro de esos pueblos maragatos que han sabido mantener su sabor tradicional. La lujosa casona del afamado "maragato Cordero" y el museo de la Arriería, ubicado en la antigua escuela, han servido para revitalizar una localidad que, por su arquitectura tradicional, su iglesia, su torre, su espléndida fuente y el estado de conservación del conjunto han merecido ser declarados Conjunto Histórico Artístico.



Santiagomillas



# Villas Históricas del Reino de León

## ASTORGA

La bimilenaria ciudad de Astorga es, por su pasado, su historia, su conjunto monumental y urbanístico, el referente urbano y cultural de Montañas del Teleno.

Conserva múltiples evidencias romanas que conforman un conjunto arqueológico único. En la Ergástula se ha instalado el Museo Romano, cuya visita se complementa con la "ruta romana" por varios yacimientos del casco urbano, como las cloacas, las termas, la *domus* del mosaico con aves y un oso, o el foso campamental, que permiten imaginar la estructura y evolución de la ciudad que Plinio describió como *urbs magnifica*.

Mantiene, al menos en parte, sus murallas de época tardo-romana, que conforman con la catedral de Santa María y el Palacio Episcopal, obra del arquitecto Antonio Gaudí, uno de los conjuntos más visitados. La catedral se levanta sobre edificios anteriores románicos y prerrománicos. De estilo gótico, su construcción se inició a finales del siglo XV, aunque en

Mosaico romano



Domus del mosaico



sus naves, capillas o fachada se superponen estilos sucesivos. El museo Diocesano custodia valiosas piezas procedentes de toda la diócesis, además de la arqueta de San Genadio y esencieros árabes. El Palacio Episcopal acoge el renombrado museo de Los Caminos, que reúne piezas de escultura, pintura y orfebrería de distintas épocas, así como numerosos objetos vinculados con las peregrinaciones jacobeanas.

En distintos emplazamientos se conservan otras iglesias medievales, como el santuario de Fátima, la iglesia de San Bartolomé o el hospital de las Cinco Llagas, vinculado al camino de Santiago. El jardín de la Sinagoga recuerda ese tiempo en que la villa contaba con una nutrida judería. También son de interés la Capilla de la Vera Cruz, la Iglesia de San Francisco, el convento de los Redentoristas y el Seminario Mayor de estilo herreriano.

Señorío de los Osorio, marqueses de Astorga, la ciudad vivió momentos difíciles durante la Guerra de la Independencia, al levantarse contra los franceses en 1808; la plaza fue tomada y no fue definitivamente liberada hasta 1812. Ahora, una recreación histórica rememora aquellos hechos con un vistoso despliegue de uniformes y armas de tiempos napoleónicos.

El siglo XIX y las primeras décadas del XX fueron momentos de prosperidad para la ciudad; la llegada del ferrocarril



Capitel. Santuario de Fátima



Palacio Episcopal y muralla



y la pujanza industrial, en especial del chocolate, favorecieron la renovación urbana; de esta época se conserva un interesante conjunto de casas modernistas como la Casa Granell, situada junto a la Puerta del Rey.

No debe dejarse de visitarse la Plaza Mayor, con sus soportales, donde sigue celebrándose mercado. Se piensa que ocupa el emplazamiento del antiguo foro romano.

Tampoco el Ayuntamiento, del siglo XVII, uno de los más relevantes ejemplos de arquitectura civil barroca de León, con su curioso reloj presidido por los tradicionales maragatos.



Ayuntamiento

## LA BAÑEZA

Ayuntamiento e iglesia de Santa María



Núcleo urbano comarcal, La Bañeza siempre tuvo vocación agraria y una dinámica actividad comercial. Cuenta con un dilatado conjunto de edificios modernistas, que tienen en la Plaza Mayor o en las calles Astorga, Vía de la Plata, del Reloj o Juan de Mansilla, algunos de sus mejores ejemplos, sin olvidar la vieja Fábrica de Harinas, el teatro Pérez Alonso y el propio Ayuntamiento. Se trata de edificios de varias plantas decorados con balcones y miradores profusamente decorados con guirnaldas, pilastras o elementos de hierro forjado.

Casas modernistas



Iglesia de San Salvador



Reflejan la pujanza comercial de principios del siglo XX.

Relevante es la iglesia de Santa María, patrocinada en el siglo XVI por los Bazán; custodia un retablo renacentista del escultor local Francisco de Rivera y una Piedad atribuida a Gregorio Fernández. La iglesia de San Salvador se vincula con el origen mozárabe de la localidad; destruida y reconstruida en diversas ocasiones, contaba con un hospital de peregrinos. Las capillas de Jesús Nazareno y de Nuestra Señora de las Angustias y Soledad custodian varios pasos procesionales, que han dado fama a la Semana Santa bañezana.

La plaza mayor porticada, la fachada neomudéjar del cementerio, la capilla de la Vera Cruz o el puente del hierro son otros enclaves que no deben dejar de visitarse, así como los museos que ofrecen distintos aspectos de la vida tradicional de la comarca, sus producciones y sus gentes. Y antes de marchar, hay que probar unas ancas de rana y alguno de los dulces típicos como los imperiales, que han hecho de La Bañeza un referente de la repostería leonesa.

Castillo



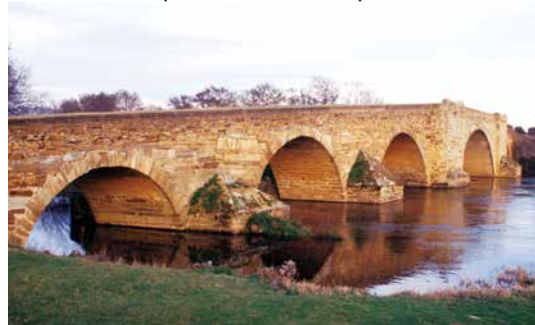
Pero en la villa destaca, sobre todo, su castillo-palacio, una gran fortaleza amurallada, con torres y cubos en las esquinas, vinculado al linaje de los Pimentel y a los Duques del Infantado. La construcción actual

es del siglo XV o principios del XVI, aunque en su interior, el palacio de los Ponce, sobre el que fue levantado, es del siglo XIII.

La ermita del Cristo, de traza románica popular y considerables dimensiones, custodia la venerada imagen del Cristo de la Vera Cruz.

Son también de interés la Cruz del Peregrino, que rememora el pasado hospitalario de la villa, que contó hasta con cuatro hospitales; varias fuentes con propiedades medicinales y algunos ejemplos de arquitectura popular, como casas y bodegas.

Muy interesante es la celebración del *antrujeo*, un tradicional carnaval, donde cada año se interpreta el ritual del *Jurru*, símbolo del mal, que termina derrotado por el bien.



Puente de La Vizana

## ALIJA DEL INFANTADO

Alija del Infantado se asienta junto a la Vía de La Plata, cerca del hermoso puente de La Vizana que, con sus cinco arcos, desde siempre permitió franquear el río Órbigo.

El amplio caserío se articula alrededor de los viejos soportales de la plaza Mayor. Cuenta con dos barrios, el de Arriba y el de Abajo, con sus dos ermitas y sus dos iglesias, la de San Esteban, del siglo XVI, y la de San Verísimo, románica del siglo XIII, respectivamente. Es la de San Esteban un templo imponente, que perteneció a la Orden del Temple; conserva un magnífico artesonado mudéjar del siglo XVI.

# Arquitectura popular

Imposible resulta en un territorio tan amplio y diverso como el suroeste leonés, definir un único tipo de arquitectura tradicional. Casi cada valle tiene su propia tipología constructiva, perfectamente integrada en su paisaje, con infinidad de colores, tonos y matices.

Quintanilla de Somoza



Buena parte de los pueblos del somontano del Teleno, exhiben las tradicionales casas maragatas, reflejo fiel de la actividad comercial de sus propietarios. Son casas de piedra, con grandes muros exteriores que abren a un amplio patio interior al que se accede por un gran portón de madera, con frecuencia pintado de añil. Al patio abren todas las dependencias de la casa: la vivienda familiar, casi siempre en la planta superior, y las cuadras, almacenes y otras estancias agropecuarias dispuestas en la planta baja. Muchas de estas casas exhiben aún los corredores con bonitas balaustradas de madera labrada, reflejo del potencial económico de sus moradores.

En La Cabrera, pero también en las zonas más montañesas de La Maragatería, predomina una casa de dos plantas, de muros de piedra parda y vistosos corredores de madera orientados a mediodía, muchas veces protegidos por entablados. En la planta inferior se disponían las cuadras, y en la superior la vivienda, a la que se accedía por toscas escaleras exteriores o "patines". La cocina centraba la actividad de la casa, con el hogar en el suelo y el escaño a su calor.

En las vegas agrarias la casa se adapta a un gran corral central donde se distribuyen la vivienda y los espacios necesarios

Villar del Monte



para complementar la actividad en los campos. Suelen tener dos plantas construidas con canto rodado, adobe y tapial.

Muy comunes en casi todas las comarcas fueron las cubiertas vegetales, que se conservan todavía en pajares y cuadras de numerosas localidades como en Corporales. Las chimeneas engalanan muchas techumbres de pizarra; sobre ellas es frecuente observar una gran piedra de cuarzo, *el pericuetto*, instalado como elemento decorativo y, sobre todo protector, para evitar que por la chimenea pudiera colarse algún mal...



Corporales



Fuente en Palacios de Jamuz



Los pueblos se articulan alrededor de espacios comunes, necesarios para organizar la vida colectiva y que, en muchos casos, eran auténticos espacios de socialización: la iglesia y las ermitas, la escuela, la casa del concejo, el potro, los lavaderos, las fuentes, la bolera, los puentes, los caminos y otros elementos del común, para cuyo mantenimiento estaban establecidas las *hacenderas*, un sistema de

Rodezo de molino en Forna



prestaciones personales por las que cada vecino aportaba su trabajo en favor de la colectividad.

No faltaban tampoco molinos, fraguas y batanes, con sus sencillos mecanismos hidráulicos. Ni palomares, colmenares, bodegas, guardaviñas... que salpican valles y laderas, en función de las producciones de cada zona. En varias localidades se conservan fuentes cubiertas, para muchos herederas de las antiguas fuentes romanas. Recursos que constituyen un conjunto patrimonial único, digno de ser conocido y conservado.





# Ferias y fiestas

## SEMANA SANTA. ASTORGA

### INTERÉS TURÍSTICO NACIONAL

La Semana Santa astorgana se prolonga en días de sentidas procesiones donde se conjugan fervor religioso, cultura y tradición. Participan diferentes cofradías y hermandades, que sacan a la calle algunos pasos de valor artístico, tanto actuales como de los siglos XVII y XIX.

## ASTURES Y ROMANOS.

### ASTORGA

### INTERÉS TURÍSTICO REGIONAL

Cada verano Astorga retorna a sus orígenes en la fiesta de astures y romanos. Disfraces y actos lúdicos ambientados se prolongan un fin de semana, cuando tampoco faltan el mercado astur-romano, el circo con sus luchas y exhibiciones y las jornadas gastronómicas que recrean la alimentación de hace dos siglos.

## JORNADAS NAPOLEÓNICAS.

### ASTORGA

Durante la Guerra de la Independencia, Astorga es tomada por las tropas napoleónicas y no es liberada hasta 1812 gracias al esfuerzo de soldados y lugareños que lucharon con valentía. Las jornadas recrean aquella batalla con recreadores procedentes de toda Europa, con sus trajes y armamento de época.

Después, todos los asistentes participan en la degustación de un sabroso potaje de garbanzos.

## CARNAVAL DE LA BAÑEZA

### INTERÉS TURÍSTICO NACIONAL

Una de las celebraciones más populares de La Bañeza es su Carnaval. Carrozas, charangas y disfraces llenan las calles de alegría durante el Viernes Tranquilo, la Noche de Chispas, a la que

## SANTO POTAJERO. LA BAÑEZA

### INTERÉS TURÍSTICO PROVINCIAL

La Semana Santa bañezana tiene actos y personajes propios. El Miércoles Santo sale en procesión el Santo Potajero, un Nazareno ante el que era tradición ofrecer un potaje de garbanzos con arroz y bacalao a los pobres de su ermita. Hoy, los miembros de la cofradía de Nuestra Señora de las An-



Los Remedios. Luyego

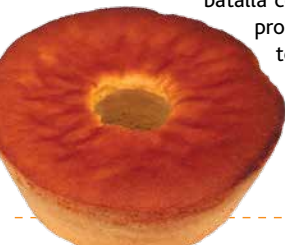
todos acuden con vistosos sombreros, la Noche Bruja o el gran desfile del Martes de Carnaval. El miércoles, en la Plaza Mayor, se leen ingeniosas coplas y se entierra la sardina con su simbólica quema. Después se reparte el tradicional escabeche entre los asistentes.

gustias y Soledad, siguen ofreciendo el potaje a todo aquel que se acerque a ella con una escudilla.

## FIESTA DE LA CARBALLEDA.

### VAL DE SAN LORENZO

Para rememorar la aparición de una imagen de la Virgen en un carballo,



cada 8 de septiembre se celebra una romería en la que no faltan el ramo cantado por las *mayas*, las mozas que lucen su pañuelo blanco estampado; ni el carro triunfante de la Virgen, engalanado con flores; ni la música del tamboritero y los danzantes, que amenizan la fiesta mientras exhiben sus lucidos atuendos.

### SAN JORGE. SAN ESTEBAN DE NOGALES

Es tradición que el día de san Jorge los vecinos levanten un puente de madera y tapines sobre el Eria, para acudir en romería a la ermita con el relicario del Santo y la Virgen del Rosario. Sale a recibirlos el Cristo, y después, como manda la tradición, dan tres vueltas a la ermita. No falta el pendón del pueblo, ni los danzantes, ni el *birria*, que con un ovillo colgado de un palo, acusa a los participantes.

### LOS MAYOS. JIMÉNEZ DE JAMUZ

Los mayos son una tradición ancestral, vinculada al renacer de la vida en primavera. Aunque lo más común era *pinar el mayo*, el tronco de un árbol, como se hace aún en Lucillo, en Jiménez, Santa Elena o Villanueva de Jamuz, se mantiene la tradición y, además, se instalan por las calles unos mayos artísticos, con muñecos ambientados que representan diversos oficios y actividades cotidianas de estos pueblos. Cada barrio prepara el suyo y compiten en habilidad e ingenio con los demás.

### JURRUS Y CASTRONES. ALIJA DEL INFANTADO.

Uno de los *antruejos* más vistosos de León es el de Alija del Infantado. *Jurrus* y *Birrias*, se enfrentan en la última batalla por el control del pueblo. Los *jurrus*, vestidos de blanco, cargados de cencerros y con sus feroces máscaras representan el mal; llevan cuernos, grandes tenazas de madera y varas de mimbre para *jurrar* a los asistentes. Los *birrias*, que representan el bien, salen victoriosos. Después todos disfrutaron de un mercedico chocolate caliente.



Jurrus. Alija del Infantado

## VIRGEN DEL VALLE. LLAMAS DE CABRERA

El segundo domingo de Pascua, vecinos de Llamas y de toda la Cabrera acuden a la ermita de Nuestra Señora del Valle buscando la protección de María. La procesión sale con la Virgen del Valle para dirigirse a la Cruz de Piedra, donde se produce el "encuentro" con la Virgen de Llamas de Cabrera, que sube desde el pueblo y la recibe con una reverencia. Después, retornan juntas a la ermita, donde hay misa mayor, seguida baile, música, gaitas y, si el tiempo lo permite, comida en la campa con la familia.

## NUESTRA SEÑORA DE LOS REMEDIOS. LUYEGO

La Maragatería celebra, cada segundo domingo de octubre, a Nuestra Señora de los Remedios, "la Maragatina". Al santuario de Luyego acuden gentes de toda la comarca a besar el manto de la Virgen. No faltan maragatos ataviados a la antigua usanza y bailes tradicionales con castañuelas, chifla y tamboril; se canta el ramo y la salve maragata y las mozas ataviadas pasan por debajo de elaborados arcos vegetales.

## ROGATIVA DE CASTROTIERRA

La celebración de la Virgen de Castrotierra, es una manifestación única de la cultura popular leonesa, y una de las más vistosas. Aunque su fiesta se celebra el 25 de marzo, tienen especial interés las rogativas cuando, con motivo de alguna necesidad como la falta de lluvia, la Virgen se traslada por caminos agrarios hasta Astorga para días después regresar a su santuario desde la catedral, acompañada por los pendones de todos los pueblos de la comarca.

Virgen del Valle. Llamas de Cabrera



Rogativa de Castrotierra



## Recomendaciones

Estas rutas están pensadas para ser recorridas en coche, por carretera. Por eso es necesario tomar algunas precauciones:

- Se trata, en gran parte, de carreteras de montaña por lo que es recomendable conducir con la máxima precaución. La paciencia será la mejor aliada

- Respeta siempre las normas de circulación y la señalización existente

- En las zonas más altas, en los puertos y los collados, es frecuente la niebla, incluso en verano. La visibilidad se reduce, por lo que hay extremar la prudencia

- Si paras para contemplar el paisaje, hazlo siempre en los miradores habilitados para ello; hazte visible al bajar del coche y en todo momento debes estar pendiente del resto de los vehículos que circulen. Si viajas con niños, no los pierdas nunca de vista

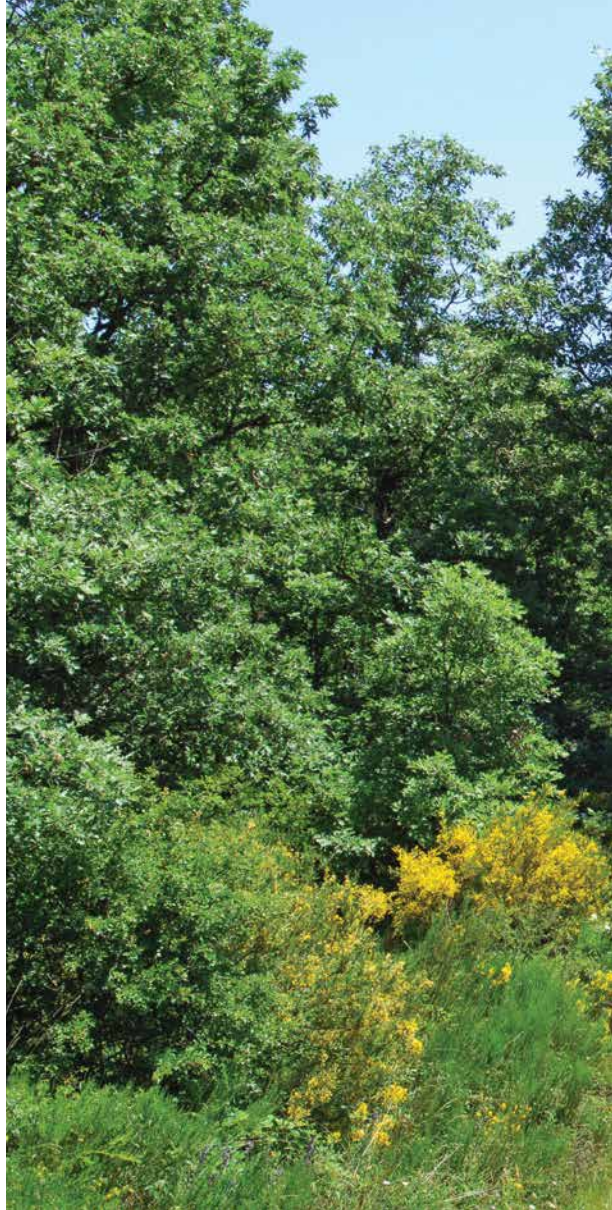
- Buena parte de los recorridos propuestos discurren en zonas de montaña. En invierno las condiciones meteorológicas pueden llegar a ser adversas en muy poco tiempo. Lleva siempre cadenas o ruedas de nieve, el depósito lleno y el móvil con carga

- Recoge los posibles residuos que puedas generar. Las áreas recreativas y miradores cuentan con contenedores, pero si no, llévalos contigo para tirarlos en el pueblo más cercano

- Evita dar voces o poner música alta que pueda molestar a otros visitantes

- En las oficinas de información y en los centros de interpretación podrás recibir información complementaria y específica de cada zona

Estos recorridos están pensados para disfrutar de los muchos recursos que cada comarca ofrece a cualquiera que quiera descubrirlos.

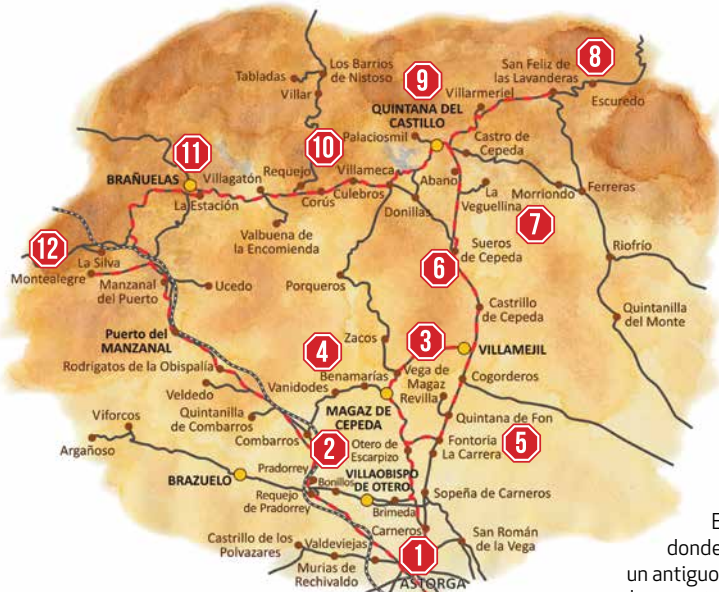


Viforcos



RUTAS EN COCHE 37

## POR LA CEPEDA



La ruta propone un recorrido por La Cepeda, una de las comarcas menos conocidas de León. Avanzada por el río Tuerto y su afluente el Porcos, sus montes alomados y sus considerables extensiones agrarias conforman un paisaje suave, apenas roto por la profundidad de algunas gargantas. Encrucijada de caminos, a su carácter de tránsito debe La Cepeda su propia identidad, en la que se conjugan con asombrosa personalidad influencias del Bierzo, la Montaña y la Ribera.

Cuenta la tradición que a los cepos, las retorcidas raíces de los brezos, debe su nombre esta comarca. Gran parte de sus montes están poblados de ellos y de otros matorrales, como escobas y genistas que, en primavera, cuando cada especie exhibe sus flores de mil colores, generan sugerentes paisajes que a nadie dejan indiferente.

La ruta se inicia en (1) **Astorga**, donde se puede visitar el amplio legado romano que alberga la ciudad siguiendo la "ruta romana"; también de interés son la Catedral, el Palacio Episcopal, la plaza Mayor, el Ayuntamiento y sus museos.

### Palacio de los Pernía



El primer destino es (2) **Otero de Escarpizo** donde se conserva el palacio de los Pernía, sede de un antiguo señorío. Es una bonita casa solariega que, en uno de sus extremos muestra una torre de planta cuadrada y, en la fachada, varios escudos. En sus proximidades conserva también la capilla, ahora aneja a la iglesia, con detalles artísticos de estilo renacentista.

Desde Otero, la ruta propone visitar primero el municipio de Magaz de Cepeda, con pueblos de clara vocación agraria y una arquitectura de canto rodado, adobe y tapial. (3) **Vega de Magaz** conserva algunas casas de factura modernista, cons-



Benamarias





de agua contribuye a mitigar los rigores del verano en estas tierras. Desde ella hay una magnífica vista de todo el páramo, con las primeras estribaciones de la montaña cántabrica al norte y las sierras del Teleno a poniente. Es otro punto de referencia para la observación de fauna, tanto de aves, como de anfibios.

En (7) **La Veguellina** se conserva la mayor mina de oro de La Cepeda, donde los romanos emplearon el sistema de explotación conocido como "corona". Después, se propone subir hasta Quintana del Castillo, para continuar a (8) **San Feliz de las Lavanderas**, donde se han restaurado un viejo molino con su cubierta de centeno. Pero lo que realmente justifica acercarse hasta aquí es el magnífico mirador natural que constituye el pueblo, catalogado como "mirador de La Cepeda". Desde él se diferencian los distintos ambientes que integran el territorio, con sus vegas agrarias en las zonas más meridionales; sus manchas dispares de roble melojo; la gran extensión de brezales y otros matorrales que pueblan ahora gran parte de las laderas; y las enormes extensiones de pinares de repoblación que hoy caracterizan el paisaje cepedano. Y entre ellos, la masa de agua del embalse de Villameca.

De regreso a (9) **Quintana del Castillo**, merece la pena subir hasta el Cueto San Bartolo, otro impresionante mirador natural. La subida es muy pronunciada, pero la panorámica la compensa, con

La ruta prosigue hasta el (10) **embalse de**



truidas cuando la llegada del tren favoreció su desarrollo económico y de la estación de Vega partían diversos productos, entre ellos las afamadas patatas cepedanas.

Los cultivos de la zona son en su mayoría de secano, con mucho cereal, en especial centeno. Para mitigar la escasez de agua, los vecinos de (4) **Benamarías**, construyeron una balsa de riego todavía en uso, La Raldona, cuya presa está preparada a base tierra prensada. Acercarse a conocerla en un paseo merece la pena, pues el rincón donde se ubica es tranquilo y agradable y el agua atrae a una variada fauna.

Después la ruta se dirige al vecino municipio de Villamejil, distribuido a lo largo de la carretera LE-451. No debe dejarse de visitarse (5) **Fontoria de Cepeda**, cuyo nombre alude a las numerosas fuentes que en su entorno manan. En un otero se ubica la iglesia del Bendito Cristo, una interesante construcción rural en la que destaca un valioso artesonado ampliamente decorado. El siguiente hito del recorrido es (6) **Sueros de Cepeda** con sus casas sencillas y su iglesia que conforman un conjunto pleno de pequeños detalles. Volcados con sus tradiciones, por San Isidro, los vecinos salen en procesión para bendecir los campos. Junto al río Tuerto, una agradable área recreativa, el Pisón, permite contemplar la ribera, donde en primavera el río se cubre de ocas, los característicos ranúnculos acuáticos de flores blancas. En una planicie por encima del pueblo entre campos de centeno y manchas de robleal adeshado, aparece la laguna Gallega, cuya lámina



San Feliz de las Lavanderas



## Donillas



**Villameca**, que concentra buena parte de la oferta turística local. Rodeado de pinares, ha permitido poner en regadío una considerable extensión que antaño producía exiguas cosechas. Cada año junto al embalse, los vecinos de La Cepeda celebran a su patrón Santiago en una multitudinaria fiesta que se prolonga todo el día. Los pendones de los pueblos de la comarca tiñen entonces de colores la monotonía del verde en el pinar.

En **(11) Brañuelas y Villagatón** ya se deja sentir el peso de la minería del carbón. Brañuelas es un pueblo grande, con todo tipo de servicios y estación de tren lo que, a principios del siglo pasado, facilitó las comunicaciones. Cruzando la autopista A6, se recomienda visitar **(12) Montealegre**, donde finaliza el recorrido, que guarda entre sus paisajes alomados, algunos de los tesoros de esta comarca. El pueblo en sí, merece una



Villagatón

## Embalse de Villameca



visita, con sus casas de piedra y sus paisajes bercianos. Los vecinos se han esmerado para presentar al visitante su reciente pasado minero y recuperar algunos de los miliarios que marcaban las distancias en las antiguas calzadas romanas.

Desde Montealegre se accede a pie a uno de los rincones

más sorprendentes de La Cepeda, los Cañones del Górgora, un estrecho desfiladero labrado por el agua entre grandes masas de conglomerados. También se puede acceder a las ruinas del monasterio de San Juan de Montealegre, un cenobio medieval del que apenas permanecen los restos del ábside de su iglesia.



Los Cañones del Górgora. Montealegre



## POR LA MARAGATERÍA



La ruta propone un amplio recorrido por La Maragatería en la que se incluye tanto el Camino de Santiago como las zonas más meridionales, los valles en las faldas del Teleno que conforman las cabeceras del Duerna. Aunque es un recorrido muy amplio, pueden elegirse aquellos tramos más acordes a las preferencias de cada uno.

### 1. Astorga – Camino de Santiago hasta Foncebadón

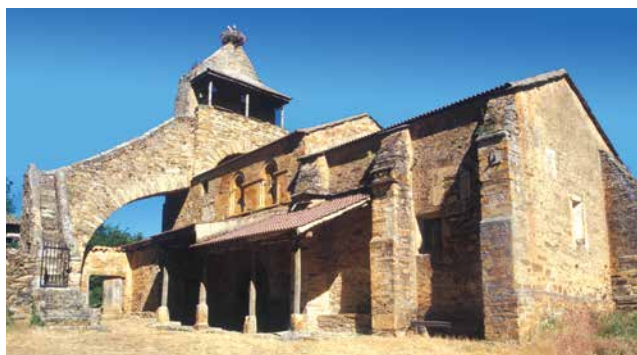
La ruta se inicia en (1) **Astorga**, ciudad monumental que no debe dejar de visitarse.



Castrillo de los Polvazares

Desde allí, el primer destino serán Murias de Rechalvo y (2) **Castrillo de los Polvazares**, uno de los pueblos maragatos más singulares, con un casco bien conservado y una buena muestra de las tradicionales casas arrieras. Siguiendo las señales jacobeanas se llega a Santa Catalina de Somoza, el Ganso y (3) **Rabanal del Camino**. Es recomendable dejar el coche y dar una vuelta por el pueblo. A las afueras, la ermita del Cristo de la Vera Cruz da acceso a la calle Real, eje de la localidad, donde se ubican la ermita de San José, la casa de las Cuatro Esquinas y la Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción, románica, que la tradición vincula con un hospital templario. Desde aquí el ascenso hasta Foncebadón se acompaña de hermosos paisajes, y del omnipresente monte Teleno. En las zonas más bajas, bosquetes de encina dan paso a robledales al incrementarse la altitud. La primavera es esplendorosa, plena de los colores de las mil flores que se despiden de la sobriedad del invierno.

Turienzo de los Caballeros



Santa Colomba de Somoza



Quintanilla de Somoza



Molinaferrera



Y por fin, **(4)Foncebadón**, apenas unas casas apiñadas junto al camino que ofrecen variados servicios al viajero. En el siglo XI, el eremita Gaucelmo funda allí un hospital pronto beneficiado con rentas y propiedades. Unos kilómetros separan Foncebadón de la **(5)Cruz de Ferro**, donde los peregrinos buscan protección depositando una piedra en tan singular cruceiro.

Desde Foncebadón la ruta obliga a regresar a Rabanal, para desde allí dirigirse a Santa Colomba de Somoza. Se recomienda visitar antes **(6)Turienzo de los Caballeros**, un bonito pueblo cargado de historia, con su torreón de los Osorio y una imponente iglesia de traza románica. **(7)Santa Colomba de Somoza** ofrece una cuidada arquitectura popular, con sus casas maragatas de amplios patios *empedriaos* y galerías cerradas teñidas de añil. Merece dar un paseo hasta la laguna Cernea, una de las balsas de regulación que los romanos empleaban como depósito de agua para la minas. Los restos de

la villa de El Soldán evidencian la importancia de la presencia romana en la comarca.

La ruta prosigue tras cruzar el puente sobre el río Turienzo, en dirección a Lucillo.

## 2. Lucillo-Pobladura de la Sierra-Luyego

El segundo tramo del recorrido parte de **(8)**

**Lucillo**, localidad interesante y bonita, con un armonioso conjunto de casas populares y varios pajares que todavía exhiben su cubierta de paja de centeno. Anhela su pasado, cuando junto a la iglesia se ubicaba la casa de la Inquisición, y contaba con hospital, audiencia y hasta acuñó moneda. Cerca del pueblo se han encontrado petroglifos, esas grandes rocas talladas con cazoletas y laberintos, dignas de ser conocidas.

Chana de Somoza es un pueblo lustroso, con numerosas cárcavas que evidencian el laboreo romano y grandes depósitos de cantos rodados, las *murias*, restos de la explotación. Lo mismo que Molinaferrera. Pero merece continuar hasta **(9)Pobladura de la Sierra**, donde cada rincón tiene algo que descubrir, en el paisaje, entre las casas, la iglesia de San Martín, la vieja fragua o en las lajas de pizarra de las cubiertas y chimeneas. Es el último pueblo de la carretera, por lo que el retorno es obligado, esta vez hasta Luyego. Por el camino, Filiel, Boisán o Quintanilla de Somoza muestran más evidencias de minería romana ¡impresionante!, tanto como los montes de roble que pueblan las laderas. En Quintanilla, además, se conserva un castro minero y otro interesante conjunto de petroglifos junto a las ruinas de la vieja iglesia del Salvador.

Estas cabeceras del Duerna conforman un valle muy bonito, donde los pueblos y el paisaje se funden en una unidad que solo transmite tranquilidad, donde las viejas creencias se cuelan en el presente a través de los *pericue-tos*, las grandes piedras de cuarzo que todavía rematan algunas de las grandes chimeneas que enlucen los tejados.



Lucillo

### Nuestra Señora de los Remedios. Luyego



Y hasta **(10)Luyego** se mantiene la presencia romana. Parece increíble como hace dos mil años, se prospectaron parajes tan remotos como estos. La mina de Fucochico es la prueba más evidente, con su gran circo de explotación y los canales que aportaban agua desde varios puntos de la sierra. Cada 13 de octubre hay romería en la ermita de Nuestra Señora de los Remedios, que bien merece una visita; su decoración no pasará desapercibida.

### 3. Luyego-Val de San Lorenzo-Astorga

Se emprende el último tramo del recorrido por La Somoza en dirección a Val de San Lorenzo. En **(11)Laguna de Somoza** la iglesia conserva restos románicos en varios puntos de su fábrica, un interesante retablo del siglo XVI y un precioso relieve de un Pantocrátor. A las afueras, la vieja torre se empeña en no revelar si fue molino de viento o un palacio señorial...



Laguna de Somoza

### Fucochico. Luyego



**(12)Valdespino** es un pueblo grande, con buenas casas, entre las que sobresalen la iglesia, la ermita de las Nieves y la de san Roque y un interesante crucero.

Y así se llega a **(13)Val de San Lorenzo**, famoso por su artesanía textil. La iglesia, a las afueras, custodia la imagen de la Virgen de la Carballeda. Entre el apretado caserío, La Comunal guarda las viejas máquinas donde se confeccionaban paños y una exposición permite a los visitantes conocer los detalles de su producción. La visita se completa en el batán-museo, ubicado junto al río, donde un gran mazo hidráulico sigue golpeando los paños de lana que aún confeccionan en viejos telares, los pocos artesanos que se aferran a la tradición.

Después, solo queda regresar a Astorga con la sensación de haber conocido una de las comarcas más hermosas de León y, sin duda, una de las que más patrimonio y tradición aglutina.



Batán Museo



## POR EL VALLE DEL DUERNA



También esta ruta parte de la ciudad de (1) **Astorga**, repleta de un rico patrimonio que no debe dejar de visitarse, ni de probar un buen cocido maragato, con la tradicional forma de servir la sopa al final. Completada la visita, se pondrá rumbo a (2) **Santiagoomillas**, acogedora localidad mercedora de su declaración como Conjunto Histórico Artístico. Es uno de los pueblos maragatos más aferrados a la tradición arriera de sus gentes, que ha sabido mantener su sabor tradicional, sus lucidas casas de grandes portones y altos muros, detrás de los cuales se abrían amplios patios empedrados, con distintas dependencias para guardar mercancías, almacenar productos y cobijar las recuas de tiro. En el pueblo destaca la lujosa casona del afamado "maragato Cordero", el rico empresario dedicado también a la política, que tanto renombre dio a la comarca.

No se debe abandonar el pueblo sin acercarse a la iglesia, en la que se intuye traza románica del siglo XIII; ni al museo de la Arriería Maragata, a la torre del reloj o a la bonita fuente de sillares de piedra situada a las afueras.

La ruta propone un recorrido por el curso medio y bajo del valle del Duerna, La Valduerna, donde las lomas se transforman en llanuras y los montes de roble y encina alternan con los cultivos. El suelo rojo de arcillas terciarias, provenientes de las avenidas de grandes ríos ocurridas hace millones de años, arrasó consigo partículas de oro que también aquí los romanos buscaron con avidez.



Astorga



Destriana

El siguiente hito es **(3)Destriana** que, sin duda, sorprenderá al viajero. Es un pueblo grande, en el que hay que ir descubriendo poco a poco los tesoros que oculta, como el interesante conjunto de pozos distribuidos entre el caserío. El pueblo tiene su origen en "el Castro", donde se han encontrado evidencias prerromanas y romanas; pero su joya más preciada se guarda en la iglesia del Salvador, de factura románica popular del siglo XII, en cuyo ábside exhibe dos preciosas ventanas de estilo mozárabe, que posiblemente procedieran de la abadía de San Miguel que aquí debió existir a principios del siglo X.

Luego, tras pasar Castrillo de la Valduerna, pronto se llega a **(4)Tabuyo del Monte**, que se consolida como referente local. Próspero y laborioso, supo sacar rendimiento a los extensos



Pinares



Tabuyo del Monte

#### Petroglifos



pinares que ocupan sus montes gracias al aprovechamiento de la resina, pero ahora son las setas uno de sus principales reclamos. Dos centros de interpretación acercan el mundo de los hongos y la miel a los visitantes, que pueden también conocer la iglesia de Santiago, que a la vez es santuario del Santísimo Cristo, y junto a ella, la fuente del Cristo a cuyas aguas se atribuyen propiedades curativas. Una réplica del ídolo de Tabuyo recuerda el antiguo poblamiento de la comarca, reforzado por otro conjunto de petroglifos que solo son visibles cuando el embalse de Valtabuyo está bajo.

Desde Tabuyo se puede subir a Priaranza de la Valduerna y Villar de Golfer, donde la minería romana se evidencia en el paisaje de cárcavas rojas resultado del laboreo en las grandes minas de Las Moraceras y Los Abanicos. Pero es necesario regresar a Destriana, para desde allí dirigirse a Villamontán de la Valduerna. El paisaje cambia por completo y de zonas serranas con cantiles rocosos y laderas pobladas de pino, se pasa, en apenas unos kilómetros, a una vega agraria y fértil favorecida por el río Duerna y el arroyo de los Peces. Quedan por el camino pueblos pequeños como Robledo y Robledino; otros como Villalís guardan la memoria de un castro. Villamontán, cabeza del municipio, tiene alguna casa blasonada. Merece acercarse a **(5)Fresno de la Valduerna**, con su bonita iglesia del Santísimo Salvador, algo solitaria, y la "Torre Vieja" que, en el paraje de Los Villares entre campos de cultivo, soporta orgullosa el paso del tiempo, aunque siga





Priaranza de la Valduerna



sin aclararse si se trata de una torre romana del siglo II, de los restos de una fortaleza musulmana o de la torre de la iglesia de un pueblo desaparecido. Y desde luego a **(6)Castrotierra**, donde en un alto ya ocupado en la Edad de Hierro, se venera a

Castrotierra



Nuestra Señora del Castro. Con motivo de las rogativas, Castrotierra congrega una de las celebraciones populares más vistosas y más sentidas de todo el suroeste leonés. Ahora, el centro de interpretación de los pendones acerca a los visitantes a este símbolo de la identidad leonesa.

La ruta finaliza en **(7)La Bañeza**, una villa moderna y dinámica, con una amplia oferta de servicios. En ella no deben dejar de visitarse el conjunto de casas modernistas, ni la Piedad de la iglesia de Santa María, atribuida al escultor Gregorio Fernández; tampoco sus museos y centros de interpretación.



Romería de Castrotierra



# ASTORGA-LA BAÑEZA-ALIJA DEL INFANTADO

Astorga

Es una ruta algo más "urbana" que las otras propuestas, ya que se articula sobre las tres "Villas Históricas del Reino de León" integradas en Montañas del Teleno.

La ruta parte de la ciudad de (1) Astorga, repleta de un rico patrimonio que no debe dejarse de visitarse, ni de probar un buen cocido maragato,



Palacio Episcopal, obra de Gaudí, la plaza Mayor, o el Ayuntamiento entre otros recursos.

Aunque a La Bañeza se puede ir a por autopista, se recomienda la vieja carretera nacional, que permitirá acercarse mejor al territorio. Así se podrán visitar el (2) **municipio de Valderrey**, con pueblos pequeños donde la vida cotidiana sale al paso de la visita: Matanza con su lavadero; Valderrey con unas prácticas pontigas de lajas de pizarra para cruzar el arroyo. Y un poco más allá, el puente Valimbre asociado a la Vía de la Plata. Se llega así a (3) **Palacios de la Valduerna**, que remonta su origen al siglo X cuando Alfonso V manda construir allí un palacio. Conserva alguna casa blasonada, una bonita iglesia y el castillo de los Bazán, señores de La Valduerna. Apenas a unos kilómetros está (4) **La Bañeza**. Sus imperiales son reconocidos en toda la provincia, casi tanto como sus legumbres, cuya difusión se propone en el centro de Interpretación de la Alubia. El museo de las Alhajas es interesante, con una buena colección de piezas de joyería e indumentaria tradicional. No deben dejarse de visitarse el amplio conjunto de casas modernistas construidas en las primeras décadas del siglo pasado y la Piedad de Gregorio Fernández que se custodia en la iglesia de Santa María.

con la tradicional forma de servir la sopa al final. Cualquiera de los numerosos obradores de la ciudad ofrecerán mantecadas, merles y otros dulces dignos de degustar. La ruta romana acerca el legado imperial y los orígenes de la ciudad a los visitantes, con varias estaciones imprescindibles: el museo romano, las termas, la muralla y el foso, así como otros muchos yacimientos visitables bajo edificios de nueva construcción. Pero también merecen atención la catedral de Santa María, el



## Jiménez de Jamuz



La ruta continúa en dirección a **(5) Jiménez de Jamuz**, conocido por su alfarería tradicional y su alfar-museo. Su iglesia, dedicada a san Martín, conserva un artesonado mudéjar. Cerca de la localidad está el embalse de La Tabla, una pequeña balsa de riego que, durante el invierno, atrae a numerosas aves acuáticas, referente para los amantes de la ornitología. En la comarca se mantiene la tradición de salir a *conjurar los campos* el día de san Isidro Labrador, cuando el santo es llevado en procesión hasta las tierras y se bendicen los cultivos y las viñas. Hay que buscar la intercesión del santo para que no se malogren las cosechas, pues la agricultura sigue siendo la principal actividad de la comarca. Algunas norias y cigüeñales dispersos entre los campos, refieren la importancia del manejo del agua en estas tierras.

La ruta prosigue hasta **(6) Villanueva de Jamuz**, donde el castillo de los Quiñones mantiene su poderío a pesar de tratarse de una construcción de adobe y piedra del siglo XV. También de los Quiñones era el de **(7) Quintana del Marco**, donde además se han encontrado numerosas evidencias romanas, entre las

## Villanueva de Jamuz



que destaca una villa y el mosaico de *Hylas entre las Ninfas* que se custodia en el museo de León.

En la Nora, el Jamuz vierte sus aguas al Órbigo, el río que un poco más al sur franquea el Puente de La Vizana, de origen romano y vinculado para siempre a la trashumancia. Muy cerca está la última villa del recorrido, **(8) Alija del Infantado**, con varios recursos que ofrecer al visitante: su castillo-palacio, vinculado al linaje de los Pimentel y a los Duques del Infantado; la iglesia de San Esteban con su artesonado mudéjar; la ermita del Cristo; sus casas, sus bodegas o el museo etnográfico.



Alija del Infantado



## POR EL VALLE DEL ERÍA



La ruta propone un recorrido por el curso medio y bajo del valle del río Eria, La Valdería, dominado en sus primeros tramos por una llanura agraria que, al remontar el río, pronto se hace más agreste y montaraz, con paisajes de gran belleza. No es un recorrido monumental, salvo que monumental se

considere la posibilidad de disfrutar de una naturaleza privilegiada y del manejo ancestral que el hombre ha hecho de su entorno.

La ruta parte de (1) La Bañeza, donde no puede dejar de visitarse el Ayuntamiento, la plaza Mayor y sus casas modernistas. En la iglesia de Santa María hay una bonita imagen de La Piedad atribuida a Gregorio Fernández.

Y tras probar unos imperiales, se inicia el camino en dirección a Castrocontrigo y La Cabrera por la carretera LE-125. Estos primeros tramos son llanos; la frescura del río todavía no se intuye, por lo que el paisaje está dominado por encinares, algunos parcialmente adeshados y grandes fincas agrarias. En primavera, el penetrante olor de las jaras impregna el aire de los mil aromas del monte mediterráneo.

Se deja atrás Herreros de Jamuz para seguir por grandes rectas, que bordean la ZEPA Valdería-Jamuz, donde se establece un régimen de protección para aves querenciosas de estas estepas cerealistas. Unos kilómetros después, la llanura da paso a lomas cada vez más pronunciadas, en las que el pinar



Sierra del Teleno



Herreros de Jamuz



empieza a cobrar protagonismo para luego convertirse en la formación boscosa dominante.

Se llega así a **(2)Nogarejas**, una localidad pequeña, como la mayoría de este recorrido, que conserva aún su aspecto tradicional. Infinidad de pistas forestales y cortafuegos compartimentan el pinar en polígonos que facilitan su manejo forestal; entre ellos se intuye, a lo lejos, una vieja torre, única evidencia del castillo de Nogarejas, también llamado del Villar que, en su estratégica ubicación sobre unos riscos, ejercía el control del valle del Eria.



Castillo de Nogarejas

De nuevo en la carretera, apenas unos kilómetros después se llega a **(3)Castrocontrigo**, que tiene su origen en un castro romano del que se ha recuperado valioso material arqueológico. Es cruce de los caminos que acceden a La Cabrera y a Zamora. Se organiza junto a la carretera, donde todavía se mantiene alguna casa tradicional, la iglesia y el museo del Chocolate.

Después, el recorrido prosigue en dirección a Torneros de la Valdería y a Morla; tierras de cultivo y algunas masas arboladas se reparten las laderas y la vega, donde el río Eria perfila el valle. Sus aguas cristalinas dan nombre a buena parte de los pueblos de esta comarca, considerada puerta de La Cabrera,



Castrocontrigo

El río Eria. Castrocontrigo



con la que comparte varios rasgos identificativos. El río se encaja entre las estribaciones serranas y conforma un mosaico de ambientes en el que no faltan bosques de ribera, sotos de castaño, pastizales, encinares, robledales, pinares, matorrales y crestones rocosos, donde anida el águila real. En este tramo próximo a Morla, donde la carretera está trazada junto al cauce, el Eria ofrece magníficos rincones en los que observar el río y su capacidad erosiva, el bosque de ribera y las truchas que lo pueblan.

**(4)Morla** es un pueblo bonito y acogedor, con una arquitectura que recuerda a la de La Cabrera: sus casas de piedra con

corredores cerrados, sus escaleras de patín, sus pajares y hornos, la iglesia de santa Eulalia o la ermita del Cristo de la Piedad, conforman un conjunto digno de visita, al que se unen dos imponentes castaños centenarios. Pero Morla custodia otros valores, como el pantano de Fueyos, un depósito de agua ya empleado por los romanos para el laboreo de las



El pantano de Fueyos

Castrocalbón



San Félix de La Valdería

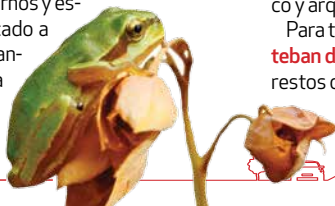


Morla de La Valdería

minas de la zona; o numerosas fuentes temales, alguna aprovechada hace décadas en un pequeño balneario.

Pero el verdadero tesoro de Morla son sus pinturas rupestres. De difícil acceso en el paraje conocido como la Peña del Pozo Rocebro, se datan entre el Neolítico y la Edad del Bronce. Representan varias figuras humanas esquemáticas sobre las que aparecen algunos símbolos entre los que parece reconocerse un sol.

Desde Morla el paisaje cambia y los robles melojos dan paso a algunos bosques de roble albar que ocupan las laderas más pendientes y pedregosas. Brezos, piornos y escobas ocupan el terreno antes dedicado a pastizales y cultivos. De aquí en adelante, la sierra de La Cabrera se adueña del paisaje, pero ese es recorrido para otra ruta...



Desde Morla se hace obligado regresar a Castrocontrigo y unos kilómetros después de Noguejas, desviarse en dirección a Castrocalbón para continuar el recorrido de esta ruta.

Los pinares, con su ancestral aprovechamiento resinero, garantizaron el progreso de una comarca a la que apenas llegó el desarrollo industrial. Se dejan atrás varias localidades, todas pequeñas, de sencilla arquitectura popular. Y por fin, **(5)Castrocalbón**, otro enclave estratégicamente ubicado en el curso bajo del Eria. Su origen se remonta a un castro de finales de la Edad del Hierro, ubicado en el mismo altozano

donde se encuentran los restos de la fortaleza medieval que da imagen al pueblo. Junto a ella se encuentra la ermita de Nuestra Señora del Castro, muy venerada en la localidad. En el pueblo, que tuvo Fuero medieval, la iglesia de San Salvador refiere la innegable mano de artesanos moriscos, aunque su fábrica responde a una construcción posterior al siglo XIII.

En el término de Castrocalbón hay evidencias de la calzada que unía las ciudades de *Asturica Augusta* (Astorga) y *Bracara Augusta* (Braga), junto a la que se han hallado algunos fragmentos de miliarios, que ahora se custodian en el museo etnográfico y arqueológico de la localidad.

Para terminar el recorrido, se propone acercarse a **(6) San Esteban de Nogales**, donde contemplar, en un tranquilo paraje, los restos del monasterio de Santa María.

## POR LA CABRERA

La ruta propone acercarse a una de las comarcas más interesantes de León, que atesora un valioso patrimonio natural y cultural: La Cabrera. Se articula sobre las cuencas de los ríos Eria, que avena la Cabrera Alta, y Cabrera, en la Cabrera Baja; ambas confluyen en el Alto de Carbajal.

Suelos paupérrimos, de naturaleza ácida, han permitido una exigua agricultura que a duras penas ha garantizado la subsistencia. Duras cuarcitas y láminas de pizarra ofrecieron abundante material constructivo para una definida arquitectura tradicional. Ahora, la explotación de la pizarra es base de una próspera industria que, al menos en parte, ha minimizado la profunda despoblación de la comarca.

Río Eria



Altas cumbres y abundantes fuentes abastecieron de agua numerosas minas romanas, entre ellas la de Las Médulas. Por La Cabrera, los romanos trazaron infinidad de canales cuyo perfil todavía se intuye en las laderas.

La ruta se estructura en dos etapas, coincidentes con las dos Cabreras.

### 1. La Cabrera Alta. Castrocontrigo-Corporales.

Desde (1) **Castocontrigo**, el recorrido se adentra en la Cabrera Alta a través del municipio de Truchas por la carretera LE-126. Son muchos los recursos que esta comarca ofrece a un visitante aficionado a recorrer pequeños pueblos y grandes paisajes.



Manzaneda



Villar del Monte



Villar del Monte



Pajares



(2) **Villar del Monte**, fuera de la carretera general, es el primer reclamo. Una esmerada arquitectura tradicional, con formas constructivas propias, salpica el pueblo: casas de dos plantas, de piedra, con vistosos corredores de madera y escaleras exteriores de grandes lajas de piedra, serán una constante en toda La Cabrera. Una chimenea, un tirador, la forma de labrar una balconada o un simple detalle decorativo en el dintel de una puerta personalizarán cada casa. Villar ha guardado con celo sus tradiciones, que ofrece al visitante en su Casa de la Cultura Tradicional y en su pequeño museo del Encaje. Un paseo por el pueblo permite descubrir sus pajares,

todavía cubiertos con *colmetas*, las gavillas de centeno empleadas para *techar*; o los hornos de barro instalados en algún corredor.

De nuevo en la carretera, cada pueblo tiene algo que ofrecer. Quintanilla de Yuso, Valdavidio, La Cuesta... La presencia humana es una constante en el paisaje: el incesante laboreo minero romano en forma de cárcavas rojas que desentrañan la tierra; los cultivos, escasos ahora, que se leen en el paisaje por los bancales en las laderas y por



## Corporales



las extensas bandas de matorral que los sustituyen; los *soutos* de castaños, que producían las sabrosas castañas que tanta hambre distrajeran...

Llegando a **(3)Truchas**, se distingue en el horizonte la silueta del castillo de Peña Ramiro. Una leyenda cuenta que La Cabrera debe su nombre a una refriega ocurrida en él. Los musulmanes tomaron la fortaleza con un gran ejército, pero las tropas cristianas, a pesar de su inferioridad, ingeniaron una treta para hacerles frente: cuando la oscuridad impidiera ver a los atacantes, simularían un asalto nocturno en que las tropas cristianas serían un rebaño de cabras con antorchas atadas a los cuernos. Y así atacaron una noche y los agarenos, espantados por aquellos espectros que subían ladera arriba contra ellos, abandonaron la plaza y no pararon hasta Torneros de La Valdería, donde se dieron cuenta del engaño a la voz de *capra era* y de ahí... La Cabrera.

Truchas guarda un bonito puente romano, pero es en Truchillas donde esconde uno de sus tesoros, el lago de Truchillas, declarado Monumento Natural, una magnífica muestra del glaciario cuaternario en la comarca. El acceso solo es posible a pie, pero bien merece el paseo para contemplar las escarpadas paredes del pico Vizcodillo, a cuyos pies se abre el circo que ahora acoge el lago y hace miles de años, acogió un

## Lago de Truchillas



glaciar. La vegetación de la zona es otra singularidad del territorio: bosquetes de abedul, serbal, tejo y acebo se distribuyen a lo largo del amplio valle de fondo plano por el que fluye el arroyo del Lago.

El siguiente punto del recorrido es **(4)Corporales**, localidad de gran interés: la iglesia de Santiago, de sencilla portada románica, y la ermita de la Virgen de Las Ribas; sus casas, sus pajares, los *palleiros* como aquí los llaman, todavía con cubierta



Danza de Nabucodonosor. Corporales

de centeno, sus huertos... permiten intuir cómo debían ser estos pueblos hace apenas un siglo. En Corporales se mantiene una antigua tradición, la Danza de Nabucodonosor, en la que los danzantes, ataviados de blanco y con vistosas cintas de colores,

interpretan antiguos oficios locales. Es una de esas representaciones rurales que hay que ver, aunque solo sea una vez.

Corporales es, además, uno de los yacimientos arqueológicos que mayor información ha aportado acerca de las formas de vida de los pobladores prerromanos de esta Sierra. Junto al pueblo hay evidencias de dos castros, uno prerromano, La Corona, de los siglos II y I antes de Cristo; el otro, ya romano, se considera un castro minero. Hay también varias minas de oro, así como algunos de los canales más accesibles de toda la Cabrera, que pueden verse junto a la carretera en Peña Aguda, la collada situada sobre el pueblo camino de la otra Cabrera...

confluencia con el Sil.

Desde Corporales la carretera se dirige a **(5)Nogar**, con sus casas de corredor cerrado junto al río y su bonito puente de piedra. Aunque cualquiera de los pueblos guarda alguna sorpresa: palomares en Robledo de Losada; en Quintanilla de Losada sus casas blasonadas; la gente recogiendo la hierba en verano, un colmenar, el puente romano de Ambaguas, su fragua o sus molinos...

**(6)Encinedo** es el pueblo de más entidad. Cuenta con uno de los museos etnográficos más interesantes de Montañas del



Alto de Carbajal

## 2.La Cabrera Baja

La segunda etapa del recorrido por La Cabrera ofrece, a su vez, distintas posibilidades, pues la orografía es complicada y obliga a volver sobre nuestros pasos. Pero en realidad se va a recorrer el río Cabrera desde sus cabeceras hasta, casi, su



Nogar

Teleno, que ilustra un tiempo difícil de imaginar, cuando la romana era alta tecnología y la ropa de vestir o el ajuar, se hilaban en arcaicos telares caseros a base del lino cultivado junto al río.

Después, merece acercarse hasta **(7)La Baña**, con otro Monumento Natural en forma de lago glaciar. El acceso a pie, permite apreciar las imponentes panorámicas de la sierra de La Cabrera. La zona está salpicada de canteras de pizarra, utilizada para distintas aplicaciones en construcción y decoración.

Aunque es posible cruzar desde la Baña a Llamas de Cabrera por la carretera LE-164, se recomienda retroceder hasta Nogar para, desde allí, seguir el curso descendente del río. La carretera ofrece vistas inmejorables, con pequeñas aldeas dispersas en las laderas. Permiten imaginar los antiguos castros, de los que quedan varios ejemplos en Castrillo de Cabrera, Cunas, Santalavilla o Sigüeya, entre otros.



Lago de La Baña



De gran interés en esta parte del recorrido son los canales romanos, que pueden observarse en varios puntos casi al pie de la carretera, o dando un paseo ¡que bien lo merecen! Además de los ya mencionados en Peña Aguda, en Saceda se conserva el "Camino de La Mata", labrado en la piedra, que todavía muestra el desgaste producido por las ruedas de los carros, pues tras perder su función como conductos de agua, se emplearon durante centurias como caminos, *los carriles*, como aquí se conocen. Uno de los más accesibles está junto a la ermita de la Virgen del Valle, entre Llamas de Cabrera y Odollo; y también en Llamas está el canal de Valle Airoso, algo menos accesible.

Se piensa que la planificación de toda la infraestructura necesaria para el manejo del agua que abastecía las distintas minas de oro estaba a cargo de personal especializado bajo la supervisión del *procurator metalorum*, máximo responsable de las minas. El trazado de canales es una obra de magnitud impensable para su tiempo; a ellos hay que añadir un conjunto de balsas de regulación y depósitos con los que los romanos fueron capaces, incluso, a trasvasar agua de una cuenca a otra.

También en este tramo del recorrido se suceden pequeños pueblos, cada uno con un rincón escondido que ofrecer al visitante. Castrillo o

Quintanilla conservan su arquitectura popular, con bonitos corredores tallados por hábiles manos capaces de dar vida a la madera; en Odollo y Noceda, dos imponentes tejos milenarios junto a sus iglesias, relatan aquel remoto tiempo en que el tejo era un árbol sagrado, el árbol de la vida, con el que los pobladores de la Sierra emponzoñaban sus flechas para hacerlas mortales. También el paisaje es sobrecogedor, con laderas cubiertas de matorral y matas de encina que se suceden de loma en loma hasta donde la vista alcanza.

Y así, con calma, la misma que transmite el entorno, se alcanza **(8) Llamas de Cabrera**. La ermita de Nuestra Señora del Valle es testigo de una simbólica romería en la que las gentes buscaban la protección divina pasando bajo las andas que portan la imagen de la Virgen en la procesión. En **(9) Santalavilla** se conserva el único alcornocal de todo el territorio, una singularidad botánica solo posible por el ambiente mediterráneo de la zona. Y en **(10) Pombriego** la carretera alcanza el río, que en este tramo



Nuestra Señora del Valle



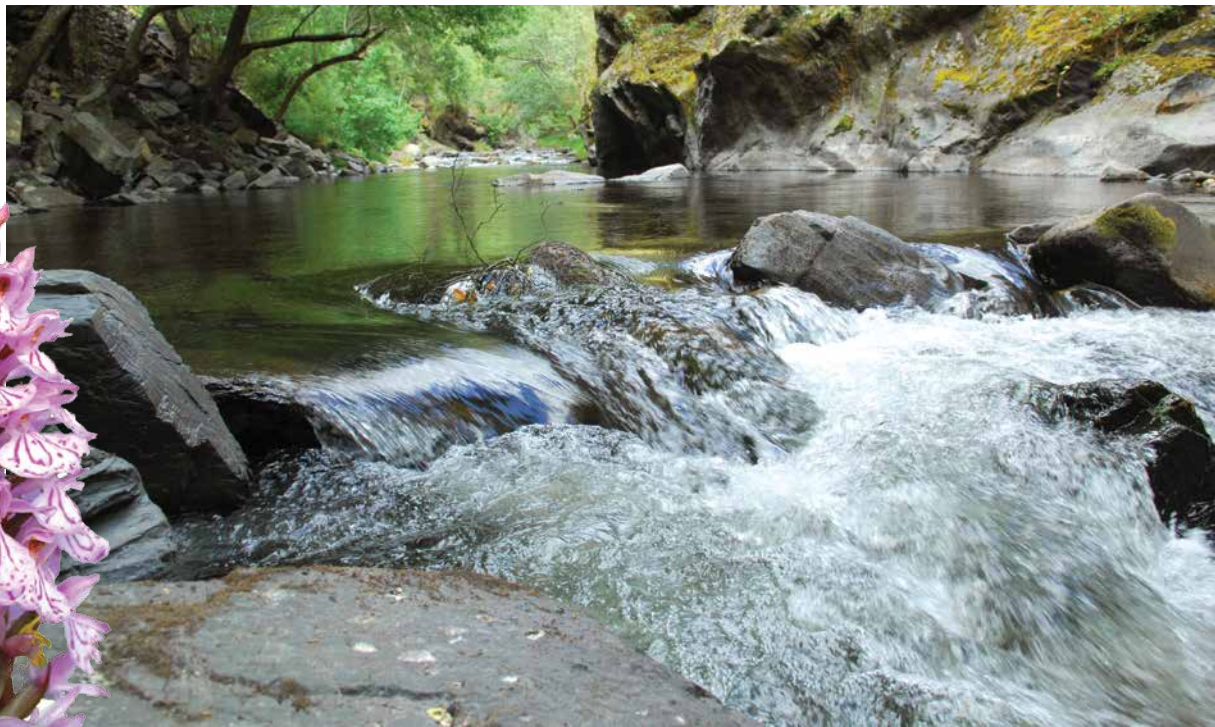


## Quintanilla de Losada



mantiene una de las riberas mejor conservadas, de la que se puede disfrutar en alguna de las áreas recreativas habilitadas. Benuza marca el final del recorrido por el territorio de Montañas del Teleno, aunque el río, que desconoce las fronteras administrativas, alcanza Puente de Domingo Flórez, donde vierte sus aguas al Sil.

La visita a La Cabrera no estaría completa sin degustar alguno de los platos típicos, elaborados con



Río Cabrera





productos locales: un sabroso botillo o *ventruyo*, como dicen en La Baña; un sencillo caldo cabreirés, con sus berzas, sus alubias y sus patatas bien aderezadas, eso sí, con chorizo, jamón y tocino; o unas buenas perdices, de las que antes había que salir a cazar para complementar la escueta dieta local.

La salida más sencilla de La Cabrera es hacia Ponferrada, aunque retornar por el mismo camino permitirá tener una visión complementaria y diferente a la obtenida, pues cada panorámica, cada momento del día, permiten percibir los mil matices diferenciadores de una Sierra tan versátil como La Cabrera.





OTROS RECURSOS TURÍSTICOS

# Museos y centros de interpretación

Son muchos los museos, colecciones etnográficas y centros de interpretación existentes en el territorio, que reflejan la diversidad de sus comarcas, las formas de vida de sus gentes, sus productos, su historia o sus tradiciones.

**ASTORGA** cuenta con centros tan relevantes como el **Museo Romano**,



Museo romano. Astorga donde se muestran diversos aspectos de la historia y la vida en *Asturica Augusta*. Su sede junto a la Ergástula, se complementa con los varios emplazamientos arqueológicos que se pueden visitar por todo el casco urbano. A él hay que sumar el **Museo de los Caminos**, emplazado en el Palacio

Episcopal de Gaudí y el **Museo Catedralicio**, que cuenta con interesantes piezas del patrimonio religioso de toda la diócesis. También el **Museo del Chocolate** un atractivo referente para conocer diferentes aspectos de la producción del cacao, la elaboración del chocolate y su vinculación con la ciudad.

**LA BAÑEZA** cuenta también con distintas iniciativas, como el **Museo de las Alhajas**, con una interesante colección de joyería e indumentaria popular; el **CIT de las Tierras Bañezanas**, que recoge diversos aspectos de la vida tradicional; la **Casa-Museo de D. Ángel Riesco**, dedicado a la vida y trabajo del sacerdote; el **Museo imaginero de la Semana Santa** bañezana, instalado en la capilla de Jesús Nazareno, que reúne algunos de los principales pasos; o el **CIT de la Alubia**, el producto agroalimentario más emblemático, situado en las dependencias del Consejo Regulador, donde se muestra una amplia colección de aperos relacionados con su cultivo y sus variedades pinta, canela, plancheta y riñón.

**BATÁN MUSEO Y CENTRO DE INTERPRETACIÓN TEXTIL "LA COMUNAL". VAL DE SAN LORENZO**

El tratamiento de la lana para la obtención de paños era un proceso laborioso, que requería distintas tareas sucesivas. Ya tejidos, los paños se lle-

vaban al batán, donde grandes mazos o piones los golpeaban y daban cuerpo. La tradición textil de Val de San Lorenzo ha permitido hacer visitable un batán, que sigue en uso, para mostrar a los visitantes distintos aspectos del procesado de la lana.

La crisis textil del siglo XIX obligó a muchos artesanos locales a asociarse, para lo que en 1920, constituyeron "La Comunal" una sociedad en la que compartían máquinas para las distintas tareas. El taller es ahora visitable y conserva buena parte de la maquinaria original.

**ALFAR MUSEO DE JIMÉNEZ DE JAMUZ**

Jiménez de Jamuz es famoso por sus cacharros, elaborados según la tradición en talleres familiares. El alfar-museo ocupa las dependencias de un antiguo taller donde la producción artesanal se compatibiliza con las visitas.

**CASA – MUSEO. SANTA COLOMBA DE SOMOZA**

Una antigua casa arriera, con sus balconadas de madera y su amplio patio empedrado, acoge una interesante colección etnográfica en la que la cocina, con horno y escañiles, sigue siendo la pieza central de la vida doméstica.

**MUSEO DE LA ARRIERÍA MARAGATA. SANTIAGOMILLAS**

La memoria de la arriería maragata se guarda en este museo ubicado en un edificio tra-



dicional. Presenta el legado de los arrieros, sus libros de cuentas, sus acémilas y carros, una forma de vida perdida, ligada para siempre a La Maragatería.

### **MUSEO ETNOGRÁFICO BENIGNO EIRIZ. ALIJA DEL INFANTADO**

El museo presenta una colección de piezas etnográficas de todo el noroeste peninsular, entre las que destaca la abundante maquinaria de uso agrícola, así como carros, ruedas, arados y todo tipo de aperos de labranza.

### **MUSEO ETNOGRÁFICO Y ARQUEOLÓGICO. CASTROCALBÓN**

En la antigua escuela, el museo presenta tanto el pasado de la comarca, su historia y sus evidencias, como las formas de vida y tradiciones de sus gentes.

### **MUSEO ETNOGRÁFICO. ENCINEDO**

El museo de La Cabrera rememora las formas de vida de esta singular comarca. Utensilios, aperos, indumentaria y una interesante colección de fotografías y dibujos costumbristas ilustran distintas actividades cotidianas de la zona.

### **MUSEO DEL ENCAJE. VILLAR DEL MONTE**

Una bonita casa tradicional, acoge una interesante muestra de paños de ofrenda originarios de La Cabrera y otros objetos re-

lacionados con el trabajo de hilado.

### **MUSEO DE LA MIEL. TABUYO DEL MONTE**

Una de las producciones más arraigadas en el somontano del Teleno es la miel y este museo vivo permite observar, a través de un cristal, a las hacendosas abejas en su trabajo habitual.

### **CIT MICOLÓGICO. TABUYO DEL MONTE**

Junto a los pinares de Tabuyo, la "Casa de las Setas" tiene vocación de centro de estudios de los hongos y de centro de interpretación para potenciar el uso turístico de un recurso con tanta proyección como el micológico.

### **CIT DE LA CEPEDA. OTERO DE ESCARPIZO**

El palacio de Los Pernía acoge el centro cultural y museo "Torreón de los Pernía" en el que se organizan todo tipo de actividades destinadas a difundir la cultura tradicional de La Cepeda.

Alfar Museo



Batán Museo



Museo de Encineldo



# Gastronomía

Fruto de una larga tradición, la gastronomía de Montañas del Teleno y La Cepeda muestra gran diversidad. No faltan platos sencillos, cotidianos, elaborados a base de los productos locales del laboro y los ganados.

Entre las sabrosas chacinas sobresale la **cecina**, con indicación geográfica protegida.

El **cocido maragato** es uno de los platos protagonistas, con sus garbanzos, sus carnes abundantes y variadas, sus verduras y la sabrosa sopa que se come al final.

Las **alubias** de La Bañeza y La Valduerna o las **patatas** de La Cepeda han adquirido un merecido reconocimiento; con ellas se elaboran suculentos guisos, tan tradicionales como sabrosos.

Los **lechazos de Montañas del Teleno** son de gran calidad. Su crianza en pastos naturales los convierte en un producto único y exclusivo. También los **hongos** tienen en la zona un referente, tanto en lo que a producción se refiere, como a su elaboración y transformación local, siendo habitual su oferta en temporada.

No faltan postres y dulces tradicionales, como las **man-**

Chocolate de Castrocontrigo



**tecadas** y los **merles** de Astorga, o los **imperiales** de La Bañeza. El **chocolate** tiene presencia propia en Astorga y Castrocontrigo, donde se sigue elaborando de forma tradicional.



Alubias de La Bañeza

# Artesanía

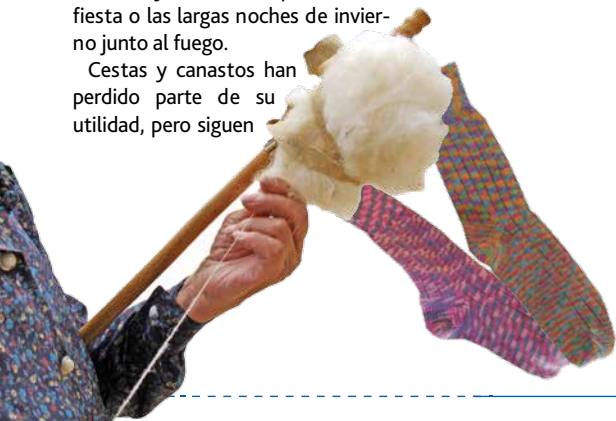
Cestería



No faltan en el territorio artesanos que han sabido hacer llegar al siglo XXI algunas de las producciones más singulares del suroeste leonés; perpetúan viejas técnicas y actualizan diseños para hacer objetos más acordes con los tiempos.

Siempre hubo manos expertas capaces de obtener de la madera de los montes todo lo necesario para la casa y el trabajo: aperos, ruedas, carros, muebles o yugos, salían de encinas, fresnos, castaños, negrillos, humeros y brezos, en función del uso que fueran a tener. También las flautas, castañuelas y tamboriles que amenizaban el baile el día de la fiesta o las largas noches de invierno junto al fuego.

Cestas y canastos han perdido parte de su utilidad, pero siguen



siendo objetos demandados. Ya no hay fraguas, pero todavía hay quien moldea el hierro con habilidad y le da nuevas utilidades. Pero sobre todo no hay tiempo para estas producciones esmeradas, aunque todos apreciemos su valía y el saber secular que atesoran...

Pero sin duda han sido los textiles, que han pervivido en Val de San Lorenzo, y los alfares de Jiménez de Jamuz las producciones artesanas más conocidas de la comarca. De los talleres de Jiménez salieron todo tipo de "cacharros" que se distinguían por la tonalidad rojiza, algo verdosa, de su vidriado, y cubrían cualquier necesidad doméstica: nateras, orzas, cántaros y ollas, botijos y barrilas y todo tipo de cazuelas. Eran pequeños talleres familiares que se encargaban de todo el proceso, desde la extracción del barro o el diseño y elaboración de las piezas, a su venta en ferias y mercados de todo León.

También en Val de San Lorenzo, se mantienen algunos talleres centenarios que siguen elaborando con esmero, cálidas mantas de lana, chales y bufandas, alfombras, cobertores y otros variados artículos de reconocida calidad.



Alfar Museo. Jiménez de Jamuz



# Otros recursos

## CAMINOS HISTÓRICOS DE MONTAÑAS DEL TELENO

Son muchos los caminos que, desde siempre, han cruzado el territorio de Montañas del Teleno, debido a su situación estratégica y por haber sido Astorga, la *Asturica Augusta* romana, centro de la dominación del territorio.

Desde las primeras etapas de la romanización se tiene constancia de una amplia red de calzadas, ya mencionadas en el Itinerario de Antonino, con sus trazados, sus puentes, miliarios y *mansio*, las posadas que atendían a los viajeros. La más relevante es la **Vía de la Plata**, uno de los itinerarios peninsulares de mayor tradición y, sin duda, uno de los que más diversidad de paisajes y de cultura aglutina.



Puente de la Vizana

Fue el propio Octavio Augusto quien promovió su trazado para unir las dos grandes ciudades del oeste peninsular, *Asturica* (Astorga) y *Emérita Augusta* (Mérida). A lo largo de la historia ha sido la vía occidental más empleada; por ella subían y bajaban las huestes musulmanas y cristianas cada primavera para sus razias anuales. Y quizá a los agarenos, que la denominaban *Bal'latta*, el gran camino, deba su nombre actual, aunque también podría derivar de *platea*, vía pública.

Dotada de todo tipo de servicios, atraviesa las provincias de Cáceres, Salamanca y Zamora antes de llegar a

Crucero de Santo Toribio. San Justo de la Vega





León, donde accede por el magnífico puente de La Vizana, sobre el Órbigo que, durante siglos, facilitó el paso de las merinas trashumantes. Pronto encuentra Alija del Infantado y Quintana del Marco, donde se encontró la villa romana de Los Villares, con sus magníficos mosaicos. Prosigue hacia el norte, por San Juan y San Martín, ambos de Torres, donde los arqueólogos buscan la antigua ciudad de los orniacos, *Bedunia*. Llega a La Bañeza y, entre tierras de secano y fértiles vegas de regadío, cruza la Valduerna, deja atrás el puente Valimbre y alcanza finalmente Astorga.

Otro de los grandes caminos indisolubles del territorio de Montañas del Teleno es el **Camino Francés a Compostela**, sin duda el camino jacobeo de mayor proyección internacional. Primer Itinerario Cultural europeo, UNESCO ha reconocido su trascendencia cultural, histórica y espiritual declarándolo Patrimonio Mundial.

Accede a Montañas del Teleno por San Justo de la Vega, tras pasar el crucero de Santo Toribio, con sus imponentes vistas de Astorga y la vega del Tuerto. Astorga merece una parada prolongada, pues ofrece multitud de recursos dignos de una visita y buenos platos, embutidos y dulces con los que deleitar el paladar y mitigar los rigores de la peregrinación. La ciudad es acogedora, acostumbrada a recibir y despedir viajeros, que desde allí, por la puerta del Obispo, enfilan el camino que, cruzando La Maragatería, se dirige al Bierzo. Murias de Rechivaldo y Castrillo de los Polvazares son los dos primeros hitos del recorrido, donde ya se intuyen el paisaje de encinas y robles que acompañarán al caminante y los bonitos pueblos maragatos que encontrará a su paso. Después, Santa Catalina de Somoza y El Ganso, de sugestivo nombre vinculado a los templarios. No faltan en todos ellos propuestas para cubrir las necesidades del peregrino. Y después, antes de acometer las cuestas de Foncebadón, Rabanal del Camino. La ermita del Cristo de la Vera Cruz, la de San José, su calle Real, la casa de las Cuatro Esquinas y, sobre todo la iglesia románica de la Asunción, se presentan al caminante en su sencillez rural. La iglesia es del siglo XII, aunque muy modificada; formaba parte de un hospital patrocinado por los caballeros del Temple.

Siempre a la sombra del Teleno, el camino sigue su ascenso. La primavera hace florecer jaras, lavandas y escobas, que no solo colorean a las laderas, sino que las impregnan de penetrantes aromas. El invierno es duro, pues los 1.510 metros del puerto de Foncebadón favorecen las nevadas, que hacen de él un paso complicado. Quizá por eso, a finales del siglo XI, el eremita Gaucelmo fundara en Foncebadón una alberguería que el rey Alfonso VI patrocina con generosas donaciones. El pueblo mantiene su vocación de acogida con una considerable oferta turística. Desde allí, junto a las ruinas del antiguo monasterio, el camino se dirige a la ansiada Cruz de Ferro, ese singular crucero donde cada peregrino deposita, en forma de un pequeño guijarro, sus anhelos y esperanzas. Luego, ¡el Bierzo!

Cruz de Ferro. Foncebadón



**CONSORCIO PROVINCIAL DE TURISMO DE LEÓN**

Tel.- 987 292 279  
Fax.- 987 235 250  
consorcio.turismo@dipuleon.es  
www.turisleon.com

**GRUPO DE ACCIÓN LOCAL MONTAÑAS DEL TELENO**

Tel.- 987 605 910  
www.montañasdelteleno.com

**GRUPO DE ACCIÓN LOCAL CUATRO VALLES**

Tel.- 987 581 666  
www.cuatrovalles.es

**TURISMO DE CASTILLA Y LEÓN**

Tel.- 902 203 030  
www.turismocastillayleon.com

**FUNDACIÓN DEL PATRIMONIO NATURAL DE CASTILLA Y LEÓN**

Tel.- 983 345 850  
www.patrimonionatural.org

**ALETUR. ASOCIACIÓN LEONESA DE EMPRESARIOS DE TURISMO RURAL**

Tel.- 639 546 562  
aletur2015@gmail.com  
www.aletur.es

**OFICINAS DE INFORMACIÓN TURÍSTICA**

La Bañeza\* Tel.- 987 656 737  
Astorga\* Tel.- 987 618 222  
Alija del Infantado\* Tel.- 987 667 201

\* ABIERTAS TODO EL AÑO

**MUSEO DE LOS CAMINOS**

Tel.- 987 616 882  
Localidad: Astorga

**MUSEO CATEDRALICIO**

Tel.- 987 615 820  
Localidad: Astorga

**MUSEO ROMANO**

Tel.- 987 616 937  
Localidad: Astorga

**MUSEO DEL CHOCOLATE**

Tel.- 987 616 220  
Localidad: Astorga

**MUSEO DE LAS ALHAJAS**

Tel.- 987 655 192  
Localidad: La Bañeza  
www.museoalhajas.es

**MUSEO ÁNGEL RIESCO**

Tel.- 987 641 187  
Localidad: La Bañeza

**CIT DE LAS TIERRAS BAÑEZANAS**

Tel.- 987 656 737  
Localidad: La Bañeza

**CIT DE LA ALUBIA**

Tel.- 987 641 686 // 659 967 300  
Localidad: La Bañeza

**MUSEO IMAGINERO DE SEMANA SANTA**

Tel.- 680 982 329  
Localidad: La Bañeza

**BATÁN MUSEO Y CENTRO DE INTERPRETACIÓN TEXTIL “LA COMUNAL”**

Tel.- 616 686 337 // 987 635 001  
Localidad: Val de San Lorenzo

**ALFAR MUSEO DE JIMÉNEZ DE JAMUZ**

Tel.- 987 664 488  
Localidad: Jiménez de Jamuz  
Ayuntamiento: Santa Elena de Jamuz

**CASA—MUSEO DE SANTA COLOMBA DE SOMOZA**

Tel.- 987 631 193  
Localidad: Santa Colomba de Somoza

**MUSEO DE LA ARRIERÍA MARAGATA**

Tel.- 987 630 275  
Localidad: Santiagomillas

**MUSEO ETNOGRÁFICO BENIGNO EIRIZ.**

Tel.- 987 667 201  
Localidad: Alija del Infantado

**MUSEO ETNOGRÁFICO Y ARQUEOLÓGICO DE CASTROCALBÓN**

Tel.- 987 668 022  
Localidad: Castrocalbón

**MUSEO ETNOGRÁFICO DE LA CABRERA**

Tel.- 987 664 069  
Localidad: Encinedo

**MUSEO DEL ENCAJE. VILLAR DEL MONTE**

Tel.- 987 670 285 // 983 796 035  
Localidad: Villar del Monte  
Ayuntamiento: Truchas

**MUSEO DE LA MIEL. TABUYO DEL MONTE**

Tel.- 987 630 450  
Localidad: Tabuyo del Monte

**CIT MICOLÓGICO. TABUYO DEL MONTE**

Tel.- 987 053 855  
Localidad: Tabuyo del Monte

**CIT DE LA CEPEDA. OTERO DE ESCARPIZO**

Tel.- 987 605 134  
Localidad: Otero de Escarpizo  
Ayuntamiento: Villabispo de Otero

**CONSEJO REGULADOR DE LA I.G.P. MANTECADA DE ASTORGA**

C/ Padres Redentoristas, 26  
24700 Astorga (León)  
Tel.- 987 616 336  
www.mantecadasdeastorga.es

**CONSEJO REGULADOR DE LA I.G.P. CECINA DE LEÓN**

C/ Padres Redentoristas, 26  
24700 Astorga (León)  
Tel.- 987 615 275  
www.cecinaeleon.org

**CONSEJO REGULADOR DE LA I.G.P. ALUBIA DE LA BAÑEZA**

Avd. Portugal s/n  
24750 La Bañeza (León)  
Tel.- 987 641 686  
www.alubiadelabanezaleon.es

**M.G. LECHAZO MONTAÑAS DEL TELENO Y VACUNO DE MONTAÑAS DEL TELENO**

C/ Valdespino s/n  
24717 Val de San Lorenzo (León)  
Tel.- 987 63 52 00  
www.ganaderosteleno.org



MONTAÑAS DEL TELENO  
Y LA CEPEDA



LEÓN



CONSORCIO PROVINCIAL  
DE TURISMO

[www.turisleon.com](http://www.turisleon.com)