MONTAÑAS
VACIAS
BIKEPACKING
SPANISH
LAPLAND
GUÍA 2022

# CONTENIDO


Introducción 3
Lo básico 4
- Leave No Trace 5
- Comida 5
- Agua 6
- Dormir 7
- Salud y seguridad 9
- Logística 9
- Cartografía 10
- Responsabilidad 10
- Dificultad 11
- Sectores y Waypoints 12
- Tiendas de bicis 12
- MV-Points 13

La ruta 14
- Ideas de recorridos 31

# INTRODUCCIÓN

El principal objetivo de MontañasVacías es dar a conocer la Laponia Española a través de una ruta de Bikepacking (lo que viene siendo alforjeo con bici de monte de toda la vida, para que nos entendamos), tomando Teruel como punto de partida y llegada. Recorre los Montes Universales, la sierra de Javalambre y  la de Gúdar, mayoritariamente por pistas forestales en buen estado.

Aun así, no es estrictamente un recorrido pensado para bici gravel, pero tampoco lo es de bici de montaña en un sentido puro. La elección de la bici y el material adecuado es parte del juego. Elijas la bici que elijas, habrá puntos que te harán llegar a su límite, pero siempre por zonas de baja dificultad técnica y huyendo lo más posible del asfalto.

Si vas con bici de gravel con ruedas finas, igual tienes que poner pie a tierra en un par de sitios, y si vas con una bici de montaña, algunos tramos de pista rápida pueden hacerse muy largos. Aventura. Unas cubiertas de 40 o 42 mm podrían ser un buen mínimo, y en cuanto al desarrollo, todo lo que puedas.

Sin ninguna duda mis dos principales inspiraciones para este recorrido son la CAT700 y la Torino-Nice Rally, ambas con la misma esencia por la búsqueda del desafío entre hombre y máquina. Fue precisamente preparándolas cuando descubrí gran parte de este recorrido. Sin embargo, a diferencia de éstas, la MontañasVacías puede considerarse una ruta libre, sin una fecha concreta. Tú eliges cuándo venir a hacerla y con quién, pero con esa esencia del Bikepacking de la que me empapé en ambos eventos y durante la preparación hacia ellos, en cuanto a viaje, compañerismo, aventura, larga distancia, cultura, gastronomía, etc.

En mucha de la gente que he conocido a lo largo de este tiempo he percibido una necesidad por descubrir nuevas rutas, nuevos lugares, nueva gente con unas mismas inquietudes, nuevas excusas para juntar a viejos amigos, o por qué no, nuevos retos en solitario. Esta ruta nace como respuesta a esta necesidad. Y creo que esto también se puede lograr a través de un itinerario permanente.

Mándame tus dudas, tus propuestas, tus opiniones sobre las partes más bonitas, más duras o las que se pueden mejorar, lo que sea. Comparte tus experiencias con otros, o incluso propon una salida conjunta con más gente. Interactúa, es parte de la filosofía que quiero transmitir con esta ruta.

*Ernesto Pastor*
*@montanasvacias*
*montanasvacias.com*

# LO BÁSICO

# LEAVE NO TRACE

Primero, y por encima de todo, sé autosuficiente y ten claro que no habrá nadie detrás de ti recogiendo tu basura, así que sigue las recomendaciones Leave No Trace y ¡no dejes huella!

No dejes ni un solo desperdicio a tu paso. Deja todo como lo encontraste, y si es posible, mejor. Si donde vas a dormir hay algún envoltorio o envase, llévatelo con tu basura, genera un impacto positivo allá por donde pases. Inspira a los tuyos para que también lo hagan.

Si sientes la llamada de la naturaleza, como suele ser normal a diario, excava un agujero, (cat hole lo llaman en inglés), procurando alejarte al menos 100 metros de cualquier torrente de agua. No viene mal una pequeña pala, y no, no estoy exagerando, las hay de 12 gramos que no abultan nada, se usan más de lo que imaginas. Después tápalo y haz lo posible para que se note lo menos posible. Por supuesto, no dejes allí ni celulosa ni mucho menos toallitas. A una bolsita de plástico y te lo llevas con el resto de tu basura.

Como veremos, hay un montón de opciones para dormir al aire libre. Lugares tranquilos, lugares espectaculares, áreas de acampada, refugios y todo tipo de alojamientos a lo largo de los recorridos. Sé discreto, monta tarde, levanta pronto, y si haces fotos para tus RRSS, que la ubicación no sea identificable, por discreción, por respeto, y para que este "invento" dure muchos años, nunca sabes si donde duermes es un lugar protegido, privado, es una reserva de algún tipo, o varias de ellas al mismo tiempo.

No hagas fuego, no uses camping gas, ya comes caliente todos los días de tu vida. Siempre podrás esperar al siguiente bar para tomarte un café o un asado recién hecho. Todas las zonas que recorrerás tienen alto peligro de incendio.

Si tienes pensado pegarte algún baño en pozas o ríos, por favor, usa un protector solar mineral en lugar de uno químico habitual. Cada vez son más habituales y el precio es parecido. Cada gota cuenta.

Pegatinas: No vayas poniendo por ahí las pegatinas de tu pueblo, tu empresa, o tu página web, no hay necesidad de dejar un residuo en mitad de la nada. No queremos que la zona acabe como un cartel del Stelvio.

# COMIDA

Mi consejo es llevar comida suficiente por lo que pueda pasar. En la descripción del recorrido podrás hacerte una idea de las distancias entre los

puntos en los que puedes encontrar comida. Elige cuanta necesitas llevar encima en función de tu planificación diaria, es decir, a modo de ejemplo, no es igual de grave que la siguiente tienda de ultramarinos esté a 70 km para alguien que hará 80 km diarios que para alguien más experimentado que haga 200.

Lleva siempre algo de comida de emergencia al fondo de la bolsa, como frutos secos, una lata, embutido, etc.

Restaurantes los justos. Pocos supermercados, como mucho pequeñas tiendas de ultramarinos. Planifica, y si pasas por alguno de ellos, aprovecha, igual tardas en volver a pasar por otro. Aprovecha los "almuerzos". Entre las 10 y las 11 de la mañana. Por ejemplo, la vida en cualquier pueblo de la provincia de Teruel se paraliza a esas horas. Un bocadillo grandote, con algo de picar, una bebida y el café, puede estar entre 4 y 5€.

Los bares rurales. Bastantes de los pueblos por los que pasarás no tendrán tiendas, ni si quiera restaurantes, pero sí es fácil encontrar pequeños bares rurales, que además suelen ser el epicentro de la vida social. No esperes gran variedad, empatiza con sus circunstancias, habla con la gente, y confórmate con lo que encuentres. Bebida, helados, alguna chocolatina, y si tenemos suerte algún bocadillo, te sabrán a gloria si llegas con hambre. Abre tu mente y disfruta de que al menos, todavía está el bar abierto. Quizás vuelvas en un par de años y ya no lo esté.

## AGUA

Valen muchos de los consejos del punto anterior. En todos los pueblos por los que pases encontrarás una fuente. Así mismo, pasarás por bastantes areas recreativas que tienen una.

El agua no tiene por qué ser un problema, aunque en función del año, la zona puede sufrir épocas más secas. Mi consejo es portear al menos unos 2 litros en las épocas de más calor, y en las de temperatura más suave 1,5 litros sería suficiente para llegar de un punto de agua al siguiente.

No es mala idea llevar una botella plegable de medio litro o tres cuartos, no pesa ni abulta nada y puede ser muy útil.

En la descripción o en los tracks no vas a encontrar la ubicación de los puntos de agua. Algunos lo agradecerían, a otros les da igual. Digamos que puede ser por dejar un pequeño terreno a la improvisación.

# DORMIR

## VIVAC O TIENDA DE CAMPAÑA

Tendremos que tener en cuenta que atravesaremos zonas protegidas:

-**Paisaje Protegido de los Pinares del Ródeno**: Desde la Laguna de Bezas hasta Albarracín. Prohibido el vivac y todo tipo de acampada.

-**Parque Natural del Alto Tajo**. Desde el Nacimiento del Tajo hasta el Refugio de la sima de Alcorón, después de Zaorejas. Solo está permitido el vivac y la acampada en régimen de travesía (es decir, la que se realiza para pernoctar con tienda de campaña durante un período que no exceda al comprendido entre una hora antes del anochecer y una hora después del amanecer) con autorización previa del PN, y pago de la tasa correspondiente, que lo hace menos práctico, por lo que lo aconsejable es salir del PN para ello. Tanto el vivac como la acampada en régimen de travesía se haría de forma individual o para grupos menores de 10 personas, con un máximo de 4 tiendas.

-**Parque Natural de la Serranía de Cuenca**. Desde Santa María del Val a Beamud. En este caso el vivac está autorizado en todo el parque, sin embargo no está permitida la acampada en travesía sin autorización por parte del parque, para lo que habría que hacer una solicitud y pagar una tasa. Aprovecha por tanto el precioso refugio de la Alconera, está ubicado en un lugar mágico.

## REFUGIOS

Uno de las puntos interesantes de esta ruta es la presencia de refugios libres a lo largo del recorrido. Dormir en cualquiera de ellos es una experiencia muy recomendable.

Respétalos. Cuídalos. Algunos están mejor conservados que otros, aun así, deja todo como lo encontraste y si es posible, mejor. Como siempre digo, su estado de conservación es directamente proporcional a su distancia a una carretera o lugar turístico.

Se han catalogado en base a una escala de una a cinco estrellas en función de la suma de diferentes parámetros, como pueden ser el estado de conservación y limpieza, instalaciones o servicios con los que cuentan, ubicación, comodidad, etc.

Encontrarás los siguientes:

**REFUGIO EL COLLADO**
Alto Tajo
*****
Precioso refugio con chimenea, literas de madera y fuente.

**REFUGIO DE LA PORTERA**
Sierra de Albarracín
*****
Junto a un impresionante mirador. Con chimenea, estufa y literas de madera

**REFUGIO FORESTAL**
Nacimiento del Tajo
***
Refugio con chimenea, en un estado aceptable pese a estar junto a la carretera

**REFUGIO SAN LORENZO**
Camino Natural del Tajo
*****
Con chimenea, literas de madera, junto a la solitaria ermita de San Lorenzo

**REFUGIO FUENTE DE LOS VAQUEROS**
Checa
****
También con chimenea, se encuentra en un entorno espectacular. A 2 kms de Checa

**REFUGIO VADO SALMERÓN**
Camino Natural del Tajo
*
Refugio muy básico sin ninguna instalación. Como emergencia

**REFUGIO DE LA FALAGUERA**
Camino Natural del Tajo.
*
Refugio muy básico sin ninguna instalación. Como emergencia

**REFUGIO DE LA SIMA DE ALCORÓN**
Zaorejas
***
Con chimenea. Amplios soportales pero poco espacio interior

**REFUGIO DE VALSALOBRE**
Valsalobre
*****
Limpio, amplio, con literas de hormigón, y en un bonito entorno.

**REFUGIO DE LA ALCONERA**
Serranía de Cuenca
*****
Limpio, con literas de madera, en un entorno mágico.

**REFUGIO DEL COLLADO DEL BUEY**
Sierra de Javalambre
****
Básico, tejado e interior reciéntemente reformado, un encanto especial y a 1720m de altitud

**REFUGIO LA CHAPARRILLA**
Sierra de Gúdar, junto a las pistas de esquí de Valdelinares
***
Con chimenea. En un estado aceptable. El más elevado de todos, a 1800m

-o-

Aparte de estos, pasarás cerca del Refugio guardado Rabadá y Navarro junto a las pistas de esquí de Javalambre, donde además podrás cenar y desayunar. Es aconsejable llamar para reservar si tienes pensado pasar la noche allí.
Tel: 978 768 083 www.refugiorabadaynavarro.com

### CAMPINGS

Encontrarás campings en Albarracín, Bronchales, Orihuela del Tremedal, Peralejos de las Truchas y Alcalá de la Selva.

### ALOJAMIENTOS

Si a pesar de los refugios, campings, o los maravillosos sitios para dormir bajo la estrellas, crees que lo tuyo es dormir en una cama, en la descripción del recorrido detallo los pueblos en los que puedes encontrar alojamiento. Aviso: no son muchos.

## SALUD Y SEGURIDAD

No los vas a necesitar, pero puede ser útil saber que a lo largo del recorrido sólo encontrarás centros de salud en Teruel, Albarracín, Orihuela del Tremedal, Checa, Beteta y Mora de Rubielos. Y en los atajos, en Tragacete y Molina de Aragón.

Procura llevar un botiquín, a todos los que viajamos así nos encanta preparar este tipo de cosas, y sobre todo, no usarlas. También puede ser útil cun tracker satélite como SPOT o InReach, puede hacerte sentir más seguro si viajas solo. Para mi es un imprescindible desde hace unos años.

## LOGÍSTICA

### CÓMO LLEGAR A TERUEL

**En coche**. Llegamos habitualmente por la A23, tanto viniendo desde el norte, como desde levante. Parking recomendado: Frente al cuartel de la Guardia Civil, junto a un supermercado.

**En tren**. Tan solo tenemos conexión con Zaragoza y con Valencia. Tres o cuatro trenes diarios a cada una de las dos ciudades. Está permitido el transporte de bicicletas. Compra de billetes en renfe.com

**En avión**. A través de los aeropuertos de Valencia o Zaragoza:
-Aeropuerto de Manises. Valencia. Desde el aeropuerto hay que llegar a la estación Norte de Valencia. Para ello hay varias opciones: durante sábados y domingos está permitido llevar bicis en el metro por lo que puedes tomar las lineas 3 ó 5 hasta la Estación Norte. Entre semana la cosa se complica un poco ya que no podrás usar el metro. Una opción es el taxi o cualquier app

de transporte, estando atento a pedir uno tipo monovolumen, son 10 minutos y no será del todo caro. Otra opción es pedalear hasta la estación de tren. Una buena parte del recorrido es por carril bici. Son 13 km.

-Aeropuerto de Zaragoza. Desde el aeropuerto deberemos llegar a la estación de Delicias, desde donde podremos tomar el tren a Teruel. Para llegar allí, lo más recomendable es pedalear, ya que gran parte de los escasos 10 km hasta la estación son por pistas y carriles bici. Otra opción es tomar un taxi.

### VÍA VERDE DE OJOS NEGROS

Abre otras posibilidades para ampliar el viaje. Se trata del trazado de un antiguo tren minero que comunica las minas de carbón de Ojos Negros con Sagunto, en el Mediterráneo, pasando por Teruel. Puede ser una opción interesante recorrerla de vuelta a Valencia para tomar el tren o el avión, ya que es un trazado mayoritariamente en bajada. Unos 160kms desde Teruel a Sagunto, se hacen bien en una jornada. Una vez en Sagunto podemos coger el tren a Valencia. Track de la Vía Verde con el resto de archivos.

## CARTOGRAFÍA.

La cartografía más detallada de todo el recorrido es el mapa topográfico del IGN, disponible a través de apps como Mapas de España IGN u Orux Maps. Para poder tener también visualización de mapas off-line, se puede descargar al móvil la cartografía gratuita Topohispania.

Recomendable cargar también los tracks en una de estas apps para que sirva de backup en caso de fallo de nuestro gps.

## RESPONSABILIDAD

Tienes múltiples opciones de recorrido. Sé responsable y elige uno acorde a tu preparación y experiencia, cómo hemos dicho, te moverás por zonas remotas de montaña.

Es más que recomendable que te muevas con licencia, seguro, o lo que consideres oportuno. Lleva tu documentación encima. Cumple las normas, están para eso.

Obviamente, esto no es una carrera, no es ni siquiera un evento. No organizamos nada, tan sólo proponemos unos recorridos para que vengas sólo o con tus amigos a conocer estas zonas que tanto se lo merecen. Harás esta ruta bajo tu responsabilidad. Nadie es responsable de nada salvo tú.

# DIFICULTAD

Para mí, las tres principales dificultades del recorrido son el aislamiento, el clima y el desnivel.
El recorrido transcurre por zonas remotas y de montaña. Como os he contado, la Laponia Española tiene una densidad de población muy baja, que en los Montes Universales no llega ni siquiera a un habitante por kilómetro cuadrado (reales, no censados). Siempre que he recorrido estas zonas en solitario me recordaba esta frase, para tener siempre presente por dónde me movía:

## "SI LLEGAS A UN PUEBLO QUE PARECE TENER UNOS 100 HABITANTES, CABE LA POSIBILIDAD DE QUE TARDE O TEMPRANO PUEDAS PASAR 100 KILÓMETROS SIN VER A NADIE"

El clima es otro de los puntos a tener en cuenta. Durante gran parte del recorrido pedalearás por encima de los 1500 metros de altitud, llegando a los 2000 en un par de tramos. Las cosas allí arriba pueden complicarse bastante. Tenlo en cuenta.

Las épocas más estables para hacer el recorrido pueden ser, por un lado Mayo y Junio y por otro Septiembre y Octubre. Marzo y Abril suelen ser muy impredecibles, y puedes tener días de sol seguidos de días de nieve o de fuerte cierzo norte. En Julio y Agosto se pueden superar los 30 grados durante el día, bajar a 3 ó 4 grados por la noche, o nos puede sorprender alguna que otra tormenta, que en zonas de montaña pueden ser muy fuertes. Desde finales de Octubre al inicio de invierno ocurre como en la primera parte de la primavera: suele ser una época inestable e impredecible. Finalmente, el invierno ofrecería una experiencia que se aproximaría a la Laponia de verdad, llegar a -15°C no es difícil. Además, el recorrido atraviesa dos estaciones de esquí, con lo que puede haber tramos cortados por la nieve si estamos en temporada.

Hay cosas que pueden cambiar. Tenlo en cuenta. La lluvia puede haberse llevado un puente o la nieve haber tirado árboles, no pasa nada, improvisa, un viaje se convierte en aventura cuando algo sale mal.

Y por último, el desnivel. En mi opinión, la más previsible de las dificultades. Son 13000m+ y eso es algo que siempre hay que tener en mente. Como media, eso son casi 2000m+ cada 100km.

Por tanto, no olvides que es una ruta difícil. Puede que más difícil de lo que piensas. Ten siempre un plan B, aunque mejor no usarlo. Y sobre todo, ten siempre buena actitud y disfruta de la zona.

# SECTORES Y WAYPOINTS

Como ya habrás visto, el recorrido completo está dividido en sectores. Obviamente estos sectores no pretenden ser las etapas del viaje, tan solo atienden a una división geográfica aproximada, y cada uno planificará las etapas de su ruta a su gusto. A la hora de hacerlo ten en cuenta tanto la distancia como el desnivel de cada sector. Además, a lo largo de la ruta, encontrarás diferentes atajos o escapatorias, para que puedas diseñar rutas de fin de semana o más largas con recorridos de hasta una semana o diez días.

Cada uno de los sectores, así como cada uno de los tramos de enlace o atajo cuenta con su archivo gpx correspondiente. En el siguiente apartado veremos en detalle cada uno de ellos. Del mismo modo, también encontrarás un archivo gpx con todos los waypoints, no olvides cargarlo también en tu gps.

## ATAJOS INVERNALES

A los pocos días de nacer MontañasVacías ya tenía algún correo desde el norte de Europa con interesados por las opciones cuando zonas altas están nevadas y las pistas de esquí están abiertas. Las opciones pasan por bordear por asfalto las zonas más delicadas:

-**Javalambre**. Al llegar a la Fuente de la Miel, a 1550m de altitud aproximadamente, tomar la pista a la izquierda (waypoint marcado), directa a Camarena de la Sierra, desde donde tomar la carretera hasta La Puebla de Valverde, donde continuaremos el track.

-**Valdelinares**. Después de Linares de Mora, en lugar de abandonar el asfalto para comenzar el camino a nuestra izquierda para subir a las pistas (waypoint marcado), continuaríamos rectos a Valdelinares pueblo, desde donde podremos acceder por asfalto a las pistas de esquí aunque haya nieve. Desde allí, descendemos a Alcalá de la Selva también por asfalto donde reanudaremos el track.

En invierno siempre es útil verificar la meteo en las webs de ambas estaciones de esquí.

# TIENDAS DE BICIS

700 km sin ver una tienda de bicis. Tan solo en Teruel podrás encontrar alguna:

-Ciclos Mudéjar: Calle de San León Magno, 5. Tel 978610445
-Biciate: Calle Nicanor Villalta, 16. Tel 622106012
-Repuestos Sánchez: Camino de Castralvo, 3. Tel 978606831

En el *Atajo de los Castillos*, en Molina de Aragón, encontraras BlascoBikes, en Calle Carmen, 20. Tel 949830314

# MV-POINTS

Llevo un tiempo queriendo dar una vuelta de tuerca a las colaboraciones que hacemos gracias a los parches de MV. En mi opinión, los verdaderos héroes de estos territorios son todos aquellos que siguen viviendo en los pueblos, que mantienen un pequeño negocio, nos ofrecen un servicio, o nos alimentan con sus productos. Siempre he querido encontrar la forma adecuada de aportar entre todos nuestro granito de arena.

Por eso, a partir de ahora las donaciones que se recauden irán destinadas a crear puntos a lo largo del recorrido en los que podáis encontrar recambios de bici, como cámaras, cubiertas, parches, lubricantes, cables, eslabones, bombonas de camping-gas etc.

La idea es que con lo recaudado con las donaciones se comprará material y se enviará a puntos del recorrido que nos han apoyado y transmitido cariño desde el principio, como tiendas de ultramarinos, bares, o albergues. Estos establecimientos podrán vender el material enviado (o ceder a cambio de una donación), con lo cual se cierra el círculo de una manera muy interesante. Nosotros mismos creamos un recurso en los pueblos del que se pueden beneficiar, y del que nosotros mismos también podemos sacar partido.

Vamos a ir poco a poco, hay que ser conscientes de nuestro limitado poder. Por el momento bastará con tener unos pocos puntos distribuidos en el recorrido y ser capaces de reponer el material que se vaya vendiendo. Así iremos viendo y aprendiendo cómo funciona, las posibles necesidades, mejoras, o el feedback de las partes implicadas.

El procedimiento para obtener los parches y el resto de cositas figura en Montanasvacias.com/colabora

Estos son los MV-Points ya disponibles:

**GRIEGOS**
Albergue de Griegos
@alberguegriegos
688991239

**ZAFRILLA**
Bar-Casa Rural Papi
@barcasaruralpapi

**PERALEJOS DE LAS TRUCHAS**
Alimentación y Artesanía. Tienda Peralejos
672649100

**ALOBRAS**
El Mirador de las Tejadas
636296795

**VALSALOBRE**
Bar Valsalobre
@barvalsalobre

**MORA DE RUBIELOS**
Bar El Escalón
@elescalonmora

**TERUEL**
Solo cartuchos de camping-gas.
Contactar con Ernesto:
montanasvacias@gmail.com

LA RUTA

# LA RUTA

He dividido el recorrido en diferentes tramos, según las distintas zonas geográficas que recorre la ruta, pero que no pretenden ser propuestas de etapa.Tú eliges la distancia que quieres hacer cada día. El recorrido cuenta con varios tramos de enlace o atajos para que puedas diseñar la ruta que más te apetezca, entre 150 y 700 km.

SIERRA DE ALBARRACÍN
137KM – 2950M+
TERUEL – NACIMIENTO DEL TAJO

EL TAJO
116KM – 1690M+
NACIMIENTO DEL TAJO – ZAOREJAS

SERRANÍA DE CUENCA
140KM – 2150M+
ZAOREJAS – LAGUNA DEL MARQUESADO

JAVALAMBRE
130KM – 3020M+
LAGUNA DEL MARQUESADO – LA PUEBLA DE VALVERDE

GÚDAR
160KM – 3100M+
LA PUEBLA DE VALVERDE – TERUEL

TOTAL: 680KMS – 12910M+

Y en cuanto a los enlaces o atajos:

ATAJO CUBILLO
RÍO TAJO–TRAGACETE
22KM – 378M+

ATAJO TABERNILLAS
ALOBRAS – TERUEL
55KMS – 710M+

ATAJO LOS CASTILLOS
ZAOREJAS – TERUEL
165KM – 2048M+

ATAJO VÍA VERDE
LA PUEBLA DE VALVERDE - TERUEL
28KM – 160M+

ATAJO OREA
ORIHUELA DEL TREMEDAL - CHECA
13KM – 105M+

MONTAÑAS VACIAS
BIKEPACKING SPANISH LAPLAND
ZAOREJAS
MOLINA DE ARAGÓN
BETETA
PERALEJOS DE LAS TRUCHAS
CASTILLO DE ZAFRA
SERRANÍA DE CUENCA
RÍO TAJO
SIERRA DE ALBARRACÍN
PERACENSE
NACIMIENTO DEL TAJO
MONTES UNIVERSALES
ALBARRACÍN
LAGUNA DEL MARQUESADO
LAGUNA DE BEZAS
TERUEL
ALOBRAS
LA PUEBLA DE VALVERDE
2019
JAVALAMBRE
SIERRA DE JAVALAMBRE
SIERRA DE GÚDAR
ALCALÁ DE LA SELVA
2028
PEÑARROYA
MORA DE RUBIELOS
W
N
S
E

# SIERRA DE ALBARRACÍN

Partiremos de la coqueta ciudad de Teruel, no olvides perderte por su centro histórico y tomarte algo en la Plaza del Torico.

Tras una treintena de kilómetros llegamos a la Laguna de Bezas y la Peña de la Cruz, dos lugares perfectos para abrir boca y hacernos una idea del paisaje que tendremos a lo largo de esta primera parte.

Albarracín. En prácticamente todos los listados de pueblos bonitos. Para disfrutar de sus mejores perspectivas, seguiremos durante unos kilómetros el Camino del Cid. Puede que haya que caminar algún tramo corto, pero merecerá la pena, os lo aseguro.

Ponemos rumbo hacia el nacimiento del Tajo.

# SIERRA DE ALBARRACÍN

TERUEL — NACIMIENTO DEL TAJO

137KM – 2950M+
21% ASFALTO - 79% OFFROAD
TERUEL – NACIMIENTO DEL TAJO

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 0 | | Salida de Teruel: Los días tras grandes tormentas, intanta evitar los primeros kilómetros hasta El Campillo por la acumulación de barro. Usa el track de "Atajo Tabernillas" para llegar a ese pueblo. |
| 13 | | El Campillo. Bar no siempre abierto, dependiendo de la temporada o el año. |
| 21,6 | | Cruce con Atajo Tabernillas. |
| 22 | | Inicio Paisaje Protegido Pinares del Ródeno. Prohibido vivac y acampada en todo el Paisaje Protegido. |
| 24 | | Laguna Bezas. |
| 30 | | Desvío a Peña de la Cruz. 3 kms hasta impresionante mirador de toda la sierra de Albarracín. Muy recomendable. |
| 53 | | Fin Paisaje Protegido Pinares del Ródeno. |
| 53 | | Albarracín. En todos los listados de los pueblos más bonitos de España, también conocido por ser un destino para escaladores de todo el mundo. Bares, restaurantes, tiendas de ultramarinos, camping, alojamientos y centro de salud. |
| 55 | | Ascensión para vistas del pueblo desde la parte alta. Tramo de piedras empinado. Puede ser necesario caminar durante unos minutos, pero con vistas impresionantes. Merece la pena. Alternativa: continuar carretera principal por el túnel hasta retomar el track. |
| 82 | | Bronchales. Alojamiento y buenos restaurantes. Camping. |
| 95 | | Orihuela del Tremedal. Bares, restaurantes, tiendas de ultramarinos, camping, alojamientos y centro de salud. |
| 99 | | Comienzo del Atajo Orea. A poco más de 1km desde el inicio del atajo, se pasa por el refugio El Collado (*****). Chimenea, literas de madera, bien conservado y fuente cerca. |
| 102 | | Refugio de La Portera (*****). Chimenea, estufa, literas de madera, muy bien conservado y junto al impresionante mirador del mismo nombre. |
| 121 | | Griegos. Bar y alojamiento. Nuevo Multiservicio en 2021, abre por las mañanas. MVPoint en Albergue de Griegos con recambios de bici. |
| 126 | | Guadalaviar. Bar y alojamiento. |
| 137 | | Nacimiento del Tajo. No hay ningún servicio allí. Solo un parking y una fuente. |

# EL TAJO

El Nacimiento del Tajo. Comienzo modesto para un río que atraviesa toda la península ibérica a lo largo de mil kilómetros. Aun así, un lugar cargado de simbolismo.

Un atajo por el puerto del Cubillo nos permitiría en este punto enlazar con la parte intermedia de la etapa por la Serranía de Cuenca.

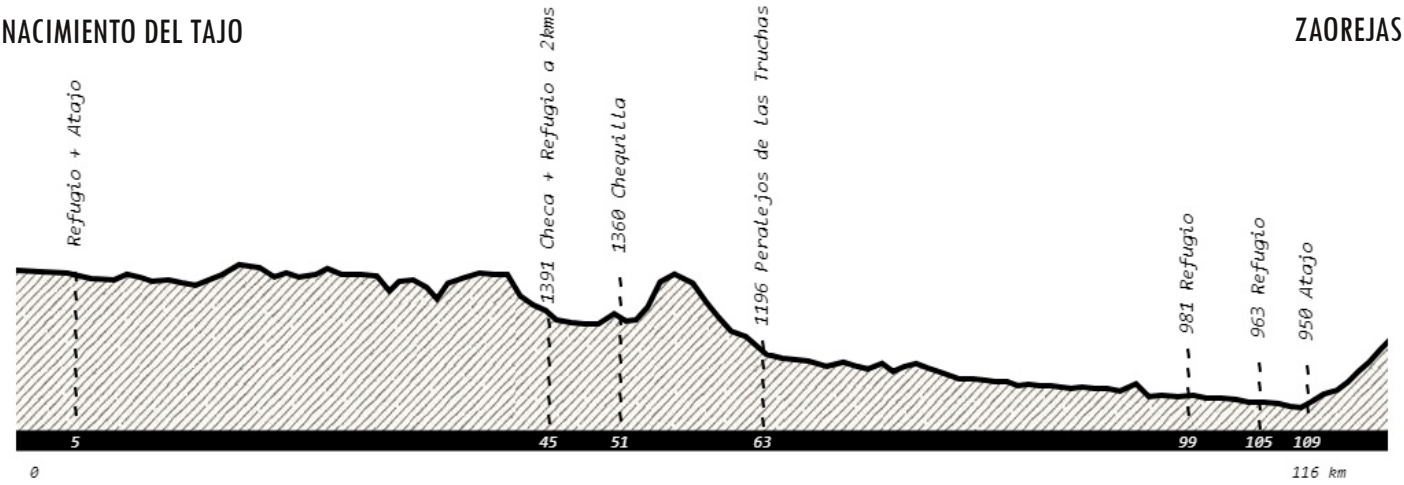
Volviendo al río Tajo, durante los próximos cien kilómetros no nos alejaremos mucho de él. Aunque el Nacimiento se ubica en la provincia de Teruel, todo el resto de este tramo será sobre suelo de Guadalajara.

En el Puente de San Pedro nos despedimos de este río, por qué no, con un baño en sus gélidas aguas.

En este punto decidiremos si volvemos a Teruel por el atajo de los Castillos (Molina de Aragón, Zafra, y Peracense), en una ruta más asequible, o seguir con nuestro empeño de sumar metros de desnivel, hacia la Serranía de Cuenca.

# EL TAJO

NACIMIENTO DEL TAJO — ZAORREJAS




116KM – 1690M+
22% ASFALTO - 78% OFFROAD
NACIMIENTO DEL TAJO – ZAOREJAS

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 0 | | Nacimiento del Tajo. |
| 5 | | Refugio forestal (***). Con chimenea. En el mismo punto puede comenzar el Atajo Cubillo. |
| 15 | | Inicio Parque Natural Alto Tajo. Vivac y Acampada libre permitida. Máximo 10 personas o 4 tiendas. |
| 45 | | Checa. Tienda de ultramarinos, alojamiento, bar y restaurantes. Desvío hacia Refugio Fuente de los Vaqueros (***). A 2km dirección Alcoroches. Con chimenea. |
| 51 | | Chequilla. |
| 63 | | Peralejos de las Truchas. Ultramarinos, bares, restaurantes, alojamiento y camping. MVPoint en la tienda de ultramarinos. |
| 77.5 | | Tras el paso por la pasarela sobre el Tajo, comienzo de un tramo de sendero de 500m. Pasarela cerrada temporalmente por avería. Puede vadearse el río fácilmente 30 metros aguas abajo por un remanso sin corriente. |
| 78 | | Casas del Salto. Restaurante y alojamiento. |
| 99 | | Refugio Vado Salmerón (*). Refugio básico. Más recomendable esperar al refugio de Valsalobre. |
| 105 | | Refugio La Falaguera (*). Refugio básico. Más recomendable esperar al refugio de Valsalobre. |
| 109 | | Al llegar a la carretera, podemos bajar a la derecha hasta el Puente de San Pedro, preciosa piscina natural, a 1km. Recomendable un baño. Desde allí comienza el Atajo de los Castillos. En caso contrario continuamos a la izquierda hasta Zaorejas. |
| 116 | | Zaorejas. Bar y alojamiento. |

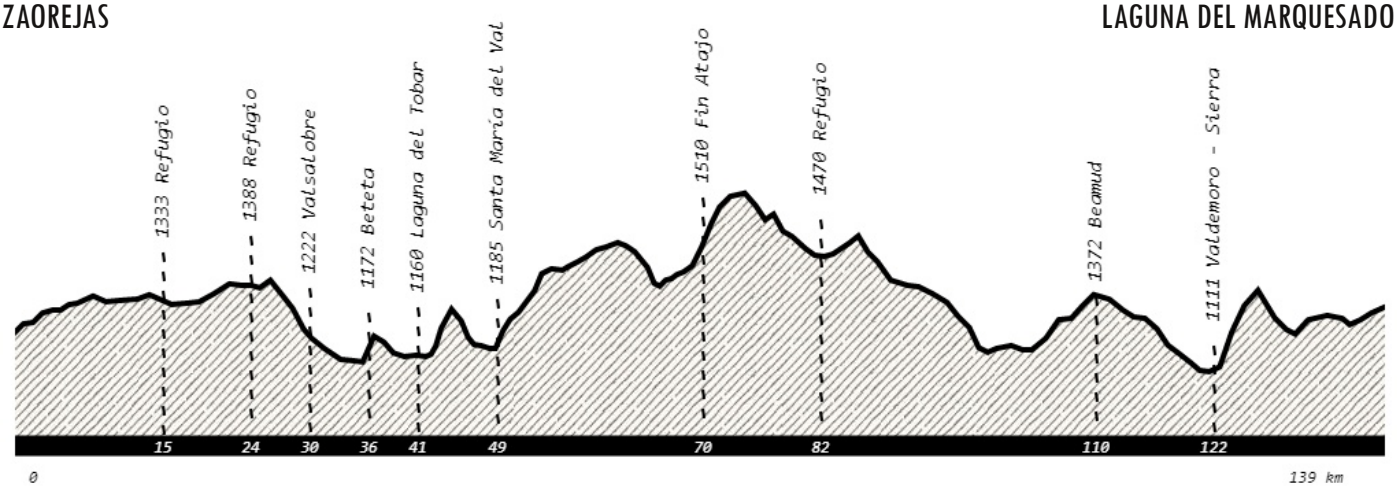
# SERRANÍA DE CUENCA

Tras unos primeros kilómetros por la provincia de Guadalajara, poco antes de Valsalobre entraremos en la provincia de Cuenca, de cabeza en plena Serranía. Descubriremos la Laguna del Tobar y pedalearemos por pinares infinitos.

Gestionaremos bien nuestras reservas, desde Beteta hasta Beamud o Valdemoro-Sierra, 75 kilómetros después, no encontraremos ningún lugar para llenar el buche. Cosas de la Laponia Española.

# SERRANÍA DE CUENCA

ZAOREJAS — LAGUNA DEL MARQUESADO




**140KM – 2150M+**
**27% ASFALTO - 73% OFFROAD**
**ZAOREJAS – LAGUNA DEL MARQUESADO**

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 0 | | Zaorejas. Bar y alojamiento |
| 15 | | Refugio Sima de Alcorón (***). Básico con chimenea. Más recomendable esperar al refugio de Valsalobre. |
| 16 | | Fin Parque Natural Alto Tajo. |
| 24 | | Refugio Valsalobre (*****). Perfecto y limpio refugio con literas de cemento y chimenea. |
| 30 | | Valsalobre. Bar y Multiservicio. MVPoint en bar Valsalobre con recambios de bici. |
| 36 | | Beteta. Pequeño supermercado, bares, restaurantes y alojamiento. |
| 40 | | El Tobar. Desvío hacia mirador Laguna del Tobar, a 1km. |
| 49 | | Santa María del Val. Bar. |
| 54 | | Inicio Parque Natural Serranía de Cuenca. Vivac permitido, acampada libre prohibida, se recomienda el Refugio de la Alconera. |
| 70 | | Fin Atajo Cubillo |
| 82 | | Refugio La Alconera (*****). Perfecto y limpio refugio con literas de madera y chimenea. |
| 110 | | Beamud. Bar y Alojamiento. |
| 111 | | Fin Parque Natural Serranía de Cuenca. |
| 122 | | Valdemoro–Sierra. Bares. |
| 129 | | Campillos–Sierra. |
| 135 | | Huerta del Marquesado. Restaurantes y alojamiento. |
| 139 | | Laguna del Marquesado. Bar y Alojamiento. |

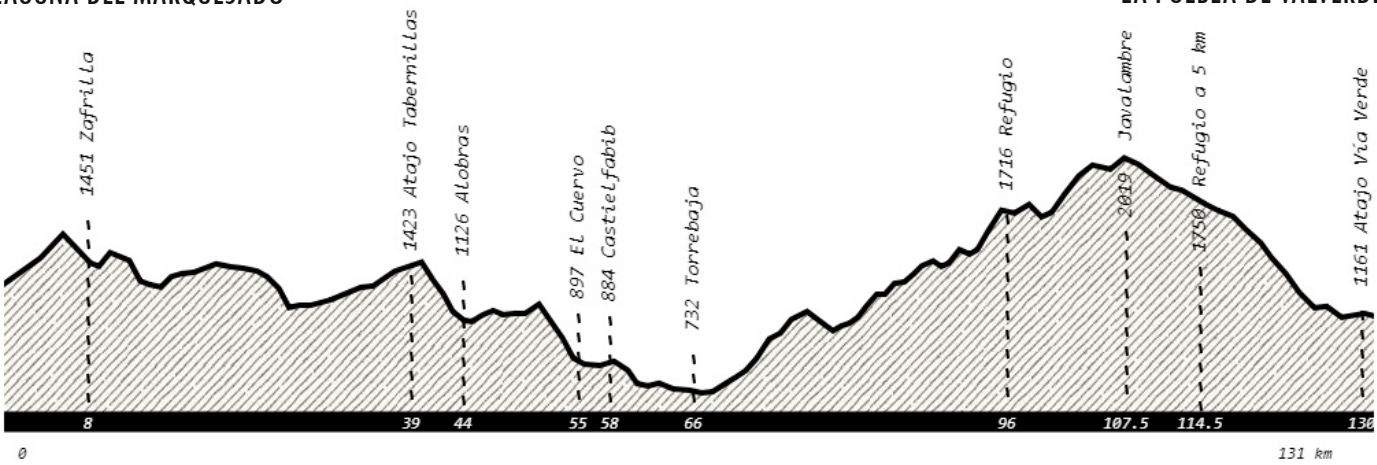
# JAVALAMBRE

Antes de Alobras entraremos de nuevo en la provincia de Teruel. Justo en ese punto, otro atajo nos llevaría de nuevo a a Teruel capital por Jabaloyas y el collado de Tabernillas, pero ya que estamos, seguimos hacia la sierra de Javalambre.

Este tramo incluye otro de los sectores que pondrán a prueba nuestras reservas, con otros 75 kilómetros a través de todo el macizo de Javalambre sin ningún lugar para conseguir alimento. Tan solo podríamos encontrar comida si reservamos plaza en el Refugio guardado Rabadá y Navarro, desviándonos cinco kilómetros al pasar por las pistas de esquí. En cualquier caso, al finalizar la bajada hasta La Puebla de Valverde, se nos iluminará la vista al ver una estación de servicio con un pequeño supermercado, donde aprovecharemos para rellenar reservas de cara al último sector.

# JAVALAMBRE

LAGUNA DEL MARQUESADO — LA PUEBLA DE VALVERDE




130KM – 3020M+
13% ASFALTO – 87% OFFROAD
LAGUNA DEL MARQUESADO – LA PUEBLA DE VALVERDE

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 0 | | Laguna del Marquesado. Alojamiento. |
| 8 | | Zafrilla. Bar, Restaurante, Alojamiento. MVPoint en Bar Papi con recambios de bici. En épocas lluviosas, puede formarse bastante barro desde Zafrilla hasta llegar a la A-2703, en el km 27. Puedes evitarlo continuando por asfalto por la CUV-9103 y N-420, por Salinas del Manzano, hasta retomar de nuevo el track en la A-2703. |
| 25 | | Bajada con precaución del kilómetro 25 al 27, hasta llegar al asfalto. Sin problema para cubiertas anchas. |
| 39 | | Atajo Tabernillas. |
| 44 | | Alobras. Alojamiento. MVPoint en el alojamiento El Mirador de las Tejadas. |
| 55 | | El Cuervo. Bar y Albergue. |
| 58 | | Castielfabib. Bar. |
| 62 | | Los Santos. |
| 66 | | Torre Baja. Pequeño supermercado, bar, restaurante y alojamiento. Probar los embutidos típicos del pueblo, en especial la longaniza, o el bocadillo "blanco y negro". No habrá más puntos de comida hasta La Puebla de Valverde, a no ser que pernoctéis en el refugio Rabadá y Navarro, tras la cima de Javalambre.<br>En caso de altas temperaturas, una opción desde Torrebaja es subir por Riodeva y los Amanaderos. Se añade un pueblo más para cargar agua, y da la opción de un baño refrescante en las preciosas pozas de los Amanaderos. El track se encuentra con el resto de tracks, etiquetado como "Variante Torrebaja-Riodeva-Amanaderos". Las dos opciones confluyen en el Refugio Collado del Buey. |
| 96 | | Refugio Collado del Buey (***). Básico. |
| 100 | | Precaución del kilómetro 100 al 104. En épocas secas puede haber 4 ó 5 tramos cortos en los que sea necesario desmontarse de la bici. El camino mejora al llegar al Collado del Prado y tomar la pista que viene del Pico del Buitre. |
| 104,5 | | Opcional: Al llegar al Collado del Prado, puedes desviarte a la derecha para continuar por el altiplano (es alto, pero no es plano) hasta el observatorio astronómico del Pico del Buitre. A unos 7 kms del cruce. Vuelta por el mismo sitio para retomar el track y seguir hacia el Pico Javalambre. |
| 107,5 | | Pico Javalambre. |
| 114,5 | | Desvío a Refugio Rabadá y Navarro. Bajando 5km desde el cruce de la carretera. |
| 130 | | La Puebla de Valverde – Estación de Tren. Atajo Vía Verde. Restaurante y Alojamiento. |
| 131 | | La Puebla de Valverde – Estación de Servicio. Te parecerá que has llegado al cielo cuando veas el supermercado y el restaurante. |

# GÚDAR

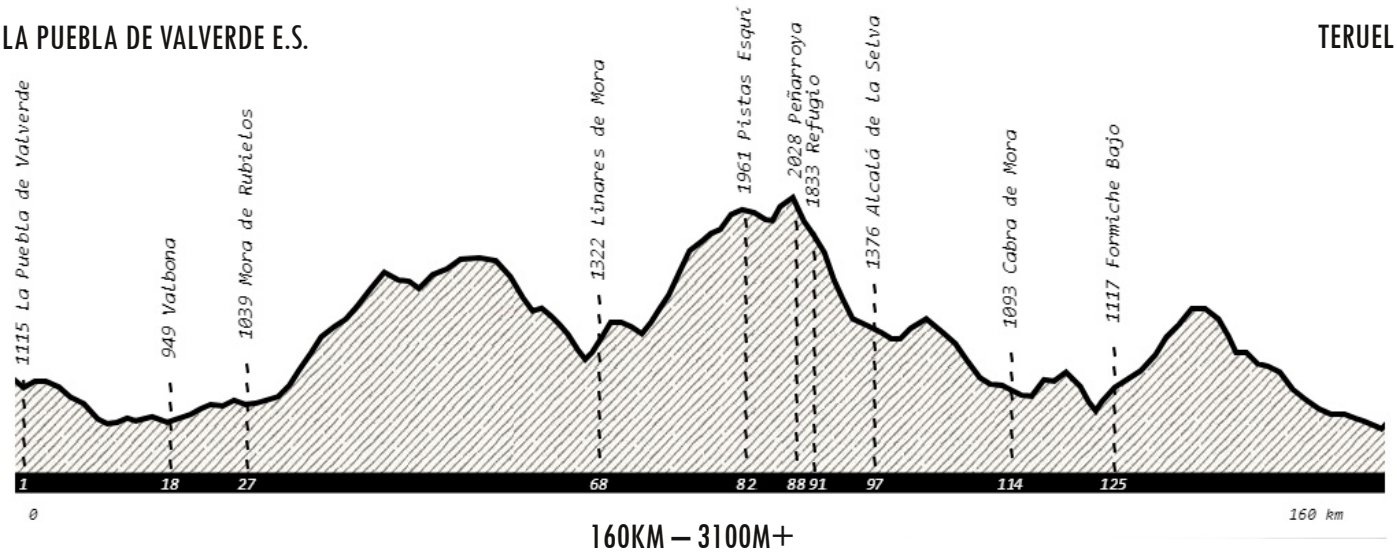
La puebla de Valverde, Mora de Rubielos, Linares de Mora, Alcalá de la Selva… Parecerá que en esta etapa siempre tenemos cerca lugares para calmar nuestro apetito y que ya habremos dejado atrás los tramos más deshabitados. Pero no nos despistaremos, aún nos quedan otros 3000 metros de desnivel por salvar.

En este tramo alcanzaremos la máxima altitud del recorrido, el Pico Peñarroya, a 2028 metros, junto a las pistas de esquí de Valdelinares.

Desde allí, bajaremos a Alcalá de la Selva, repondremos fuerzas, y poco a poco nos dirigiremos hacía la Sierra de Camarena, último escollo de la ruta, desde donde descenderemos por fin a Teruel.

# GÚDAR

LA PUEBLA DE VALVERDE E.S. TERUEL




160KM – 3100M+
28% ASFALTO – 72% OFFROAD
LA PUEBLA DE VALVERDE – TERUEL

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 0 | | La Puebla de Valverde Estación de Servicio. Supermercado y restaurante. |
| 1 | | La Puebla de Valverde. Bar, restaurante y alojamientos. |
| 18 | | Valbona. Bar, restaurante y alojamientos. |
| 27 | | Mora de Rubielos. Supermercado, alojamiento, bares y restaurantes. También hay centro de salud. MVPoint en Bar El Escalón. |
| 68 | | Linares de Mora. Bares, restaurantes y alojamientos. |
| 70 | | Pino Escobón. Árbol Monumental. |
| 82 | | Pistas de ski de Valdelinares. |
| 85 | | Desvío hacia Pico Peñarroya. A 2km. Es el punto más elevado de la ruta. Firme impecable hasta la misma cima. |
| 90,7 | | Desvío a Refugio Chaparrilla (***). A 500m. Con chimenea. |
| 98 | | Alcalá de la Selva. Bares y restaurantes, alojamientos y camping. Al llegar a la rotonda de la gasolinera, hay más opciones de restaurantes girando a la izquierda, hacia la Virgen de la Vega. |
| 114 | | Cabra de Mora. |
| 123,2 | | Vado del río Mijares. Se aconseja cruzar desmontado de la bici ya que el vado de hormigón puede ser resbaladizo. Tras épocas de lluvia puede bajar con más agua y puede llevar corriente fuerte, río arriba unos cuantos metros tiene ramificaciones que facilitan cruzarlo. |
| 126 | | Formiche Bajo. |
| 137 | | La bajada después de los aerogeneradores ha sido arreglada recientemente y permite bajar sin problemas incluso con bicis gravel. Aun así, como alternativa cómoda a esta bajada, puede continuarse la pista de servicio de los aerogeneradores hacia el sur, hasta la TE-V-8011 y 1,7km después tomar la Via Verde de Ojos Negros hasta retomar el track. |
| 160 | | Teruel. |

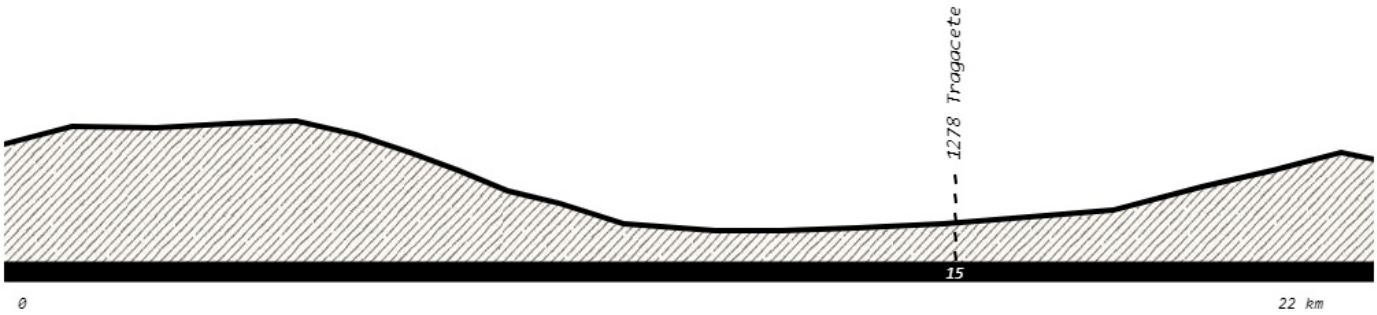
# LOS ATAJOS

Podría haber sido más correcto haberlos llamado enlaces, ya que no pretenden ser escapatorias rápidas. Están pensados más bien para que puedas diseñar bucles a tu gusto, desde rutas de fin de semana hasta una semana o diez días. Por ello, incluso en los atajos he intentado buscar puntos de interés y pistas con encanto.

# ATAJO CUBILLO

RÍO TAJO

TRAGACETE



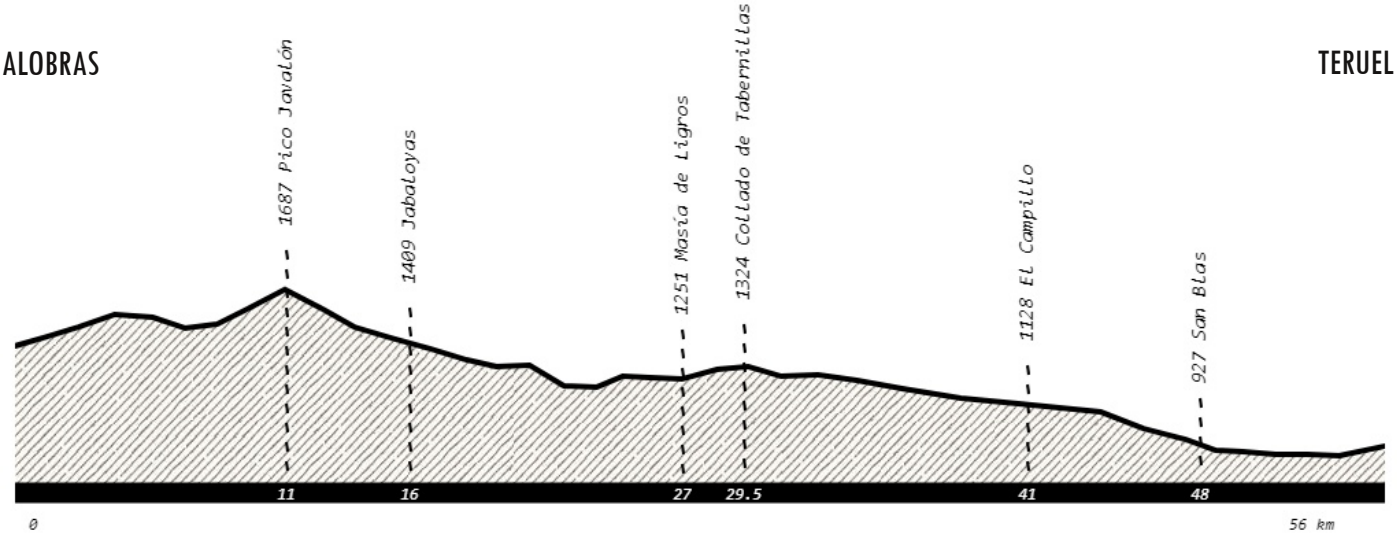

22KM – 378M+
RÍO TAJO – TRAGACETE

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 15 | ⊕ H 🍴 | Tragacete. Bares, restaurantes, alojamiento y centro de salud. |

# ATAJO TABERNILLAS

ALOBRAS

TERUEL

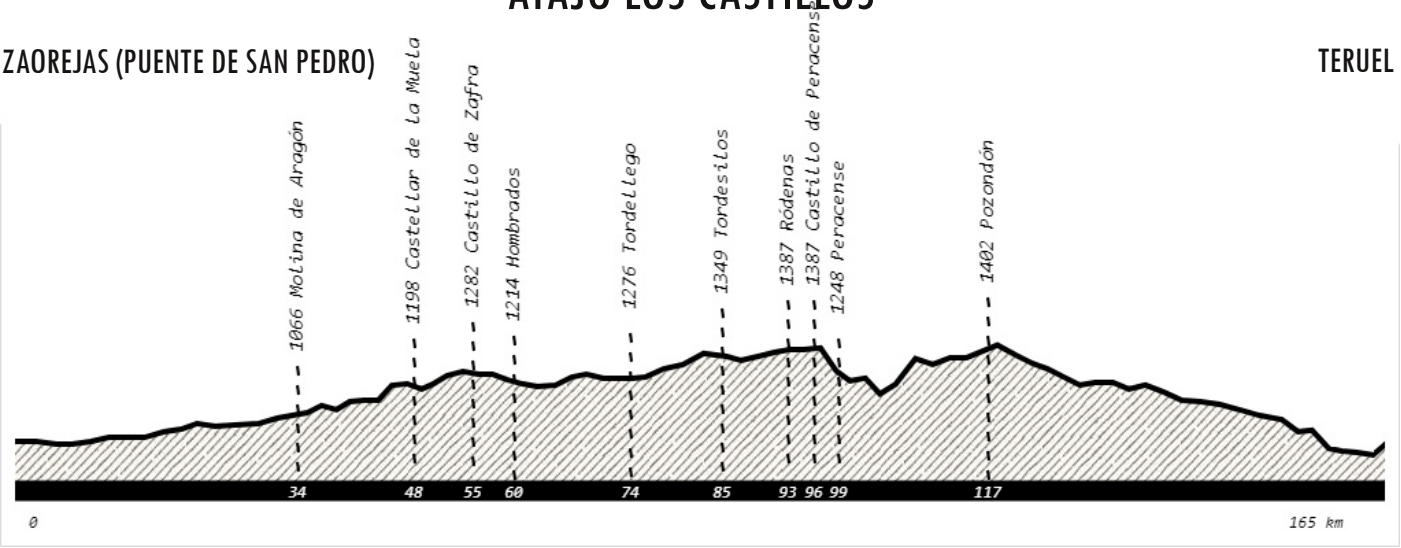



55KM – 710M+
ALOBRAS – TERUEL

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 8,5 | | Desvío a izquierda para subir al pico Javalón. 2.5km de ligera ascensión. Bonitas vistas desde la cima. |
| 16 | H 🍴 | Jabaloyas. Bar, restaurante y alojamiento. Pocos km después de Jabaloyas, antes de la Masía de Ligros, desvío opcional a la izquierda, de 90m, para ver el "pino de las seis garras". Señalizado. |
| 27 | | Masía de Ligros. Antigua casa forestal abandonada y cerrada. |
| 29,5 | | Collado de Tabernillas. |
| 41 | | El Campillo. Bar. |
| 48 | 🍴 | San Blas. Grandes almuerzos en el bar. |

# ATAJO LOS CASTILLOS

ZAOREJAS (PUENTE DE SAN PEDRO) TERUEL

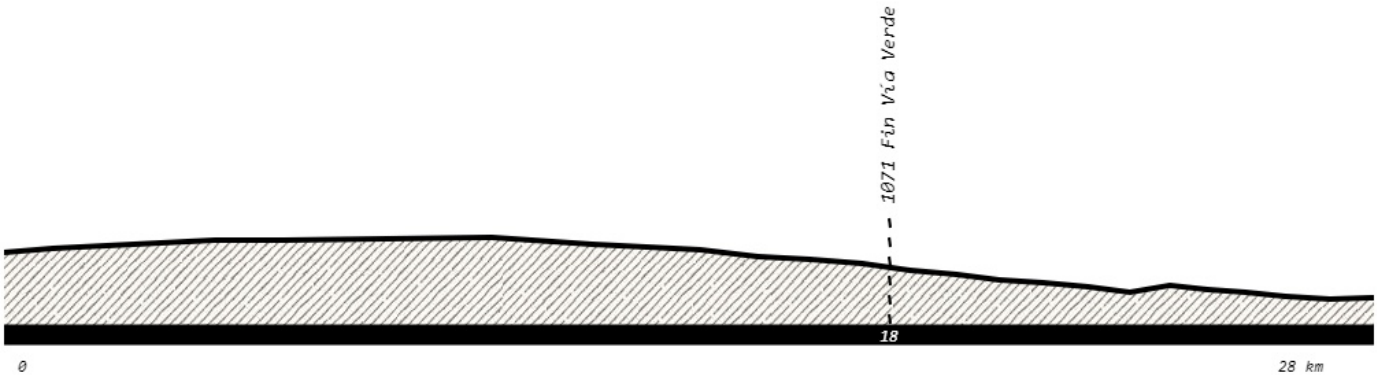



165KM – 2048M+
ZAOREJAS – TERUEL

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 0 | | Puente de San Pedro. Preciosa piscina ntural. Recomendable un baño. |
| 34 | | Molina de Aragón. Supermercados, bares, restaurantes y alojamientos. Centro de salud. En la plaza hay una Pizzería recomendable. |
| 44,5 | | Aldehuela. Rampa fuerte a la salida del pueblo. |
| 48 | | Castellar de la Muela. |
| 55 | | Castillo de Zafra. |
| 60 | | Hombrados. Bar. |
| 63 | | Morenilla. Bar. |
| 74 | | Tordellego. |
| 85 | | Tordesilos. |
| 93 | | Ródenas. Bar y restaurante. |
| 96 | | Castillo de Peracense. |
| 99 | | Peracense. Bar. |
| 104 | | Almohaja. En caso de necesitar regreso más rápido, volver a Teruel a través de la Vía Verde de Ojos Negros. El track completo se encuentra con el resto de tracks. |
| 109 | | Castillo de los Ares. |
| 111 | | Piedra del Peruano. |
| 117 | | Pozondón. Bar. |
| 158 | | San Blas. Bar |
| 165 | | Teruel. |

# ATAJO VÍA VERDE

LA PUEBLA DE VALVERDE — TERUEL

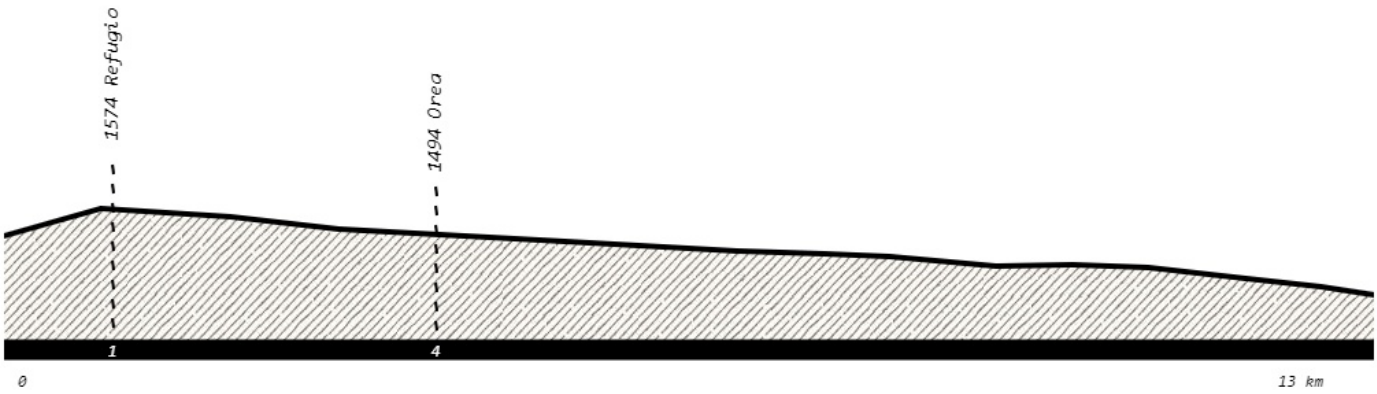



28KM — 160M+
LA PUEBLA DE VALVERDE — TERUEL

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 0 | | Desde la estación de tren de La Puebla de Valverde. |
| 18 | | Dejamos Vía Verde. |

# ATAJO OREA

ORIHUELA DEL TREMEDAL — CHECA




13KM — 105M+
ORIHUELA DEL TREMEDAL — CHECA

| KM | SERVICIOS | DESCRIPCIÓN |
|---|---|---|
| 1 | | Refugio El Collado (*****). Con chimenea, literas de madera y fuente al lado. |
| 4 | | Orea. Bar, restaurantes y alojamientos. |
| 13 | | Checa. Tienda de ultramarinos, alojamiento, bar y restaurantes. Desvío hacia Refugio Fuente de los Vaqueros (***). A 2km dirección Alcoroches. Con chimenea. |

# IDEAS DE RECORRIDOS

Es una pregunta habitual: "*Tengo 5 días, ¿qué hago?*"

Aquí intentaré dar algunas nociones para que puedas elegir el recorrido que más se ajusta a tus posibilidades.

Cada persona es un mundo, ya lo sabemos. Durante estos años, algunos han recorrido 50 km por día y otros 150 km, por lo tanto, no es sencillo dar recomendaciones generales.

Comienza por preguntarte cuántos kilómetros al día pretendes hacer. Considera que como media, cada 50 kms son 1000m de desnivel positivo, hagas lo que hagas. Una vez que sepas tu distancia, echa un ojo a la lista de ideas que propongo a continuación, y elige la propuesta que más te cuadra.

Son los recorridos que más habitualmente han realizado los viajeros hasta ahora. Siempre recomiendo que si dudas entre hacer el recorrido completo o no, simplemente empieza, y si es necesario, usa los atajos para volver a Teruel cuando vayas justo de tiempo.

Por supuesto, ya lo sabes, todo esto son solo propuestas, puedes tomarlas de referencia para crear tu propio recorrido combinando con carreteras tranquilas o explorando otros caminos.

Tu MV empieza en los preparativos, así que… disfruta del viaje!!

### Recorridos tranquilos de fin de semana.

A lo largo de estos años hemos realizado quedadas o encuentros que pueden servirte de orientación. Se trata de recorridos circulares entre 100 y 140 km. Toda la info sobre ellos en: *montanasvacias.com/xtras*

### Bucle Javalambre: L3+MV4+L4

*155 km*

Recorrido corto pero que incluye la travesía del macizo de Javalambre, uno de los tramos más temidos.

### Bucle Gúdar: L4+MV5

*188 km*

A la altura del anterior, incluye el punto más alto del recorrido, el Peñarroya.

### Bucle Tajo: MV2+MV3+L1

*208 km*

Bucle precioso que suelo recomendar como una bonita introducción a MV

### Bucle Javalambre + Gúdar: L3+MV4+MV5

*287 km*

Buena alternativa para los que en una primera visita regresaron por el Atajo Tabernillas y se perdieron estas dos zonas.

### Bucle Albarracín + Cuenca: MV1+L1+MV3+L2

*328 km*

También una buena alternativa para los que quieren hacer una primera visita a MV.

### Bucle Castillos: MV1+MV2+L3

*411 km*

Bonito recorrido que incluye los pasos por Molina de Aragón, y los castillos de Zafra, Peracense y Los Ares.

### MV Atajo Tabernillas: MV1+MV2+MV3+MV4+L2

*487 km*

¿No te da tiempo a subir Javalambre en tu recorrido completo? Regresa a Teruel por el Atajo Tabernillas.

### MV Atajo VV: MV1+MV2+MV3+MV4+L4

*551 km*

¿Después de Javalambre piensas que ya tuviste suficiente? Vuelve a Teruel por la Vía Verde.

DEMOTANASIA:
PROCESO QUE TANTO POR ACCIONES POLÍTICAS, DIRECTAS O INDIRECTAS, COMO POR OMISIÓN DE LAS MISMAS, ESTÁ PROVOCANDO LA DESAPARICIÓN LENTA Y SILENCIOSA DE LA POBLACIÓN DE UN TERRITORIO QUE EMIGRA Y DEJA LA ZONA SIN RELEVO GENERACIONAL Y CON TODO LO QUE ELLO SIGNIFICA, COMO LA DESAPARICIÓN DE UNA CULTURA MILENARIA. ES UNA MUERTE INDUCIDA, NO VIOLENTA.
(PILAR BURILLO)