

## Recomendaciones:

- > Se respetuoso con todo lo que encuentres a tu paso.
- > No tires basura.
- > No hagas fuego, puede resultar muy peligroso.
- > No molestes a los animales ni arranques plantas.
- > Respeta los cultivos, es la forma de vida de muchas personas.
- > Ten precaución en época de caza (de primeros de abril a finales de julio y de mediados de agosto a mediados de febrero).  
Lleva ropa de colores llamativos y no salgas de los caminos.
- > No te acerques a la base de paredes naturales ni te asomes en cortados.
- > No bebas agua de arroyos o ríos.
- > Ten precaución con los perros sueltos.

## Dónde alojarse:

### Dónde comer:

- > **Bar Casa Sabino <**  
Pza. San Jorge, 2 - 09347 Puentevedra - Burgos  
Tel. 947 17 46 30
- > **Área de la Villa <**  
A-1 Madrid-Irún, km. 203 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 09 77
- > **Asador Casa Brigante <**  
C/ Luis Cervera Vera, 1 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 05 94
- > **Restaurante Asador de Lerma <**  
Plza. Mayor, 11 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 20 32
- > **Asador Fonda Caracoles <**  
C/ Luis Cervera Vera - 09340 Lerma, Tel. 947 17 05 63
- > **Asador Restaurante Vista Alegre <**  
C/ Vista Alegre 13 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 02 57
- > **El Águila Restaurante <**  
Pº de los Mesones, 19 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 00 05
- > **Mesón del Duque <**  
C/ Audiencia, 2 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 21 22
- > **Parador Nacional Palacio Ducal Lerma <**  
Pza. Mayor, 1 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 71 10
- > **Restaurante Alisa <**  
A-1 Madrid-Irún, km. 202 - 09340 Lerma - Burgos  
Tel. 947 17 02 50
- > **Restaurante Cafetería Lis 2 <**  
Pº de los Mesones, 3 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 01 25
- > **Restaurante Castilla <**  
A-1 Madrid-Irún, km. 203 - 09340 Lerma - Burgos,  
Tel. 947 17 09 17
- > **Asador Ojeda <**  
Pza. Mayor, s/n. - 09340 Lerma, Tel. 947 17 12 56
- > **La Bodega de San Blas <**  
Pza. San Blas, 5 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 11 81
- > **Asador Casa Antón <**  
C/ Luis Cervera Vera, 5 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 03 62
- > **Pajares Mesón Restaurante <**  
C/ Barco, 5 - 09340 Lerma, Tel. 947 17 03 93
- > **Palacio de Lerma <**  
A-1 Madrid-Irún, km 203 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 00 89
- > **Restaurante Marines <**  
A-1 Madrid-Irún, km 203 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 09 77
- > **Salva Mesón <**  
Pº Mesones, 22 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 03 76
- > **Casa Rural La Casa de la Abuela Petra <**  
C/ Escuelas, 7 - 09348 Solarana - Burgos  
Tel. 947 17 33 36 y 658 770 416  
laabuelapetra@hotmail.com
- > **Casa Rural del Ayto. de Solarana <**  
gonlau@terra.es y gizquier@capgemini.es  
\*www.solarana.com
- > **Parador Nacional de Lerma <**  
Pza. Mayor, 1 - 09340 Lerma - Burgos  
Tel. 947 17 71 10 \*www.parador.es
- > **Casa Rural El Escondite <**  
C/ Las Cercas, 14 - 09340 Lerma  
Tel. 646 900 084 - 8 plazas  
elescondite@gmail.com
- > **Casa Rural Judería <**  
C/ orrales, 3 - 09340 Lerma
- > **Casa Rural Los Sauces <**  
C/ San Francisco, 31 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 04 64 y 606 243 831, 8 plazas
- > **Casa Rural El Soto <**  
C/ Palencia, 23 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 05 65 y 637 455 407  
10 plazas \*www.todolerma.com/elsoto
- > **Casa Rural Zaguán <**  
C/ Barquillo, 6 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 21 65 y 617 762 547  
24 plazas \*www.elzaguan.com
- > **Hotel Alisa <**  
Ctra. Madrid-Irún, km 202 - 09340  
Lerma - Burgos, Tel. 94717 02 50
- > **Hostal Residencia Ángeles <**  
Pza. de los Mesones, 18 - 09340 Lerma  
Tel. 947 17 99 62 y 605 105 402
- > **Hostal Rural Docar <**  
C/ Santa Teresa de Jesús, 18 - 09340  
Lerma - Burgos, Tel. 947 17 10 73
- > **Hotel Residencia Villa de Lerma <**  
C/ Mayor, 52 - 09340 Lerma - Burgos  
Tel. 947 17 70 70
- > **La Posada de Eufrasio <**  
Pº Vista Alegre, 9 - 09340 Lerma - Burgos  
Tel. 947 17 02 57 y 667 479 983
- > **Pensión Martín <**  
C/ Mayor, 23 - 09340 Lerma - Burgos,  
Tel. 947 17 00 28
- > **Albergue Molino Solacuesta <**  
C/ El Parque, 18 - 09340 Lerma - Burgos,  
Tel. 947 17 10 75 y 679 360 992  
\*www.alberguesolacuesta.com

## SABÍAS QUE...

El pico Valdosa con sus 1.414 m de altitud es la cumbre más alta de la sierra de las Peñas de Cervera.



## Homologación:



Federación de deportes de montaña, escalada y senderismo de Castilla y León

## servicios:



## promueve:



## colaboran:



Copyright: ADECOAR, Asociación para el Desarrollo de la Comarca del Arlanza  
Realiza: Albera Medio Ambiente, s.l. - Diseño: www.pixanim.es

fecha:  
2007

# PR

## PRC - BU 129

sendero  
de pequeño recorrido  
(10,2 km.)



Sendero

## de VALDOSA en Tejada - Barriosuso

El sendero discurre a los pies del pico Valdosa, en el interior del Sabinar del Arlanza. A lo largo del camino se suceden diversos paisajes como son las tierras de labor alrededor de las poblaciones de Tejada y Barriosuso o los pinares situados en las faldas del Valdosa, pero en especial sobresalen los sabinas albares y el bosque de quejigo y rebollo de la Dehesa de Barriosuso.

## CÓMO LLEGAR:

desde la BU-900 de Lerma a Santo Domingo de Silos se debe tomar la BU-V-9004 que conduce a Ciruelos de Cervera, con paso por Tejada. El panel está situado en la entrada a la localidad.

## DATOS BÁSICOS SENDERO:

Distancia:  
10,2 km

Tiempo estimado:  
3 1/2 horas

Desnivel acumulado:  
475 metros

Dificultad:  
Media - Alta

Ciclabilidad:  
60 %

Época recomendada:  
primavera  
verano  
otoño  
invierno

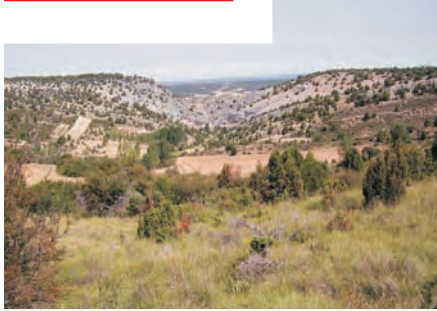
Tipo de sendero:  
Sur

Cartografía  
1/25.000 IGN  
Hojas:  
315 - I

1 Los cantiles rocosos son un hábitat extraordinario para las aves rapaces, como el búitre leonado, halcón peregrino, alimoche o águila real. Esta última especie era en la antigüedad símbolo de valor y poder por su fuerza y tamaño.



Cantiles de la ladera del Valdosa



Al fondo, El Churrión



Tejada

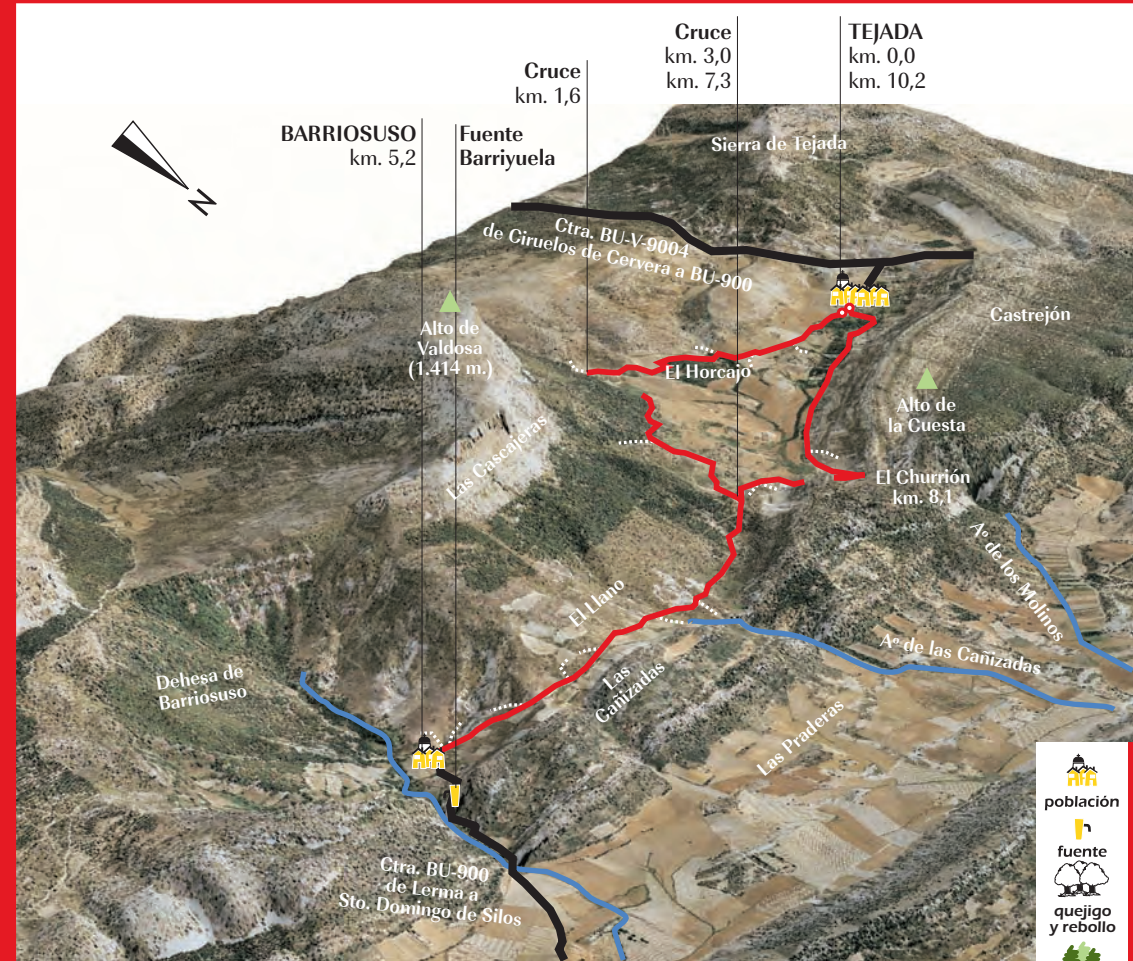
2 El relieve de los Sabinares del Arlanza se caracteriza por presentar una sucesión de estructuras plegadas, a modo de espectaculares fortalezas y miradores naturales, que desde antiguo han sido objeto de asentamientos humanos. Un ejemplo es que en la cumbre del Pico Valdosa se han encontrado restos de un antiguo castro de la Edad de Bronce.

Los sabinares castellanos han sido utilizados para producir cabrios para la construcción por su gran dureza e imputrescibilidad y como pasto para la ovejas, para lo cual se practicaba una operación de poda y limpieza denominada reguleo o redileo.

Sabinares del Arlanza

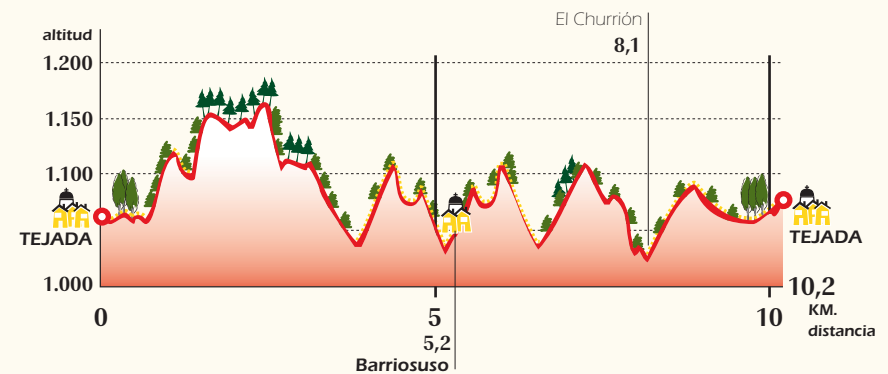


## MAPA · SENDERO de VALDOSA · PRC - BU 129



## PERFIL · SENDERO de VALDOSA · PRC - BU 129

desnivel acumulado: 475 metros



## SEÑALIZACIÓN SENDERO:



Continuidad de sendero



Cambio brusco de sendero



Cambio de dirección



Dirección equivocada