

Información de interés del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama

(Datos oficiales del P.N.)

1. Accesos al Parque Nacional



2. Centros de Visitantes



3. Consejos, seguridad y normas



4. Prohibiciones



1. Accesos al Parque Nacional



Existen siete puntos neurálgicos de entrada al Parque Nacional:

- **Puerto de Navacerrada:** accesos tanto por la vertiente segoviana, carretera CL 601, como por la zona madrileña, carretera M-601.
- **Puerto de Los Cotos:** accesos por la carretera SG-615 desde el Puerto de Navacerrada y por la carretera M-604 desde Rascafría.
- **Puerto de Navafría:** accesos por la carretera M-637 desde Lozoya y por la carretera SG-612 desde Navafría.
- **Puerto de la Morcuera:** carretera M-611, entre Miraflores de la Sierra y Rascafría.
- **Manzanares El Real:** calle Camino de la Pedriza.
- **Cercedilla:** carretera de las Dehesas.
- **Estación de El Espinar:** carretera Garganta (acceso restringido en época estival)



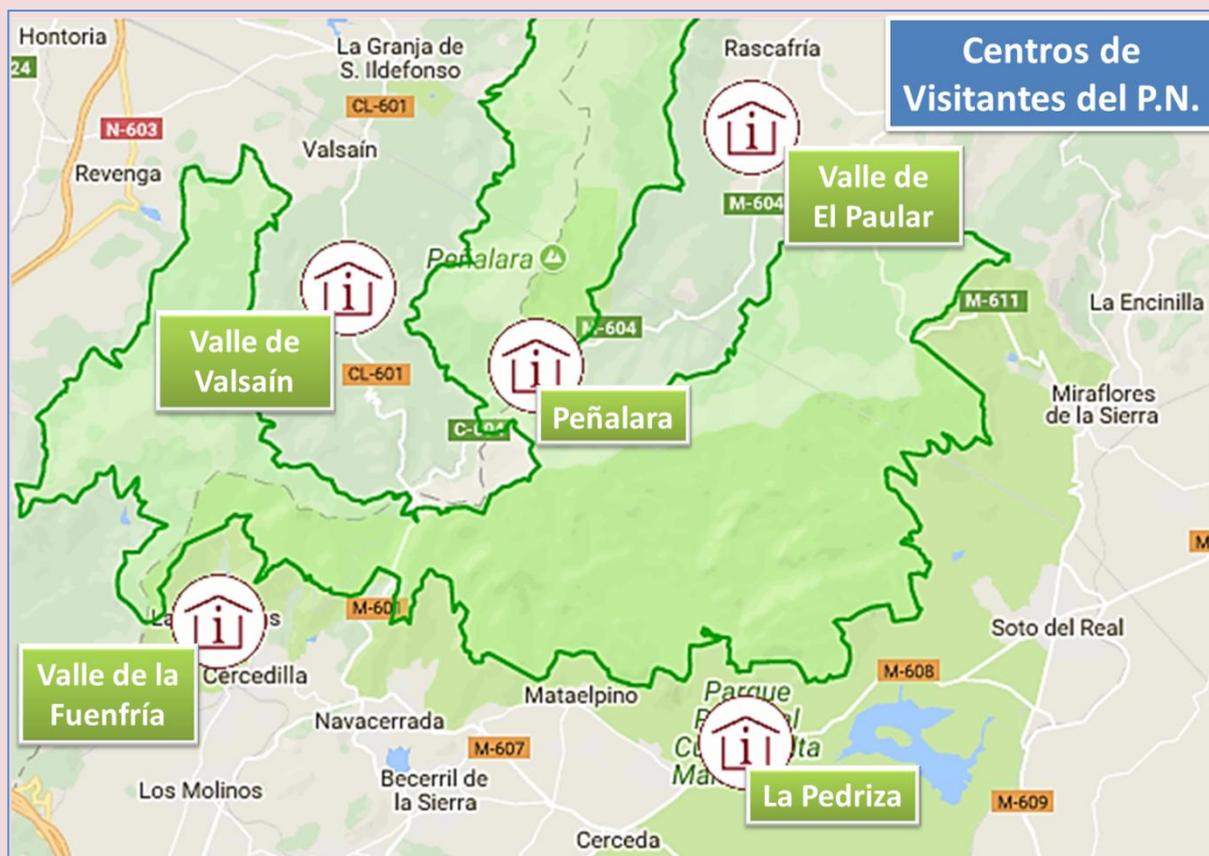
2. Centros de Visitantes



Los Centros de Visitantes del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama ofrecen los siguientes servicios básicos:

- información y atención al visitante,
- acceso a una infraestructura de acogida en los principales puntos de entrada al Parque Nacional,
- interpretación elemental para fomentar la comprensión y apreciación de los principales valores de este espacio natural protegido.

Pueden consultarse las actividades programadas por los diferentes Centros, que con carácter general son gratuitas, aunque en muchas de ellas es imprescindible realizar una reserva previa.



2. Centros de Visitantes



La Pedriza

El Centro está situado en el término municipal de Manzanares El Real, a dos kilómetros del núcleo urbano, junto a la pista asfaltada que por el Collado de Quebrantaherraduras enlaza con Canto Cochino, en el área de La Pedriza.

El Centro dispone de dos edificios, situados a unos ciento cincuenta metros de distancia uno del otro. El edificio principal, sede del área de educación ambiental del Parque Nacional, dispone de una exposición permanente “Viaje a la Sierra de Guadarrama”, que transporta al visitante desde las altas cumbres a los valles de la Sierra. En el recinto exterior, nueve áreas temáticas, muestran diferentes aspectos naturales de la Sierra de Guadarrama, destacando un itinerario adaptado para personas con discapacidad visual. Tanto el Centro como sus instalaciones son accesibles para personas con movilidad reducida. Tiene implantado Sistema de Gestión Ambiental ISO 14001 y EMAS ([Declaración Ambiental del Centro La Pedriza](#)).

El Punto de Información es un edificio situado nada más pasar la barrera que da entrada a La Pedriza, dispone de folletos, mapas de rutas de la zona para consulta del visitante, recomendaciones para la visita etc. Además cuenta con una sala donde rotan diferentes exposiciones de carácter temporal y es accesible para personas con movilidad reducida.

Información de contacto:

- Camino de la Pedriza s/n
- 28410 - Manzanares el Real - Madrid
- Teléfono 91 853 99 78
- <http://www.parquenacionalsierraguadarrama.es/es/visita/contacto-cv/cv-pedriza>

Todas las reservas de actividades desarrolladas desde los Centros de Visitantes Valle de La Fuenfría y Valle de El Paular se realizarán a través de este Centro de Visitantes.

Horario:

- Sede del área de educación ambiental : Todos los días de 9:00 h a 15:00 h. Cerrado los días 1 y 6 de enero, 24,25 y 31 de diciembre
- Punto de Información: Todos los fines de semana y festivos de 9:00 h a 17:00 h.

2. Centros de Visitantes



Valle de El Poular

El Centro de Visitantes está situado al lado del Puente del Perdón, en un enclave de gran relevancia histórica y no menos importancia natural.

El edificio dispone de un punto de información al visitante y un área exterior multiusos. En un amplio tablón de anuncios se publicitan las actividades que tienen lugar en los municipios que conforman el Sector Lozoya del Parque Nacional (Rascafría, Alameda, Pinilla, Lozoya y Navarredonda y San Mamés).

El centro es accesible para personas con movilidad reducida.

Aledaño al Centro de Visitantes, se encuentra el Arboreto Giner de los Ríos que cuenta con una muestra de alrededor de 200 especies arbóreas y arbustivas de los bosques planocaducifolios de Europa, Asia y América.

Información de contacto:

- Ctra M-604 km 27
- 28740 - Rascafría - Madrid
- Teléfono 91 869 17 57
- <http://www.parquenacionalsierraguadarrama.es/es/visita/contacto-cv/cv-poular>

Todas las reservas de actividades desarrolladas desde este Centro de Visitantes se realizarán a través del Centro de Visitantes La Pedriza (Telf. 91 853 99 78)

Horario:

- Todos los fines de semana y festivos de 9:00 h a 17:00 h



2. Centros de Visitantes



Valle de La Fuenfría

El Centro se encuentra rodeado de bosques de pino silvestre, un enclave singular de la Sierra de Guadarrama, en pleno Valle de la Fuenfría. En este medio natural de gran valor ambiental existe una amplia red de sendas que discurren por el Valle para que el visitante disfrute del paisaje y los rincones tan apreciados de esta zona.

El Centro cuenta con un distribuidor, ventanilla de atención al público, sala de exposiciones, biblioteca y aula. La exposición permanente consiste en una serie de paneles interpretativos y un audiovisual sobre el Valle de la Fuenfría. A lo largo del año se suceden varias exposiciones de carácter temporal.

En el recinto exterior circundante, se dispone de un aparcamiento, un jardín de rocalla y una parcela en la que se reproduce la vegetación autóctona del valle.

Información de contacto:

- Ctra de las Dehesas km 2
- 28470 - Cercedilla - Madrid
- Teléfono 91 852 22 13
- <http://www.parquenacionalsierraguadarrama.es/es/visita/contacto-cv/cv-fuenfria>

Todas las reservas de actividades desarrolladas desde este Centro de Visitantes del Parque Nacional se realizarán a través del Centro de Visitantes La Pedriza (Telf. 91 853 99 78)

Horario:

- Todos los días de 9:00 h a 17:00 h

Todas las reservas de actividades desarrolladas desde los Centros de Visitantes del Parque Nacional se realizarán a través del Centro de Visitantes La Pedriza.



2. Centros de Visitantes



Peñalara

El Centro está situado en el Puerto de Los Cotos, en la entrada al Macizo de Peñalara.

El Centro dispone de una sala-oficina donde se proporciona información sobre los valores naturales y culturales de Peñalara y del resto del Parque Nacional, rutas, recomendaciones para la visita, indicaciones sobre seguridad en alta montaña, etc. La sala cuenta con dos sistemas de retroproyección de video, en los que se resaltan los valores naturales y culturales de Peñalara y del PN y se promocionan los recursos turísticos de la zona.

El Centro dispone también de una pequeña sala audiovisual, en la que actualmente se puede realizar un recorrido sonoro entre Peñalara y el Monasterio de El Paular.

Desde este centro se controlan y canalizan las visitas para minimizar los impactos que ocasionan los miles de visitantes que recorren estas cumbres, donde los grupos de visitantes deben solicitar autorización para acceder al Macizo.

Información de contacto:

- Puerto de los Cotos s/n
- Ctra M-604, km 41,800
- 28740 Rascafría - Madrid
- Teléfono 91 852 08 57
- <http://www.parquenacionalsierraguadarrama.es/es/visita/contacto-cv/cv-penalara>

Horario:

- Todos los días
- De 1 de abril a 31 de octubre: de 8:00 h a 21:00 h
- De 1 de noviembre a 31 de marzo: de 8:00 h a 18:00 h.



2. Centros de Visitantes



Valle de Valsaín

El Centro está situado en el área recreativa Boca del Asno.

El Centro dispone de los siguientes medios:

- Un vídeo de presentación del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.
- Un paseo escenográfico imaginario nos llevará por los montes de Valsaín desde la zona de altas cumbres, pasando por el pinar y el robledal, hasta llegar al piedemonte (podremos observar recreaciones de la fauna autóctona).
- Una exposición temática con paneles informativos, rutas por la zona e información sobre el Parque Nacional y los Montes de Valsaín.
- La vida alrededor: un entrañable audiovisual de un pino padre contando su vida en los montes.

Información de contacto:

- Crta. CL 601 km 14,3
- 40109 Valsaín (Segovia)
- Teléfono 921 120 013
- <http://www.parquenacionalsierraguadarrama.es/es/visita/contacto-cv/cv-valsain>

Horario:

- De lunes a viernes: de 8:30 a 15:00 horas
- Fines de semana y festivos: de 9:30 a 14:00 y de 15:00 a 19:30 horas (Del 1 de agosto al 17 de septiembre)

3. Consejos y seguridad



Cumpla las indicaciones de los agentes medioambientales y del personal de vigilancia.

- Gran parte del Parque Nacional se extiende por **áreas de alta montaña**, por lo tanto debe extremar las precauciones durante el periodo invernal.
- Prepare con detalle las excursiones, adapte su equipamiento a las condiciones ambientales y valore las repercusiones de las **previsiones meteorológicas**, especialmente la probabilidad de cambios bruscos del tiempo.
- Hay rutas en las que es imprescindible el uso de botas de montaña y en **invierno crampones y piolet**.
- En verano protéjase del exceso de **insolación** y actúe contra sus negativas consecuencias.
- No sobrevalore sus propias fuerzas. Procure ir acompañado y lleve consigo un teléfono móvil; para **rescates o emergencias** marque el **112**.



3. Normas

El objetivo fundamental del Parque Nacional es "Proteger la integridad de sus valores naturales y paisajes característicos" y también "Ordenar, de forma compatible con su conservación, su uso y disfrute público para toda la sociedad". Por ello son necesarias normas de visita que permitan ese disfrute sin poner en peligro la conservación de sus valores naturales y culturales. De la actitud y el comportamiento de los visitantes depende, en gran medida, su conservación. Por este motivo es necesaria la colaboración de todos en el estricto cumplimiento de la normativa de protección.

Normas Generales

- Respete los **valores naturales y culturales del Parque** siguiendo las normas generales que se establezcan en las señales, paneles, itinerarios obligatorios y restricciones temporales o permanentes de acceso que existan. Siga las indicaciones del personal del Parque Nacional.
- No están permitidas actividades o comportamientos que supongan peligro para la **conservación del Parque**, que alteren la quietud y tranquilidad, o que supongan deterioro de la calidad de la visita para el resto de los visitantes.
- Respete la **flora y la fauna**. No se permite:
 - Arrancar o cortar la vegetación ni recoger sus frutos, flores y semillas.
 - Molestar, herir, capturar o matar a los animales silvestres, sus huevos, crías o larvas.
- Los **animales de compañía** deben estar siempre bajo el control de su dueño y en zonas como Peñalara o donde se concentre gran cantidad de público, deben ir atados.
- Está **prohibido introducir plantas o liberar animales**, pues pueden propagar enfermedades y perturbar o desplazar a los ejemplares de la zona.
- **Respete el silencio de la naturaleza**. Todos tienen derecho a disfrutar del Parque. No utilicen instrumentos que produzcan ruidos extraños o estridentes como megáfonos, silbatos, reproductores de música, etc., ni realicen acciones que alteren o asusten a los animales.
- No está permitido la **emisión de luces** o destellos deslumbrantes que alteren la tranquilidad de la noche salvo el uso de linternas individuales.
- Que nadie se dé cuenta de su paso. **No ensucien el Parque** con sus desperdicios. Llévenlos fuera del Parque Nacional y deposítenlos en los contenedores. No debemos dejar ningún residuo ni resto de comida, ya que, además de ensuciar el entorno, modifica los hábitos alimenticios de los animales.
- No se permite recolectar, destruir o alterar elementos de **interés arqueológico**, histórico o geológico
- **No está permitido encender fuego**, en cualquier época del año. No arroje colillas al suelo, pues además de poder causar fuegos, tardan muchos años en descomponerse.



Senderismo

No se salga de las sendas y caminos señalizados, ya que abrir nuevos caminos favorece la erosión del suelo. Además es peligroso apartarse de las sendas cuando no se conoce el territorio

No se permite realizar inscripciones, señales o signos y dibujos sobre árboles, piedras o equipamientos. La señalización de rutas es competencia del Parque Nacional, por lo que no se deben levantar hitos o poner señales que puedan indicar nuevas rutas. En caso de detectar fallos o carencias, comuníquelo al personal del Parque Nacional.



Relativo a las aguas

No se permite el baño en las láminas o cursos de agua, **salvo en las zonas autorizadas** para tal fin en la vertiente madrileña. En la vertiente Segoviana se estará a lo contemplado en la normativa estatal establecida en la Ley de aguas y sus reglamentos de desarrollo.

No se pueden lavar utensilios en ríos, arroyos o láminas de agua, ni emplear detergentes, jabones o lejías en sus proximidades.



Bicicleta de montaña

Utilice la bicicleta en el medio natural de manera responsable:

No está permitido circular fuera de las **vías pecuarias, pistas y caminos públicos autorizados**. En algunas zonas como el macizo de Peñalara no está permitido su uso.

El peatón y el caballista siempre tienen prioridad, así como el tránsito ganadero, en las vías pecuarias. Reduzca la velocidad cuando se aproxime a ellos o detenga la bicicleta si fuera necesario.

Recuerde que hay que circular a velocidad moderada por su seguridad y por la del resto de usuarios. Frene de manera progresiva, evitando derrapes que deterioran el firme de la vía y puedan afectar negativamente al entorno.

No tire durante el trayecto los envoltorios de los geles, barritas u otros alimentos envasados que consuma. Guárdelos hasta que pueda tirarlos a un contenedor



Paseos a caballo _____

Las marchas y recorridos ecuestres podrán desarrollarse de forma general por **pistas, caminos de anchura superior a los tres metros y vías pecuarias**, así como por caminos públicos y rutas tradicionalmente utilizadas. En la vertiente Segoviana no está regulado el ancho mínimo. En zonas como el macizo de Peñalara está prohibido. Infórmese antes de programar la actividad.

La prioridad de paso en los cruces entre caballistas y senderistas vendrá dada por normas de mutuo respeto, adjudicándose a aquellos que en cada caso la precisen. En Vías Pecuarias la prioridad es para el tránsito ganadero. Si es motivo de actividad económica necesita autorización



Escalada _____

Está **permitida** la escalada, **excepto en las Zonas de Reserva y zonas restringidas** por motivos de conservación (como el sector de la Presa en Peñalara o vías cerradas temporalmente). Infórmese en el Centro de Visitantes más cercano. No se pueden abrir vías nuevas con taladro ni reequipar las ya existentes.

No podrán emplearse clavos o medios técnicos de perforación de la roca que supongan agresiones mecánicas o acústicas al medio natural.

El uso de magnesio u otros medios químicos para el agarre en manos y pies está prohibido. No use cepillos u otras formas de limpiar la roca de vegetación, pues son enclaves únicos para muchas especies vegetales.

Respete el periodo de cría de las aves que nidifican en los roquedos, y en caso de detectar nidos comuníquelo al personal del Parque Nacional para poder señalarlo.



Acampada y vivac _____

No está permitida la acampada. La acampada libre y descontrolada facilita la proliferación de basuras y la degradación de los ecosistemas naturales, por esta razón no se permite dentro del ámbito del Parque Nacional, ni en el resto de la Comunidad de Madrid, ni en Castilla y León. Existen refugios de montaña con guarda, y servicios de hostelería y camping en los pueblos de la Zona de Influencia Socioeconómica donde podrá pernoctar.

Se entiende por vivac o vivaquear, el hecho de pernoctar al raso sin instalar tiendas de campaña, doble techo o similar. **Se podrán utilizar sacos de dormir, funda de vivac** No levante parapetos ni realice zanjás de drenaje.

El vivac de grupos organizados de más de 10 personas necesita de autorización.

expresa en el ámbito del PRUG de Peñalara donde se puede realizar por encima de la cota 2.100 m en zona del antiguo Parque Natural, y por encima de la cota 1.700 m en su Zona Periférica de Protección en terrenos no arbolados.



Circulación de vehículos a motor _____

No está permitida la circulación de vehículos a motor por pistas y caminos **salvo que estén expresamente autorizados.**

Evite estacionar en los márgenes de las carreteras o entradas a pistas y caminos, pues en caso de emergencia pueden constituir un serio problema.

4. Prohibiciones



No está permitido:

-  La acampada libre
-  Cazar
-  Arrojar basuras
-  Molestar a los animales o arrancar plantas
-  Bañarse en los lugares no permitidos
-  Pescar
-  Hacer fuego
-  Hacer ruidos estridentes
-  Salir de las sendas y caminos

