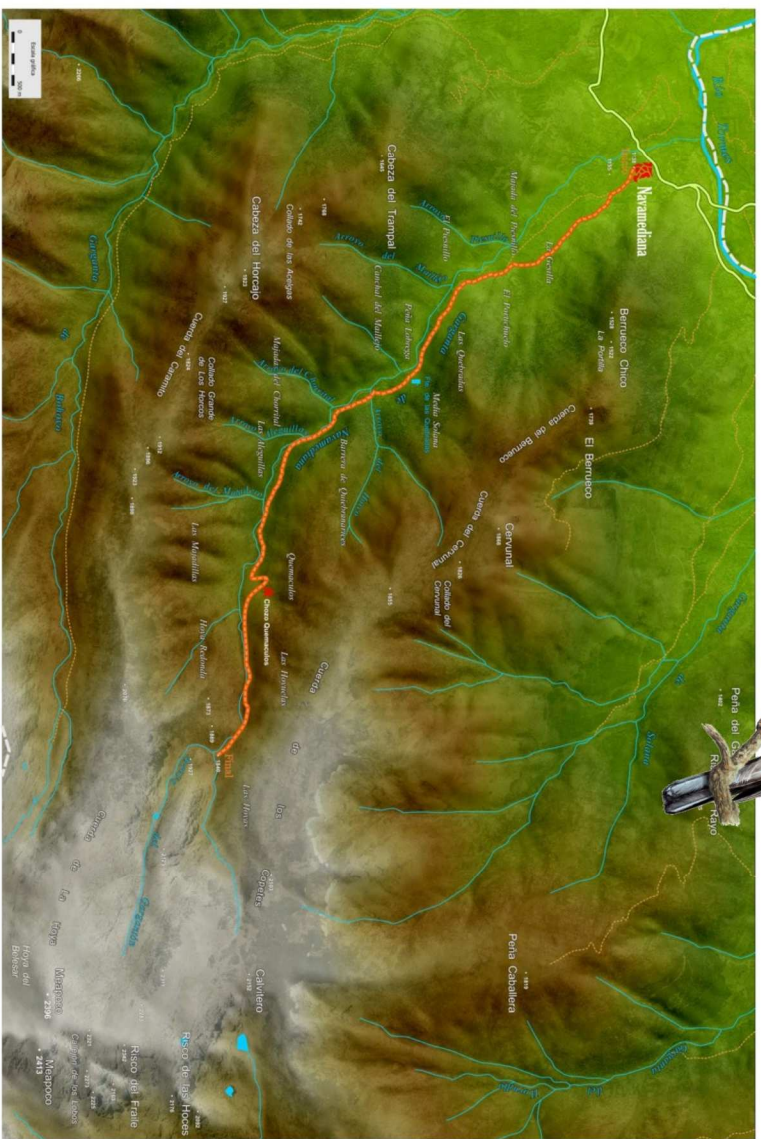


# Garganta de Navamediana

“Déjate guiar por los sentidos”

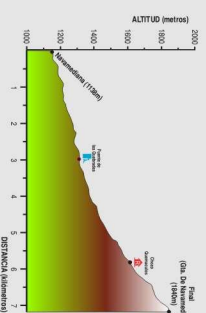


## Legenda

- Itinerario de la Senda
- Carretera Nacional o autonómica
- Carretera Local
- Pista Forestal
- Caminos
- Urbano
- Lagunas
- Ríos y arroyos
- Cotas (en metros)
- Religioso
- Aparcamiento
- Fuente
- Vista panorámica
- Límite del Parque Regional



## Perfil altitudinal



## Ficha técnica

- Identificación de la Senda: PR-AV-38.
- Longitud del recorrido: 7,2 Km.
- Desnivel: 702 metros.
- Tiempo aproximado: 3 horas y media de ida.
- Dificultad: Media, dependiendo de la estación.
- Inicio: En el pueblo de Navamediana 1.138 m.
- Final: Bifurcación de la Garganta de Navamediana y el Arroyo del Gargantón. 1.840 m.

### Recomendaciones:

Cualquier época del año es buena para realizar esta senda. Siendo los meses más fríos del invierno cuando es necesario extremar las precauciones y llevar material especializado. Es preciso llevar calzado y ropa apropiada: agua, protección solar, etc.

Desde la pequeña localidad de Navamediana y por un antiguo camino empedrado la senda nos conduce a lo largo de la garganta a la alta montaña de Gredos.

El primer tramo del camino discurre por un robledal. El sonido de los arrendajos y otros pequeños pajarillos nos acompañan.

El rumor del agua, se va haciendo más intenso acercándonos al lecho de la garganta. Sentimos el frescor de la vegetación de ribera y remontamos el curso del río guiados por el sonido del agua.

El intenso olor de cantuesos y tonillos nos seguirá durante buena parte del camino si elegimos la primavera para realizar este recorrido.

En la parte más alta un bosque de álamos temblones y más adelante abedules perfilan la garganta.

Más arriba el sonido del agua se hace más intenso, el agua corre caprichosa saltando y dibujando numerosas cascadas que delectarán al caminante.

El sendero asciende con mayor pendiente entre grandes piedras para superar el umbral y conducimos al final de nuestro recorrido, devolviéndonos en este punto la tranquilidad y el silencio.

