

Rutas, paseos y senderos

Frías, Oña y Poza de la Sal

Raíces de
Castilla
BURGOS

Provincia de
Burgos
origen y destino

La Ruta



Frías.



Oña.



Poza de la Sal.

En lo más profundo de la Vieja Castilla, entre las comarcas burgalesas de La Bureba y Las Merindades están enclavadas tres bellas poblaciones: la pequeña Ciudad de Frías, la Villa Condal de Oña y la Villa Salinera de Poza.

Para comprender la importancia militar, económica y religiosa de estas tres localidades en los orígenes de la Primitiva Castilla, es recomendable visitar los centros de interpretación y museos de las tres localidades.

Castillos, murallas, iglesias, monasterios, calzadas y salinas conforman un gran legado medieval. Un paseo guiado por las calles de sus conjuntos urbanos nos descubrirá una cuidada arquitectura tradicional.

Una gran extensión de su territorio está incluido en el Parque Natural de Montes Obarenes. En este preciado entorno es posible realizar prácticas variadas: desde el suave paseo por sus numerosas sendas balizadas hasta diferentes deportes de aventura.

Sus confortables alojamientos rurales, su variada oferta gastronómica y sus amables gentes son otros alicientes para una visita inolvidable.



Frías



El Castillo de los Velasco y la Iglesia de San Vicente resaltan en la silueta de la ciudad mas pequeña de España: Frías.

Es uno de los mejores ejemplos de la arquitectura medieval militar española.

En el interior del recinto amurallado se extiende un conjunto urbano con estrechas y empinadas calles y casas de piedra con entramado de madera que se apiñan colgando de la roca y desafiando las leyes de la gravedad. Durante siglos, un puente medieval de nueve ojos controló el paso del río Ebro.

Oña

Junto al espectacular desfiladero del río Oca se ubica Oña, declarada Conjunto Histórico. La Villa Condal y en especial el Monasterio de San Salvador ejercieron un papel crucial en el nacimiento de la Primitiva Castilla.

Sus dominios traspasaban la línea del horizonte. La grandiosidad de la Iglesia Abacial de San Salvador confirma su esplendor religioso: su espectacular capilla mayor, su sillería coral, los panteones de reyes, condes e infantes de Castilla y Navarra, su sacristía y su claustro gótico.



Poza de la Sal



El fenómeno diapírico hizo aflorar a la superficie una gran masa salina. Desde tiempos de los romanos hasta hace tres décadas, la actividad salinera ha condicionado la vida y la economía pozana. La sal ha dejado un gran legado patrimonial y etnográfico único en Europa. Las salinas se distribuyen por el salero, un amplio espacio declarado Bien de Interés Cultural.

Bajo el Castillo protector, se expande un conjunto amurallado con sus antiguas puertas, sus plazas, sus calles estrechas, su iglesia, el Palacio y Fuente Buena.

PR-BU 15 Sendero Raíces de Castilla



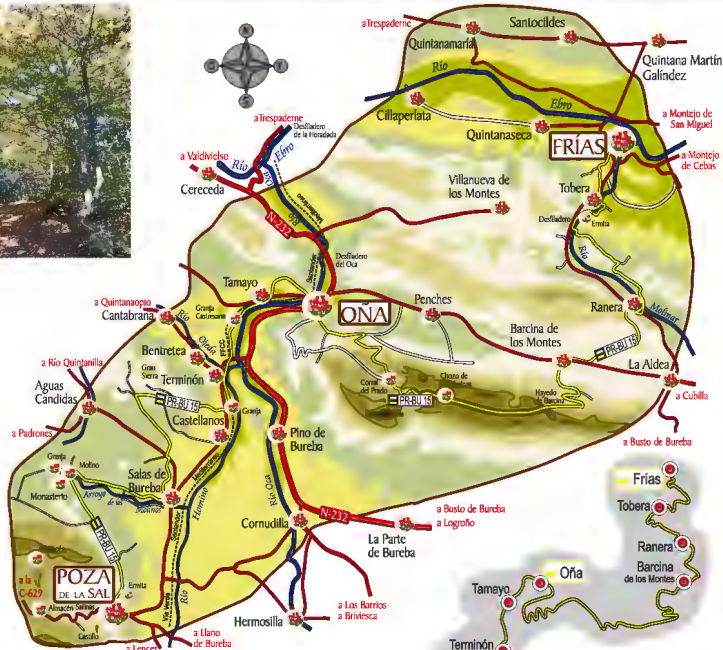
El sendero Raíces de Castilla es un recorrido que enlaza Frías, Oña y Poza de Sal en varias etapas. Sus cerca de 42 kms discurren por llanuras, riberas, pinares, pastizales, hayedos, encinares, desfiladeros, saltos de agua y pequeños pueblos que han preservado su arquitectura.

ETAPA	DISTANCIA	TIEMPO
OÑA - POZA	17,3 km	4 h. 10 m.
OÑA - FRÍAS	23,8 km	7 h. 10 m.
TOTALES	41,6 km	11 h. 20 m.

SIGNOS CONVENCIONALES

PUNTO DE INTERÉS

- Núcleos de Población
- Iglesias y ermitas
- Otras edificaciones
- Bosques y pinares
- Sendero PR-BU 15
- Carreteras principales
- Carreteras secundarias
- Pistas y caminos
- Ríos, arroyos y canales



FRÍAS - Aparcamiento
Panel de inicio

TOTALES 41,6 km 11 h. 20 m.

OÑA - Aparcamiento
Panel de inicio

POZA DE LA SAL - Lavaderos
Panel de inicio

OÑA - FRÍAS 23,8 km 7 h. 10 m.

OÑA - POZA 17,3 km 4 h. 10 m.



MIDE

Red de senderos: Parque Natural Montes Obarenes-San Zadornil

El Espacio Natural de Montes Obarenes San Zadornil cuenta con una extensa red de senderos balizados, algunos de los cuales se encuentran en el entorno que rodea a estas poblaciones.

Información: Casa del Parque. Oña. Tel: 947 567971



parque natural
Montes Obarenes-
San Zadornil

PRC-BU 96 "RANERA".

Longitud Total: 11,4 Km. Dificultad: Baja.

PRC-BU 101 "CAMINOS DE OÑA".

Longitud Total: 14,69 Km. Dificultad: Baja.

PRC-BU 102 "BARCINA DE LOS MONTES".

Longitud Total: 12 Km. Dificultad: Baja.

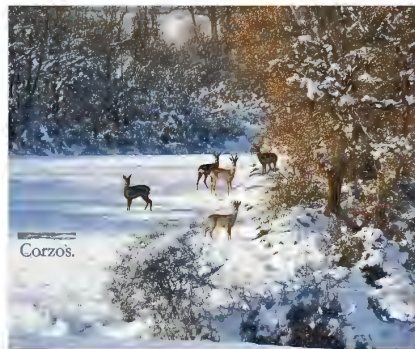
PRC-BU 104 "VILLANUEVA de los MONTES".

Longitud Total: 11,8 Km. Dificultad: Baja.

SLC-BU 108 "PENCHES".

Longitud Total: 7,41 Km. Dificultad: Baja.

Otros senderos de Gran Recorrido



El GR 99 Camino Natural del Ebro atraviesa estas tierras, finalizando una de sus etapas en Frías, antes de adentrarse en el desfiladero de Sobrón.

El GR 85 Ruta de los Sentidos, que recorre Las Merindades, también hace una de sus escalas en la ciudad medieval de Frías.

Otro sendero que pasa por Frías y por Tobera es el GR 1006 Ruta de Los Monteros, que une el conjunto de Espinosa de los Monteros con la Villa Condal de Oña.



El paseo nos adentra en el Valle de Tobalina. Cruzamos el río Ebro por su puente medieval. Cruzamos la carretera, llegamos al Canal de Fontecha.

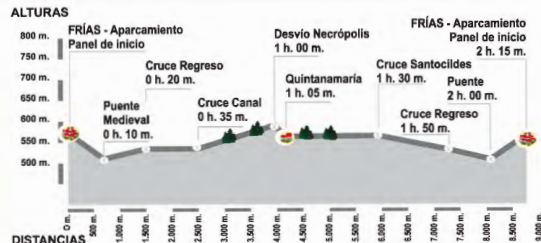
Ascendemos a Quintanamaría entre pinos y campos cerealistas. Antes nos podemos acercar a la necrópolis Peña San Clemente. De Quintanamaría nos dirigimos a Santocildes antes de regresar de nuevo a Frías.



Tobera: El paseo del Molinar.



Partiendo del bello conjunto que conforman un antiguo puente, una ermita y un humilladero, este paseo acondicionado con varios miradores nos permite disfrutar de un maravilloso espectáculo. Para salvar esta estrecha hoz y el fuerte desnivel, las aguas del río Molinar saltan al vacío en varias ocasiones.



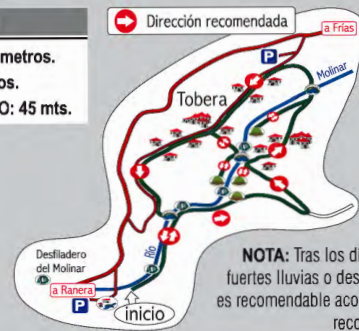
datos básicos



severidad del medio natural	2	⚠️	horario	2 h 15 min
orientación en el itinerario	2	🗺️	desnivel de subida	65 m
dificultad en el desplazamiento	2	👣	desnivel de bajada	65 m
cantidad de esfuerzo necesario	2	👤	distancia horizontal	8,7 km
todo el año			🕒	tipo de recorrido circular

datos básicos

DISTANCIA: 1.000 metros.
TIEMPO: 25 minutos.
DESNIVEL MÁXIMO: 45 mts.



NOTA: Tras los días de fuertes lluvias o deshielo, es recomendable acortar el recorrido.



datos básicos

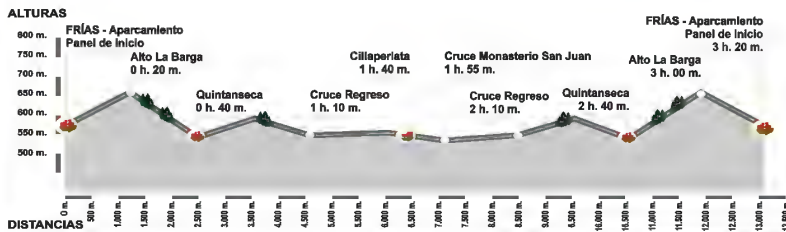
severidad del medio natural	2	⚠	🕒	horario	3 h 20 min
orientación en el itinerario	2	🗺	⬆	desnivel de subida	130 m
dificultad en el desplazamiento	2	👣	⬆	desnivel de bajada	130 m
cantidad de esfuerzo necesario	2	👤	📏	distancia horizontal	13,1 km
			🕒	tipo de recorrido	ida y vuelta



SIGNOS CONVENCIONALES

- Núcleos de Población
- Iglesias y armitas
- Otras edificaciones
- Boeques y pinaras
- Sendero PRC-BU 63
- Sendero PRC-BU 64
- Carreteras principales
- Carreteras secundarias
- Pistas y caminos
- Rios, arroyos y canales

Desde el aparcamiento de Frías ascendemos por la calle San Francisco. Entre pinares y campos de cultivo, un camino nos lleva a Quintanaseca. Desde allí podemos regresar a Frías o continuar la marcha hasta Cillaperlata por una ancha pista.



Paseo del Molinar. Toberá.

Antes de comenzar, tendremos en cuenta el grado de dificultad, la distancia, el desnivel y las recomendaciones generales. No es una ruta apta para días de escasa visibilidad y temporadas de caza.

Un fuerte ascenso por la senda paralela al muro de la huerta del monasterio finaliza en un cruce con una pista: es el cruce de regreso. El ramal derecho asciende en zig-zag hasta el Corral del Prado. Allí, el camino de la izquierda se dirige al Chozo de las Merinas. Con poca visibilidad se recomienda regresar de nuevo a Oña. Desde ese punto, un camino asciende hacia la Mesa de Oña.

Al final de la alambrada abandonamos el PR-BU 15 y giramos a la izquierda por un trazado poco marcado hasta el Portillo del Mercado. Cerramos una cancela y descendemos por una estrecha senda que nos interna en un sombrío y colorido hayedo. Desde Penches, la carretera y una ancha pista nos devuelven al cruce de regreso a Oña.

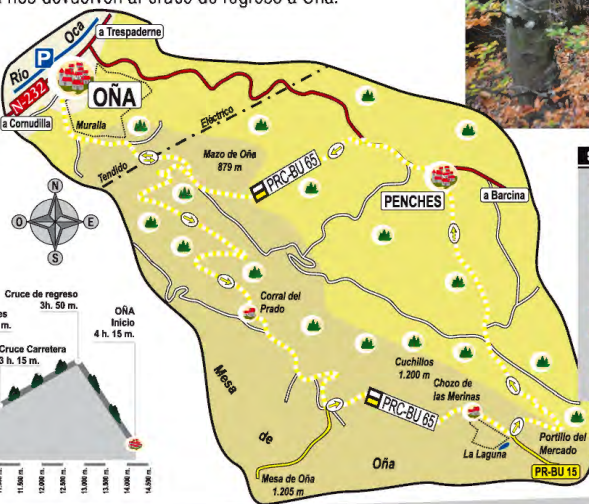


Hayedo en otoño

datos básicos



severidad del medio natural	3		horario	4 h 15 min
orientación en el itinerario	3		desnivel de subida	520 m
dificultad en el desplazamiento	3		desnivel de bajada	520 m
cantidad de esfuerzo necesario	3		distancia horizontal	14,2 km
tres estaciones-todo el año			tipo de recorrido	circular
precaución con nieve, niebla y temporada de caza				



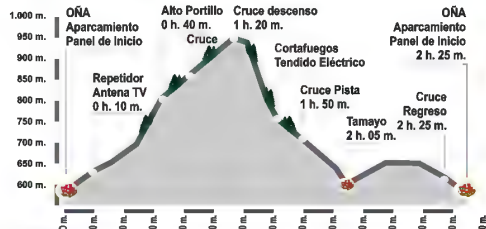
SIGNOS CONVENCIONALES

- Núcleos de Población
- Otras edificaciones
- Bosques y pinares
- Sendero PRC-BU 65
- Sendero PRC-BU 66
- Carreteras principales
- Carreteras secundarias
- Pistas y caminos
- Ríos, arroyos y canales

Comenzamos el recorrido ascendiendo desde el aparcamiento hasta la antena de TV. Atravesamos un campo de frutales y afrontamos el ascenso por una estrecha y pendiente senda que corona el Portillo Amargo. La vista de Oña, presidida por el Monasterio de San Salvador, es excepcional. Continuaremos ascendiendo, entre pinos y encinas, por un camino mas ancho. Antes de llegar al tendido eléctrico, comenzamos un fuerte descenso por un empinado portillo (precaución con la piedra suelta).



ALTURAS



DISTANCIAS

datos básicos

severidad del medio natural	3	⚠	horario	2 h 25 min
orientación en el itinerario	2	🗺	desnivel de subida	356 m
dificultad en el desplazamiento	3	👉	desnivel de bajada	365 m
cantidad de esfuerzo necesario	3	👉	distancia horizontal	6,7 km
tras estaciones-todo el año precaución con nieve, niebla y temporada de caza				
		🔄	tipo de recorrido	circular



Desde el pinar, una pista forestal desciende al arruinado núcleo de Tamayo (cuidado al cruzar el pueblo). Regresaremos a Oña por un suave camino.



El paseo del Oca

El río Oca llega a Oña y afronta su último desafío. Antes de confluir con el Ebro, el río ha modelado un bello desfiladero de verticales paredes por donde discurre este cómodo paseo.

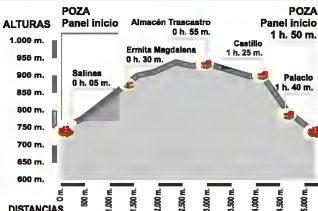
datos básicos

DISTANCIA: 2.500 m.
TIEMPO: 40 minutos.

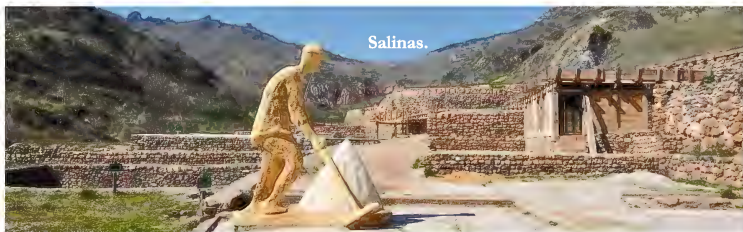


datos básicos

severidad del medio natural	2		horario	1 h 50 min
orientación en el itinerario	2		desnivel de subida	205 m
dificultad en el desplazamiento	2		desnivel de bajada	- 205 m
cantidad de esfuerzo necesario	2		distancia horizontal	5,1 km
todo el año			tipo de recorrido	circular



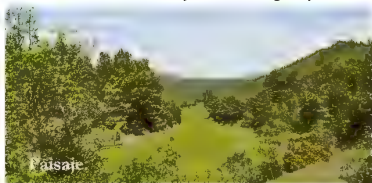
Antes de iniciar este recorrido es recomendable visitar el Centro de Interpretación Las Salinas. Este ameno itinerario nos adentra en el diapiro de Poza, un curioso fenómeno geológico consistente en el afloramiento a la superficie de grandes masas salinas. A lo largo la historia, la sal ha condicionado la economía y la vida de los pozanos.



Comenzamos la marcha por el salero, contemplando una recreación de la desaparecida explotación salinera. Este espacio ha sido declarado Bien de Interés Cultural. Entre las olvidadas salinas, un fuerte ascenso nos lleva a la ermita de la Magdalena, dejando a la derecha uno de los antiguos almacenes salineros. Bordeando El Castellar y llegamos al almacén de Trascastro. Pasamos junto al castillo y descendemos por una estrecha que pasa por el Palacio de los Rojás y nos lleva Poza de la Sal.



Salimos del barrio de los Corrales por el ancho camino de los Molinos, caminando por mismo recorrido que el sendero PR-BU 15. Al llegar a las bellas ruinas de un olvidado molino giramos a la izquierda. Pasamos junto al convento de San Bernardino, dejamos una granja a un lado y nos adentramos en un pinar.



Tras abandonar un desvío de la derecha (Padrones de Bureba), un camino forestal, nos devuelve al cruce de regreso a Poza.

Paseos a Lences Castil de

Estos suaves paseos parten de la ermita del Cristo de Poza y finalizan en estas dos bellas poblaciones. Ambos recorren un tramo común que nos adentra en un pinar. Al llegar a una bifurcación, el ramal izquierdo desciende hacia Lences. Para llegar a Castil continuaremos ascendiendo por la pista.

FICHA TÉCNICA: LENCES

DISTANCIA IDA: 6.050 m.
TIEMPO: 1 h. 45 minutos.
DESNIVEL MÁXIMO: 40 m.

datos básicos

severidad del medio natural	2	⚠	horario	3 h 10 min
orientación en el itinerario	2	🗺	desnivel de subida	60 m
dificultad en el desplazamiento	2	👣	desnivel de bajada	-60 m
cantidad de esfuerzo necesario	3	👤	distancia horizontal	12,1 km
todo el año		🕒	tipo de recorrido	circular



FICHA TÉCNICA: CASTIL

DISTANCIA IDA: 6.350 m.
TIEMPO: 2 horas.
DESNIVEL MÁXIMO: 115 m.

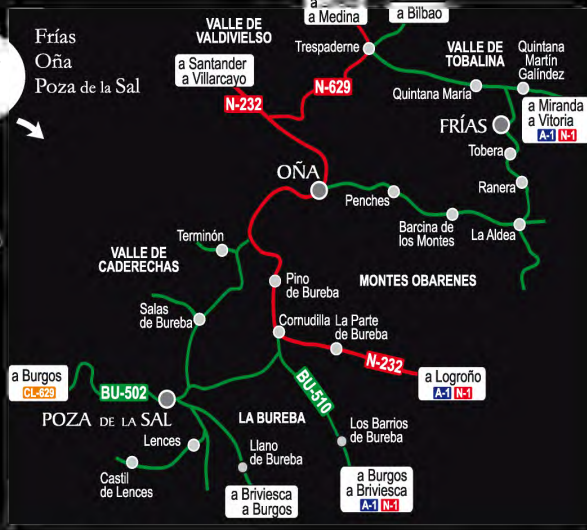
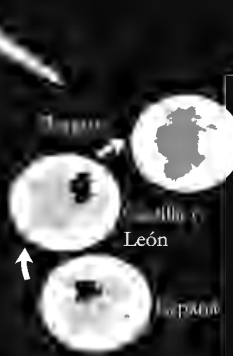
RECOMENDACIONES GENERALES PARA TODOS LOS SENDEROS

El fuego es un gran enemigo de nuestros bosques. No enciendas fuego y evita fumar. Guarda tu basura en una bolsa y la depositas en el contenedor más cercano. Lleva calzado adecuado. En carreteras y pistas, ten precaución. Lleva un móvil. Antes de salir comprueba que la ruta se adapta a tus posibilidades. Evita realizar los senderos en época de caza, con niebla o con nieve por el riesgo que puede suponer. Ten en cuenta el código de señalización. Si no ves las marcas de continuidad, es preferible regresar.

Raíces de Castilla

Frías, Oña y Poza de la Sal de la Sal

www.raicesdecastilla.com
raicesdecastilla@yahoo.es



Diputación de Burgos

D.L.: BU-281-2013