



## Joyas de Fuentes Carrionas

La Senda de la Peña del Oso y la  
Tejeda de Tosande

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

|     |                                            |   |
|-----|--------------------------------------------|---|
| 1   | Presentación .....                         | 1 |
| 2   | Destino.....                               | 2 |
| 3   | Datos básicos .....                        | 3 |
| 3.1 | Nivel físico exigido para este viaje ..... | 3 |
| 4   | Programa .....                             | 4 |
| 4.1 | Programa resumen .....                     | 4 |
| 4.2 | Programa detallado .....                   | 4 |
| 5   | Precio. Incluye/No incluye .....           | 5 |
| 5.1 | Incluye.....                               | 5 |
| 5.2 | No incluye .....                           | 5 |
| 6   | Más información .....                      | 5 |
| 7   | Puntos fuertes.....                        | 7 |
| 8   | Otros viajes similares .....               | 7 |
| 9   | Otros viajes similares .....               | 7 |

## 1 Presentación

### FUENTES CARRIONAS, LA MONTAÑA PALENTINA

En el extremo norte de Palencia, más allá de las extensas llanuras cerealistas de Castilla, se alza una de las zonas de montaña más sorprendentes y menos conocidas de la Cordillera Cantábrica: **Fuentes Carrionas y la Montaña Palentina**. Un territorio de grandes cumbres que superan los 2.500 metros, donde destacan **Curavacas, Espigüete y Peña Prieta**, junto a profundas gargantas, valles glaciares, crestas calizas y espectaculares formaciones rocosas.

Pero la Montaña Palentina es mucho más que sus cumbres. Las laderas están cubiertas por **hayedos, robledales y tejedas**, que crean un paisaje especialmente atractivo en otoño, mientras que sus valles y bosques constituyen uno de los espacios naturales mejor conservados de la Cordillera Cantábrica. En este viaje descubriremos algunos de sus rincones más singulares, combinando montaña, bosques y paisajes ligados a los ríos Pisuerga y Carrión.

## LA SENDA DE LA PEÑA DEL OSO

La Montaña Palentina forma parte de uno de los grandes territorios de la Cordillera Cantábrica donde todavía encuentra refugio el **oso pardo cantábrico**, una de las especies más emblemáticas y amenazadas de nuestra fauna. La Senda de la Peña del Oso nos permitirá adentrarnos en este paisaje de bosques y montañas, siguiendo antiguos caminos entre **robledales y hayedos** en las proximidades del embalse de Requejada.

El recorrido ofrece además magníficas panorámicas sobre la **vega del río Pisuerga** y las extensas masas forestales que cubren las laderas hasta las grandes cumbres de la Montaña Palentina. Un itinerario que permite descubrir la estrecha relación entre los bosques, la fauna y el paisaje de este territorio, en uno de los escenarios naturales más tranquilos y auténticos de la Cordillera Cantábrica.

## LA TEJEDA DE TOSANDE, UN BOSQUE EXTRAORDINARIO

La **Tejeda de Tosande** constituye uno de los grandes tesoros naturales de la Montaña Palentina. El tejo es una especie de extraordinaria longevidad, capaz de alcanzar edades de muchos siglos, y su presencia en grandes concentraciones convierte este bosque en un lugar de especial interés botánico y paisajístico.

El sendero hasta la tejeda atraviesa inicialmente un paisaje de montaña para internarse después en un bosque donde aparecen **numerosos tejos de gran tamaño y antigüedad**, algunos de ellos verdaderos ejemplares monumentales. La combinación de hayas, robles y tejos, junto con el carácter sombrío y silencioso del bosque, hace de esta excursión una de las experiencias más especiales del viaje.

## CERVERA DEL PISUERGA, EN EL CORAZÓN DE LA MONTAÑA PALENTINA

Durante nuestra estancia nos alojaremos en **Cervera de Pisuerga**, una de las localidades más importantes de la Montaña Palentina y un excelente punto de partida para descubrir este territorio. La villa conserva parte de su carácter tradicional, con arquitectura popular, casas blasonadas y calles que reflejan su pasado como núcleo histórico de la comarca.

El **río Pisuerga** atraviesa la localidad y, junto al Carrión, ha sido fundamental para configurar el paisaje y la vida de estas montañas. Alrededor de sus valles se extienden bosques, praderas y montañas que forman un conjunto natural de gran riqueza, protegido en buena parte dentro del **Parque Natural de Fuentes Carrionas y Fuente Cobre-Montaña Palentina**. Un entorno donde naturaleza, montaña y tradición rural se mantienen estrechamente unidos.

## 2 Destino

El **macizo de Fuentes Carrionas**, situado en el extremo norte de la **provincia de Palencia**, forma parte de la **Montaña Palentina** y constituye una de las zonas montañosas más destacadas de la **Cordillera Cantábrica**. Sus cumbres superan los 2.000 metros, destacando el **Espigüete** (2.450 m) y **Peña Labra** (2.029 m), y están rodeadas de profundos valles, barrancos escarpados y altivos cantiles. Entre sus valles se originan ríos de gran importancia para Castilla, como el **Carrión**, el **Pisuerga** y el **Esla**, configurando una red hidrográfica que ha marcado la historia y el desarrollo de la región.

Geológicamente, el macizo está compuesto principalmente por calizas, pizarras y dolomías que han sido esculpidas por procesos tectónicos y glaciaciones pasadas. Los circos glaciares, aristas afiladas, valles en forma de artesa y lagunas de altura, como la **Laguna Altera**, muestran la huella de los glaciares que modelaron estas montañas. Esta geomorfología crea un paisaje alpino único en el norte de Castilla, donde se combinan cimas agrestes y suaves praderas de alta montaña que se prolongan hasta los valles más bajos.

La flora y fauna de **Fuentes Carrionas** es excepcional. En sus praderas y pastizales de alta montaña crecen especies endémicas y adaptadas a climas fríos, mientras que los bosques de robles, castaños y coníferas cubren los valles. Entre la fauna destacan las cabras montesas, aves rapaces y especies de ribera que habitan lagunas y arroyos. Históricamente, la zona ha sido refugio y frontera: su inaccesibilidad protegió a pueblos y ganaderías, y también dejó huella de culturas como la musulmana, que introdujo ingeniosos sistemas de regadío, y de comunidades locales que han conservado la arquitectura tradicional y el aprovechamiento sostenible de los recursos naturales.

### 3 Datos básicos

Destino: Fuentes Carrionas.

Actividad: Senderismo.

Nivel físico: A

Duración: 3 días.

Época: Todo el año

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

#### 3.1 Nivel físico exigido para este viaje

| Nivel físico requerido |                                                                                                                                                                 |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>A</b>               | Forma física normal, con hábito de caminar<br>No se precisa experiencia previa en montaña<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m                 |
| <b>A+</b>              | Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m                                                                                                              |
| <b>B</b>               | Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos<br>Aconsejable experiencia previa en montaña<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m |
| <b>B+</b>              | Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m                                                                                                            |
| <b>C</b>               | Forma física muy buena<br>Imprescindible experiencia previa en montaña<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m                                  |

#### Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El **tipo de terreno** varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El **ritmo de progresión** se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

## 4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje Madrid – **Cervera de Pisuerga** (Fuentes Carrionas).

Traslado en furgoneta a Cervera de Pisuerga (365 km). Salida a las 16:30 pm desde Nuevos Ministerios (Madrid).

Día 2. La **Senda** de la **Peña del Oso**.

Distancia 14 km Desnivel + 380 m. Desnivel -380 m.

Día 3. La **Tejeda** de **Tosande**. Viaje de regreso.

Distancia 11 km Desnivel + 425 m. Desnivel -425 m.

Tras la excursión, emprendaremos el viaje de regreso.

### 4.2 Programa detallado

**Día 1. Viaje Madrid – Cervera de Pisuerga (Fuentes Carrionas).**

Traslado en furgoneta a Cervera de Pisuerga (365 km). Salida a las 16:30 pm desde Nuevos Ministerios (Madrid).

**Día 2. La Senda de la Peña del Oso.**

Hoy nos adentraremos en uno de los paisajes más representativos de **Fuentes Carrionas**, siguiendo un recorrido entre los bosques de **robles y hayas** que durante siglos han formado parte del hábitat del **oso pardo cantábrico**. Un entorno de gran valor natural, donde el bosque y la montaña se funden en un paisaje especialmente bien conservado.

El itinerario nos llevará hasta el paraje de **Peñas Negras**, donde antiguamente existió un pequeño pueblo del mismo nombre. Desde este privilegiado mirador disfrutaremos de magníficas panorámicas sobre la **vega del recién nacido río Pisuerga** y las extensas masas forestales que cubren las laderas de la montaña hasta las faldas del **Curavacas**, una de las grandes cumbres de la Montaña Palentina.

Distancia 14 km Desnivel + 380 m. Desnivel -380 m.

Día 3. La **Tejeda** de **Tosande**. Viaje de regreso.

Para finalizar el viaje, realizaremos una **ruta de media jornada por el valle de Tosande**, uno de los rincones naturales más singulares de la Montaña Palentina. El valle esconde en su interior una extraordinaria **tejeda**, considerada una auténtica reliquia botánica, donde se conservan numerosos ejemplares de *Taxus baccata*.

El sendero nos llevará por un precioso **hayedo** hasta alcanzar la parte alta del bosque, donde las hayas se mezclan con los tejos formando un bosque mixto de gran belleza. En este enclave se concentran alrededor de **800 ejemplares de tejo**, algo excepcional teniendo en cuenta que esta especie suele crecer de forma aislada.

La abundancia y antigüedad de estos árboles convierten a la Tejeda de Tosande en uno de los espacios naturales más singulares de la Montaña Palentina.

Tras la excursión emprenderemos el **viaje de regreso**.

Distancia 11 km Desnivel + 425 m. Desnivel -425 m.

## 5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 395 €. Suplemento de 80 € en habitación individual.

### 5.1 Incluye

- Todos los traslados desde Madrid.
- Guía de montaña.
- 2 noches de alojamiento en régimen de media pensión (cena y desayuno). [Hotel Rural Peñalabra](#) en Cervera de Pisuerga.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión del viaje.

### 5.2 No incluye

- Almuerzos. Se harán en montaña.
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.

## 6 Más información

### Hora y lugar de encuentro

Salida de Madrid, **Nuevos Ministerios** a las 16:30 pm [Localización](#).

### Información final del viaje

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te informaremos del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

### Material y ropa necesaria para este viaje

- Maleta o bolsa de viaje.
- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.

- Cantimplora mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utilizas).

### Seguro de viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**.

Este seguro cubre exclusivamente los riesgos derivados de las actividades de turismo activo previstas en la excursión o viaje, es decir durante la práctica del senderismo, montañismo, esquí, bici, etc.

Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar un seguro de cancelación.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con Ergo, Iris Global e Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: [Información de seguros](#)

Seguro de accidentes y rescate incluido en la península (España, Portugal y Pirineo Francés)

### Capital asegurado

- Fallecimiento accidente 7.500 €
- Incapacidad permanente absoluta accidente 15.000 €
- Incapacidad accidente según baremo 15.000 €
- Salvamento, rescate u otros gastos derivados del accidente hasta 12.000 €
- Asistencia sanitaria accidente ilimitada en centros españoles concentrados.

### Delimitación de cobertura de gastos asistenciales por accidente

- Periodo máximo cobertura de asistencia dental en centros concertados 365 días
- Importe máximo centros NO concentrados 12.000. Los gastos serán abonados por el cliente y reembolsados por la aseguradora con posterioridad.
- Importe máximo para cobertura de material protésico y endoprotésico ilimitado
- Importe máximo para cobertura en centros No concertados, hasta 12.000 €
- Importe máximo para cobertura de material protésico dental ilimitado

\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Compañía Previs seguros. Nº PÓLIZA 4020015582-0 Global Adventure Team. Teléfono de asistencia 24h 913840330.

\*\* Hay que dar parte a la aseguradora con la mayor brevedad posible. La compañía facilitará un número de expediente. Ese número de expediente es imprescindible para acudir al centro de atención médica. Se tendrá que facilitar ese número de expediente al centro médico.

\*\*\* El guía de la actividad tendrá que mandar un parte de accidentes a la compañía aseguradora durante las siguientes 48 horas del accidente.

\*\*\*\* Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

\*\*\* Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

### Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

## 7 Puntos fuertes

- Dos de los bosques más singulares de la Montaña Palentina, el hayedo de la Senda de la Peña del Oso y la espectacular Tejeda de Tosande.
- La posibilidad de descubrir el hábitat del oso pardo cantábrico, en uno de los territorios mejor conservados de la Cordillera Cantábrica.
- La Tejeda de Tosande, un bosque excepcional con alrededor de 800 ejemplares de tejo, algunos de ellos de gran antigüedad.
- Los grandes paisajes de Fuentes Carrionas, con vistas hacia cumbres emblemáticas como el Curavacas y Espigüete.
- El valle del Pisuerga y sus bosques, que combinan ríos, embalses, hayedos, robledales y praderas de montaña.
- Cervera de Pisuerga, una villa tradicional desde la que descubriremos cómodamente la Montaña Palentina.

## 8 Otros viajes similares

- Senderismo en la Reserva Natural de Peloño, Ponga. Asturias
- Senderismo en el Collados del Asón y Bahía de Santoña

## 9 Otros viajes similares

**Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)**

Telf. +34 91 00 52047 / WhatsApp: +34 629 37 98 94 / c/ de Miguel Yuste, n.º 3, 3E 28037 Madrid

[info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) / [www.muntania.com](http://www.muntania.com) / [www.geographica.es](http://www.geographica.es)