



A la venta desde el 26 de enero de 2022



LAS MEJORES RUTAS DE EUROPA *para hacer* TREKKING

200 rutas increíbles para descubrir Europa a pie

AA.VV.

Cálzate las botas de montaña para aprovechar las 50 rutas senderistas más hermosas y gratificantes de Europa, además de 150 propuestas más para descubrir un continente entero a pie.

Desde las regiones bañadas por el sol del sur de Europa, incluidas Italia, Grecia, Portugal y España, hasta las zonas del centro y el norte de Europa ricas en historia, como Francia, Alemania, Bélgica, Gran Bretaña, Irlanda y los países escandinavos, este libro cubre una gran variedad de lugares y experiencias para todo tipo de excursionista, y de diversa duración, desde unas horas hasta varios días o semanas.

Un volumen ideal para un momento en que reivindicamos las actividades al aire libre y hemos recuperado el interés por conectar con la naturaleza, con rutas para todos los niveles y para viajar solo, en pareja, con amigos o en familia.

INTRODUCCIÓN

Europa podría darles las gracias a los artistas románticos por su excelente red de pistas senderistas. Esos estetas de los ss. XVIII y XIX ensalzaron la imponencia, la belleza y la majestuosidad de la naturaleza, y, con sus poemas, su pintura, su música e incluso las primeras guías de viaje, animaron a generaciones enteras a disfrutar del rejuvenecedor placer de respirar aire fresco.

Dos siglos más tarde, **el continente está cubierto por una red de pistas bien organizadas y señalizadas**, desde fáciles recorridos para excursiones de un día por los Alpes, con el apoyo de algún teleférico, a los legendarios senderos de Gran Recorrido que cruzan todo el continente.

Con una **oferta de excursiones tan amplia**, este libro va más allá de recoger las escapadas favoritas de los autores, queriendo mostrar las que pudieran inspirar esas emociones románticas: la felicidad, el sobrecogimiento, la satisfacción y algún escalofrío de vértigo.

Para ello, Geoplaneta/Lonely Planet ha encargado a **algunos de sus mejores expertos senderistas y escritores sobre naturaleza** que compartan en estas páginas sus experiencias. **Phoebe Smith**, aventurera, campista y autora de *Extreme Sleeps*, escribe sobre la Ruta



del Círculo Ártico, una travesía de ocho días por la naturaleza desnuda de Groenlandia que emprendió sola, con la única compañía de los renos. **Jasper Winn**, evangelista y autor de *Water Ways* que disfruta viajando despacio, habla de la surrealista experiencia de caminar por las marismas del mar de Frisia, siempre atento a la llegada de la marea. **Jini Reddy**, periodista especializada en viajes y autora de *Wanderland: A Search for Magic in the Landscape*, describe una ruta de cinco días por la región eslovena del Carso, una experiencia sensorial en la que participa el gusto, la vista y el oído.

Cada ruta de este libro es épica a su manera, sea por lo espectacular del paisaje, por el esfuerzo (y la recompensa) de dedicar una semana o más a cruzar un país a pie, o por otros motivos quizá más personales. Lo "épico" para **Oli Reed**, por ejemplo, fue la perspectiva de ascender al Striding Edge, una cordillera en el Distrito de los Lagos de Inglaterra que le



había fascinado desde la infancia. Para **Sarah Baxter**, “épico” significaba superar el miedo a las alturas para afrontar el vertiginoso sendero del desfiladero del Cares, en España. Para **Stuart Maconie**, DJ de radio y presidente de la asociación senderista Ramblers, el adjetivo era aplicable a una ruta por la costa de las islas Shetland, entre las sombras de las gaviotas e inmensos farallones.

Las excursiones propuestas en este libro tienen diferentes duraciones: algunas solo requieren unas horas, y hay muchas de un día, pero también de una semana o incluso de un mes, que precisan planificación y equipo especial. **Europa es ideal para el senderista, con su diversidad de terrenos, de climas y de paisajes, por no hablar de las fascinantes culturas y gentes que se puede encontrar por el camino.** No obstante, por encima de todo, esperamos que las rutas de este libro, ya sea por las marismas letonas, tras los pasos de los antiguos griegos hasta Delfos o a la cumbre más alta de Montenegro, **animen al lector a calzarse las botas y conocer sitios nuevos.**

El momento, además, es ahora. Actualmente, el senderismo en España sigue incrementando su popularidad (en 2020, el 10,2% de la población lo practicó en algún momento) y seguimos priorizando los viajes a lugares cercanos, sobre todo en España y por Europa. Esta propuesta literaria lo pone más fácil que nunca reuniendo toda la **información práctica y completa necesaria acerca de cada ruta sugerida, con cartografía ilustrada para concebir de un vistazo cada recorrido y fotografías inspiradoras** en las que recrearse durante la lectura.

Recorridos urbanos, enoturísticos, culturales, expediciones a las cumbres más altas, caminatas por la costa, aventuras con raquetas de nieve, peregrinaciones de varios días... Sea cual sea la preferencia del lector, ¡la aventura está servida!

CÓMO USAR ESTE LIBRO

El texto principal de cada capítulo presenta un relato de primera mano de excursiones fantásticas por una región de Europa. Incluyen indicaciones básicas para planear el viaje: la mejor época, cómo llegar y si se requiere equipo especial. Pero estas historias pretenden sobre todo servir de inspiración.

Ese proceso se inicia en la sección “rutas similares” que sigue a cada relato, en la que se ofrecen otras ideas con una temática similar, o en la misma región o el mismo país. En el sumario se han codificado las rutas por colores según su dificultad, teniendo en cuenta no solo la duración, lo remoto del lugar o los retos que plantea, sino también la logística y las condiciones del terreno. En el índice se encontrarán diferentes tipos de excursiones organizadas según diferentes intereses.

Hay que señalar que muchas de las rutas de este libro son duras. Independientemente de la experiencia que se tenga, conviene asegurarse de estar preparado y tomar todas las precauciones necesarias para evitar correr riesgos o poner en peligro a otros.

6 RUTAS PARA DESCUBRIR EUROPA A PIE

HORNSTRANDIR



Si no fuera tan complicado llegar, la reserva de Hornstrandir sería la región más popular de Islandia para los senderistas. Las penínsulas de los Fiordos Occidentales de Islandia, que se extienden hacia el mar como las pinzas de un crustáceo, son muy solitarias, salvo por las ruidosas colonias de araos y algún zorro ártico que otro. En verano (principios de julio-mediados de agosto) se cubren de una alfombra verde

brillante que atraviesan los viajeros para visitar sus túmulos. La experiencia completa incluye tomar el ferri en Bolungarvík o Ísafjörður hasta Veiðileysufjörður, fiordo erosionado por los glaciares, y pasar cuatro o cinco días caminando hasta Hornvík y los acantilados de Hornbjarg, llenos de aves, para luego atravesar el puerto de montaña que lleva a Hloduvík y de ahí al puñado de casitas abandonadas de Hesteyri, donde se toma el ferri de regreso.

Inicio/Final: Bolungarvík o Ísafjörður | **Distancia:** Variable

Más información: www.safetravel.is

CAMINITO DEL REY, ESPAÑA

Esta ruta pegada al vertiginoso desfiladero de los Gaitanes tenía antaño otro nombre: “El sendero más peligroso del mundo”. Construido en 1905 como vía de acceso a una central hidroeléctrica, el camino cayó en desuso, algunos tramos se derrumbaron y solo quedaban tablones podridos y espuelas de metal oxidadas en la roca, 100 m por encima del río Guadalhorce. De los imprudentes que intentaron recorrerlo, algunos murieron en el intento. En el 2015 la ruta se rehabilitó y ahora los visitantes pagan entrada (18 €) y no se dejan la vida en ello. Se ponen un casco, cruzan el bosque y llegan al tramo del desfiladero donde pasarelas de madera, barandillas de seguridad y tramos con suelo de cristal hacen de la ruta un recorrido menos peligroso pero igual de emocionante.



Inicio: Ardales | **Final:** El Chorro | **Distancia:** 8 km

Más información: <https://entradas.mientrada.net>

MALA UHOLKA, UCRANIA



Esta ruta corta pero espectacular se adentra por el hayedo virgen más grande de Europa, en los Cárpatos ucranianos. Comenzando en el centro de visitantes de la Reserva de la Biosfera de los Cárpatos, en Mala Uholka, esta maravilla boscosa queda bajo el amplio paraguas de los Hayedos Primarios de los Cárpatos, Patrimonio Mundial de la Unesco. Es un recorrido suave por bosques verdes bañados de sol y repletos de musgo y

líquenes, dignos de cualquier cuento infantil. Este paraje sigue prácticamente virgen y por él todavía campan a sus anchas depredadores como osos, lobos y lince, aunque son muy difíciles de ver. La roca caliza ha moldeado el paisaje de forma espectacular, con maravillas kársticas como la cueva de Druzhba y el arco de roca Karstovyi Mist. El bosque quizá está más bonito cuando se viste de otoño, en tonos dorados y rojizos. Un autobús desde Tyachiv lleva al inicio de la ruta.

Inicio/Final: Reserva de la Biosfera de los Cárpatos, Mala Uholka | **Distancia:** 5 km
Más información: www.travelt.ukraine.org

RUTA DE LA COSTA JURÁSICA, INGLATERRA

Este tramo de 150 km de la South West Coast Path es como un parque temático geológico de 185 millones de años, cortado y troceado por el mar para mostrar el funcionamiento interno de la corteza terrestre. Se empieza en el oeste, sobre miles de millones de microscópicas conchas del Cretácico que componen la caliza de los acantilados de Hooken, y luego se pasa por la Undercliff Walk, un frondoso tramo con



grietas, desprendimientos de roca y peñascos. La playa bajo los acantilados en Charmouth es un paraíso para los recolectores de fósiles y fuente de los primeros hallazgos paleontológicos, como el esqueleto de un ictiosaurio descubierto por Mary Anning a principios del s. xix. En la playa de Chesil está prohibido retirar ni un cachito de cuarzo o de calcedonia. Luego el sendero oriental sube a los acantilados, regala vistas del arco calizo Durdle Door y termina en las Old Harry Rocks, las formaciones de tiza al final de la isla de Purbeck.

Inicio: Exmouth, Devon | **Final:** Old Harry Rocks, Dorset | **Distancia:** 150 km
Más información: www.jurassiccoast.org

MER DE GLACE, FRANCIA



Si se tiene el nivel, la energía y la forma física necesarias para este desafío de altura, se disfrutará mucho en la Mer de Glace (el mar de hielo). Esta ruta, dura físicamente pero maravillosa paisajísticamente, combina vías ferratas, trepadas y glaciares. Empieza en la estación de montaña de Montanvers. El pulso se acelera y el suelo queda muy lejos al bajar por escaleras

sujetas a paredes casi verticales hasta el Mer de Glace, el glaciar más grande de Francia, que serpentea por el flanco norte del Mont Blanc. Después la ruta vuelve a subir y bajar por escaleras, y pasa por el glaciar, muy fisurado, hasta llegar al Refuge du Couvercle, que brinda una buena comida y una cama. Desde allí se puede bajar de vuelta a Montanvers. A menos que se sea un montañero muy experimentado, es sumamente recomendable contar con un guía.

Inicio: Montanvers | Final: Refuge du Couvercle | Distancia: 11 km
Más información: www.chamonix.com; www.guides-mont-blanc.com

LA RUTA DE LA CERVEZA TRAPENSE, BÉLGICA

Si solo hay 12 cervecerías trapenses auténticas en el mundo, es decir, que elaboran cerveza en un monasterio trapense, ya sea por los monjes o bajo su supervisión, y los ingresos se destinan mayormente a beneficencia. Tres están en Valonia, la región francófona del sur de Bélgica, y esta ruta las conecta. Discurre casi entera por pistas y senderos llanos, agradable campiña y adorables bosques, y visita la abadía de Nuestra Señora de Orval, de 1132, que elabora fielmente la Orval, la primera cerveza trapense que obtuvo fama mundial; la abadía de Nuestra Señora de Saint-Rémy, en Rochefort, cuna de las cervezas Rochefort 6, 8 y 10; y la abadía de Nuestra Señora de Scourmont, en Chimay, que fabrica cerveza y queso. Cerca hay un museo dedicado al queso y la cerveza, con una taberna para alimentar a excursionistas hambrientos.



Inicio: Orval | Final: Chimay | Distancia: 290 km
Más información: www.walloniam.be - www.grsentiers.org

ÍNDICE DE CONTENIDOS DEL LIBRO

INTRODUCCIÓN

NORTE DE EUROPA

Tierra, viento y fuego: la Laugavegurinn (Islandia)
 De peregrinaje por los Caminos de San Olav (Noruega)
 La ruta del diseño danés en Aarhus (Dinamarca)
 Norte salvaje: la Ruta de Karhunkierros (Finlandia)
 Una montaña de foto en Senja (Noruega)
 Ruta del Círculo Polar Ártico (Groenlandia)
 Cinco días por la Kungsleden (Suecia)
 La Gran Ciénaga de Kemeris (Letonia)

OESTE DE EUROPA

Camino de la Costa de Pembrokeshire (Gales)
 De Toulouse a Carcasona por el Canal du Midi (Francia)
 Cuatro días en la Vía Alpina (Suiza)
 La espectacular Ruta del Cares (España)
 La Striding Edge del Helvellyn (Inglaterra)
 Por las marismas del mar de Frisia (Países Bajos)
 La Lechweg, desde las fuentes del Lech (Austria y Alemania)
 Il Sentiero degli Dei, una ruta divina (Italia)
 La Dingle Way (Irlanda)
 A la sombra del glaciar Aletsch (Suiza)
 Un paseo por el tiempo: la Ruta del Támesis (Inglaterra)
 El Camino Portugués por la costa
 Un bosque encantado: la Westweg (Alemania)
 El Tour del Monte Rosa (Italia y Suiza)
 Un chapuzón en las gargantas del Ardèche (Francia)
 La Causeway Coast Way (Irlanda del Norte)
 Escalones y escaleras: la Kaiserjäger (Italia)
 Cata de whisky en la Speyside Way (Escocia)
 Ruta de la Piedra Seca de Mallorca (España)

Ruta circular por Andorra: la Coronallacs
 Paseo enológico por el Mosela (Alemania)
 Cruzar los Pirineos por el Chemin de la Liberté (Francia y España)
 Seguir la Heart of Wales Line
 La mejor ruta de un día en Austria: Pinzgauer Spaziergang
 Por los pueblos de la Alpujarra (España)
 Ruta invernal por el puerto del Gran San Bernardo (Italia y Suiza)
 El GR-20 de Córcega (Francia)
 El circuito Ness of Hillswick de las Shetland (Escocia)

SURESTE DE EUROPA

Ruta Menalon (Grecia)
 El Bobotov Kuk, techo de Montenegro
 La Ruta Juliana (Eslovenia)
 A pie por una tierra de lagos estacionales (Eslovenia)
 Tierra de fronteras: Ruta de los Picos de los Balcanes (Montenegro, Albania y Kosovo)
 Caminando por la historia: la Vía Licia (Turquía)
 Ruta del monte Trebević en Sarajevo (Bosnia y Herzegovina)
 Cruzando los Balcanes por la Vía Dinárica
 Las escaleras de la garganta de Vikos (Grecia)

ESTE DE EUROPA

Lo mejor del Alto Tatra: Tatranská Magistrala (Eslovaquia)
 Tras las estrellas por la Ruta Transcaucásica (Georgia)
 De Polonia a Bielorrusia por el canal de Augustów
 Travesía de los montes Rila (Bulgaria)
 Las Rock Stars de la Suiza bohemia (República Checa)





LAS MEJORES RUTAS DE EUROPA PARA HACER TREKKING

AA.VV.

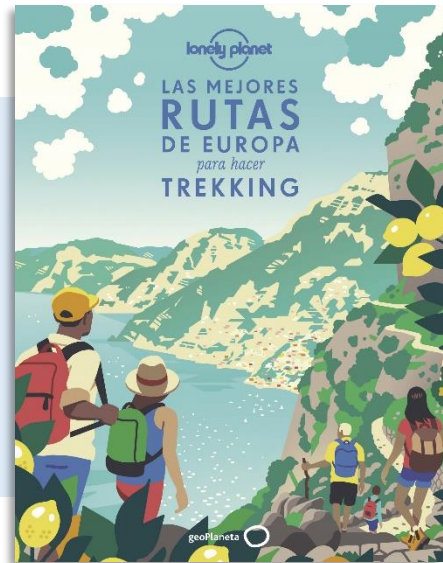
Geoplaneta, 2022

20 x 26 cm.

320 páginas / Cartoné

PVP c/IVA: 27,50 €

A la venta desde el 26 de enero de 2022



PARA MÁS INFORMACIÓN A PRENSA E IMÁGENES:

Lola Escudero- Comunicación Lonely Planet-Geoplaneta

Tel: 91 423 37 11 – 619 212 722

lescudero@planeta.es

