

SIMBOLOGIA

-  MONUMENTOS
-  MUSEOS
-  RESTOS ARQUEOLOGICOS
-  CASTILLO-MURALLA
-  TORRE DE VIGILANCIA
-  BALNEARIO
-  VISTA PANORAMICA
-  ARTESANIA-CERAMICA
-  ARTESANIA-TELAR
-  GASTRONOMIA TIPICA
-  ZONA DE RECREO
-  SENDERISMO
-  CICLOTURISMO
-  PARAPENTE
-  RUTAS A CABALLO
-  DEPORTES DE NIEVE
-  ESQUI DE FONDO
-  ESTACION DE ESQUI
-  ESCALADA
-  DEPORTES NAUTICOS
-  GOLF
-  ZONA DE PESCA
-  CAMPING
-  PUERTO DE MONTAÑA
-  AEROPUERTO
-  VIA FERREA
-  AUTOVIA
-  CARRETERA NACIONAL
-  C. AUTONOMICA-PROVINCIAL
-  CARRETERA LOCAL
-  LIMITE PARQUE NATURAL
-  LIMITE PARQUE NACIONAL



www.turismodegranada.org
www.turgranada.com

*“en **Granada**,
lo que tú quieras”*



**Alpujarra
Valle de Lecrín**

INTELEKTUAL
ECONOMICO

www.turgranada.com



TURISMO DE GRANADA

E

Alpujarra Valle de Lecrín

TURISMO DE GRANADA PATRONATO PROVINCIAL

Plaza Mariana Pineda, 10, 2ª
18009 - Granada

Teléfonos: 958 247 146
Fax: 958 247 129

e-mail: turismo@dipgra.es
www.turismodegranada.org
www.turgranada.com

OFICINA TURISMO
Teléfono: 958 247 128
Fax: 958 247 127
infotur@dipgra.es

Índice

- 4 Entre las nieves y el mar
- 5 Una tierra de contrastes
- 6 En un rincón de Al-Andalus
- 8 Del trópico a las cumbres
- 9 Una fauna variada
- 10 El recurso más preciado
- 11 Una peculiar forma de vida
- 12 Un urbanismo integrado en el medio
- 14 Con sabor propio
- 15 Una artesanía ancestral
- 16 Vivir la tradición
- 18 Sierra Nevada
- 20 Del valle de Lecrín a Los Guájares
- 22 El techo de la Península
- 26 Tras los pasos de Gerald Brenan
- 30 Ruta del río Guadalfeo
- 34 Vinos y cortijos de la Contraviesa
- 38 Para estar activos
- 42 Datos prácticos
- 50 Mapa comarcal

Granada en el mundo





Sierra Nevada, al fondo el Mediterráneo

Al sur de Europa, mirando a África, existe un mágico lugar de sabor andaluz donde se dan la mano Oriente y Occidente. Es la **Alpujarra-Valle de Lecrín**, la comarca española donde más ha perdurado la huella islámica. Una región de contrastes, con una variedad paisajística que abarca desde la alta montaña hasta las inmediaciones del litoral mediterráneo, pasando por las sierras de los Guájares, Lújar y la Contraviesa y hermosos valles. La configuración geográfica, entre las cumbres de Sierra Nevada y el mar, ha dado lugar al ancestral aislamiento de la comarca, que ha hecho que se conserven casi intactos sus peculiares modos de vida y de poblamiento.

La climatología de la **Alpujarra-Valle de Lecrín** se encuentra

estratificada en altitud, por lo que pueden apreciarse grandes diferencias incluso en la misma estación. Desde las suaves temperaturas de la costa, templadas por el Mediterráneo, hasta los contrastes de la Alpujarra Alta, con inviernos nevados y veranos templados, en la comarca pueden encontrarse distintos ambientes y tonalidades según la época del año.

Tanto si se opta por el transporte aéreo, desde el moderno Aeropuerto de Granada, como por el transporte marítimo, desde el puerto de Motril, al final la única forma de adentrarse en la **Alpujarra-Valle de Lecrín** es por carretera.

Un complejo entramado de carreteras, carriles y vías secundarias totalmente integradas en el paisaje y respetuosas con el entorno natural para circular sin prisas, mientras se disfruta de hermosas panorámicas.

Desde **Granada** capital, se accede a la comarca a través del puerto del Suspiro del Moro y por la carretera nacional 323, vía **Lanjarón**. Desde la Costa del Sol y la Costa Tropical por la N-340, por **Albuñol**, y desde la autovía A-92 por **Guadix** y el Puerto de la Ragua.



Chimeneas típicas

Al pie de Sierra Nevada se extiende una tierra que durante más de ochocientos años fue morada de los musulmanes. Esa tierra es la **Alpujarra-Valle de Lecrín**, un pequeño rincón del Reino de Granada que aún conserva casi intacta la impronta islámica, un pedazo de Oriente en el extremo de Occidente.

Casas enclavadas de forma cúbica, cultivos en bancales, pueblos tendidos en las laderas de las montañas, increíbles paisajes y un amplio abanico de posibilidades de ocio... Con una idiosincrasia peculiar; reflejada en su arquitectura popular y en los modos de vida de sus habitantes, la comarca se muestra como un lugar variopinto y diferente, de marcado carácter rural y a la vez abierto y hospitalario, acostumbrado a recibir visitantes de la más diversa procedencia.

Además de ser un lugar idóneo para el relax y el descanso, los que desean quemar algo de adrenalina encontrarán en la **Alpujarra-Valle de Lecrín** una amplia gama de actividades que abarca desde el esquí de fondo hasta el vuelo libre y numerosas rutas de senderismo y cicloturismo, para vivir a fondo la naturaleza.



Bosque alpujarreño

Así es la **Alpujarra-Valle de Lecrín**, la tierra de la que se quedaron prendados los viajeros románticos y que eligió como morada Gerald Brenan. Un paraíso congelado en el tiempo, una comarca andaluza entre las nieves y el mar que enamora a todo aquel que se acerca a conocerla.



Barranco del Poqueira (Bubión)

Los orígenes del poblamiento humano en la Alpujarra-Valle de Lecrín se remontan a la Prehistoria, como atestiguan los restos arqueológicos hallados en la comarca. En época ibérica y romana existieron asentamientos puntuales, pero no será hasta la llegada de los musulmanes, en el s. VIII, cuando la densidad de población llegue a su apogeo.



Capitel Nazari

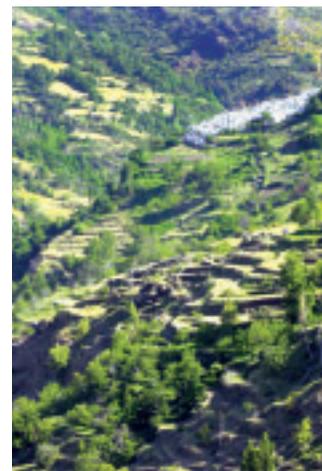
La presencia islámica marcará una impronta imborrable en la comarca. Los pobladores musulmanes encontrarán en estas tierras el paraíso terrenal, adaptándose al medio en una perfecta simbiosis con la naturaleza. Las sabias técnicas de regadío dieron lugar a una próspera agricultura arborícola y una industria sedera que perduró hasta los tiempos modernos.

Pero la floreciente economía andalusí no impidió el surgimiento de conflictos como el protagonizado por Ibn Hafsum en época califal o la Rebelión de Las Alpujarras de 1568, encabezada por el morisco Fernando de Córdoba y Válor,

más conocido como Abén Humeya, frente al poderoso Felipe II, tras la cual se produjo la expulsión definitiva de los musulmanes de la Península Ibérica.

El legado de Al-Andalus fue recogido por los posteriores pobladores cristianos, que conservaron el sistema de cultivo en bancales, el modo de construcción, la red de acequias... El cambio de fe vino acompañado de la edificación de iglesias y ermitas, muchas de ellas de estilo mudéjar, perpetuando así la tradición musulmana. Y llegaron nuevas aportaciones, como la cría del cerdo y el ritual de la matanza o el cultivo de cereales, que arraigaron en la zona y perduran en la actualidad junto con la herencia islámica.

La huella de Al-Andalus aún se respira en la **Alpujarra-Valle de Lecrín**, el último hogar de unos hombres que supieron hacer de la montaña un pequeño paraíso para dejarlo como herencia a quienes llegaron después. Un legado que hoy, pasados cientos de años, aún podemos conocer:



Cultivos en bancales



Castillo islámico de Lanjarón

Torres y Castillos

El paisaje de la **Alpujarra-Valle de Lecrín** está salpicado de restos de fortalezas y torreones que recuerdan la larga historia de la comarca, como el Castillo islámico de **Lanjarón** o los restos del Castillo de **Juviles**, de la misma época, conocido como "El Fuerte".

Se conservan vestigios del castillo de **Restábal**, de **Mondújar**, del Peñón del Moro en **Dúrcal** y en **Los Guájares** las ruinas de una fortaleza en el Tajo Fuerte. Los restos de los castillos de **Capileira**, **Válor**, **Murtas** y de Piedra Fuerte, en **Yegen**, además de los del torreón nazari de **Órgiva** y la Torre de **Melicena (Sorvilán)** complementan este rico patrimonio.

Las especies vegetales alpujarreñas presentan una distribución estratificada en altura, por lo que pueden encontrarse desde especies de alta montaña como la estrella de las nieves (endémica de Sierra Nevada) hasta chumberas en las cotas más bajas y grandes bosques en las zonas intermedias.

Una agricultura respetuosa con el medio ambiente y el hecho de que gran parte del territorio de la Alpujarra-Valle de Lecrín se encuentra incluido dentro del **Parque Natural de Sierra Nevada** son factores que han contribuido a la protección de la flora de la zona.

Los endemismos se concentran en las cotas más elevadas, dentro del **Parque Nacional de Sierra Nevada**, en las zonas de pastizales denominadas "cascajares" y "borreguiles". A medida que desciende la altitud superficies boscosas de diferentes especies, desde pinares hasta encinares y alcornoques, pasando por otras como el castaño, el roble o el quejigo se van alternando con los terrenos de cultivo. En las cotas bajas se encuentran especies arbóreas como el olivo o el algarrobo, así como adelfas y chumberas.

La huella del hombre se refleja en las proximidades de las poblaciones, con un paisaje caracterizado por los cultivos en bancales, las huertas, los cereales y la arboricultura, alternándose los regadíos con las superficies de secano.



Detalle de chumbera



Paisaje de la Alpujarra Alta

Al igual que la flora, la rica y variada fauna de la Alpujarra-Valle de Lecrín se distribuye de manera escalonada desde la alta montaña hasta la costa.



El escaso impacto ambiental, dada la baja densidad de población, ha dado lugar a la conservación de un gran número de especies animales.

el gato montés y la garduña. Y ya en la franja costera, se dejan ver aves tales como el martín pescador o las ánades, siempre cerca del mar Mediterráneo.

En la Alpujarra-Valle de Lecrín el burro sigue utilizándose como animal de carga y como medio de transporte para realizar pintorescas rutas turísticas, lo que ha favorecido su conservación.



En la alta montaña, el reino de la cabra montés, puede contemplarse el majestuoso vuelo del águila imperial, el acentor alpino y especies como el topillo, mientras que en las zonas abiertas viven el lagarto ocelado y otros reptiles como la víbora hocicuda.

En las cotas de media montaña tienen su hábitat mamíferos como el zorro, el jabalí y otros más difíciles de ver por presentar hábitos nocturnos, como el tejón y la gine-ta. En la Alpujarra Baja se encuentran aves como el buitre común y mamíferos como



Cabra montés



El agua, el bien máspreciado, es un elemento básico para la vida. La comarca se humanizó cuando sus pobladores, especialmente los musulmanes, supieron captar y conducir las aguas que fluyen del deshielo y los manantiales para poder habitar y cultivar un territorio hasta entonces inhóspito.



El agua en la naturaleza

En la **Alpujarra-Valle de Lecrín** puede contemplarse el agua en su entorno natural en los ríos, arroyos y manantiales, muchos de ellos con propiedades saludables y curativas, que se encuentran por toda la comarca. En primavera, las aguas del deshielo de las cumbres de **Sierra Nevada** descienden por arroyos, ríos y barrancos, bañando y llenando de vida los paisajes alpujarreños. Los musulmanes supieron canalizarlas a través de la red de acequias que aún perdura en poblaciones como **Los Guájares**, las cuales se remontan a la época almohade.



El agua, fuente de vida

Fuentes y Pilares

Bubión: Fuente de los Cuatro Caños

Cañar: Fuente de Poyo Dios

Cástaras: Fuente de los Caños

El Golco: Fuentes de los Llanitos, de San Miguel y de los Remedios

Lanjarón: Fuente de las Adelfas

Laroles: Pilar de las Yeguas

Los Bérchules: Fuente del Paraíso, Fuente de las Carmelitas

Murtas: Fuentes del Cuartel, de Santa Cruz y de la Golera

Nechite: Fuente de las Margaritas

Órgiva: Fuente de los Cantares

Pampaneira: Fuentes de los Poetas, del Cerrillo y de San Antonio

Pórtugos: Fuente Agría

Válor: Fuente de la Tableta

Yegen: Fuente de los Tres Caños, Fuente Agría



Agua integrada en el urbanismo

Los alpujarreños, gente afable y sencilla, han permanecido aislados durante siglos, viviendo en perfecta armonía con el medio ambiente. Los paisajes de la Alpujarra-Valle de Lecrín, donde reina el silencio, son toda una invitación al descanso y la contemplación, de ahí el carácter tranquilo de sus pobladores.

La forma de vida de los habitantes de la comarca, de marcada impronta rural, se sigue caracterizando por la sencillez y la ausencia de prisas. Un ambiente que ha atraído a artistas, comunidades alternativas y artesanos que han hallado en tierras alpujarreñas su particular paraíso.

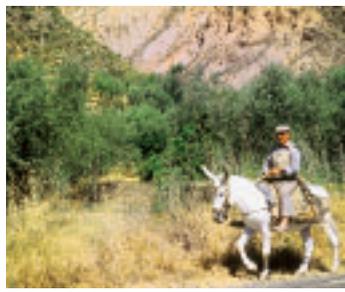


Centro budista O'Sel Ling

Todavía se conservan antiguos lavaderos públicos donde las mujeres limpiaban la ropa hace no mucho tiempo, y talleres artesanales donde se sigue trabajando como antaño. El laboreo agrícola continúa realizándose de manera artesanal, excepto en las zonas más cercanas a la costa.

Fueron los paisajes alpujarreños y el peculiar modo de vida de sus pobladores los que atrajeron la atención de los viajeros románticos, como Richard Ford, el estadounidense Washington Irving o el español Pedro Antonio de Alarcón, en el s. XIX, predecesores de Gerald Brenan, que vivió en Yegen de 1920 a 1934. Todos ellos quedaron prendados de sus pueblos y sus gentes, plasmando en sus obras la idiosincrasia de esta tierra donde el tiempo parece transcurrir a un ritmo más pausado.

El Barranco del Poqueira alberga la primera comunidad budista establecida en la Península Ibérica, O'Sel Ling (en tibetano "Lugar de luz clara").



Estampa rústica



El urbanismo alpujarreño, de clara impronta islámica, es un todo que se integra a la perfección en el paisaje. Al igual que los cultivos se disponen en terrazas, las casas se tienden en las laderas de la montaña, siempre orientadas hacia el sur.



Tejado de launa con chimeneas

El hábitat de la **Alpujarra-Valle de Lecrín** recuerda al de las zonas montañosas del norte de África: poblamiento disperso con pequeños pueblos blancos, aldeas y cortijadas tendidos en las laderas o al pie de los valles. De hecho, muchos municipios de la comarca son herederos de las antiguas *tahás*, división administrativa de época nazarí que agrupaba a pequeños núcleos de población. Los actuales municipios de **Lecrín, El Valle, Los Guájares, Alpujarra de la Sierra, Nevada o La Tahá**, que ha conservado la antigua denominación árabe, son herederos de este tipo de hábitat importado del continente africano por los antiguos pobladores andalusíes.



Arquitectura popular: tinao



Construcción típica de La Alpujarra

Donde mejor se ha conservado el modo de construcción alpujarreño es en los pueblos de montaña. Un urbanismo de calles estrechas y sinuosas, con las casas apiladas unas sobre otras de manera escalonada y pequeñas plazuelas o simples ensanches que son el corazón de la vida pública, donde se concentran los bares y demás establecimientos.

La casa alpujarreña es el vivo reflejo del alma de la comarca. Construida con materiales del entorno como piedra, barro, pizarra, *launa* (especie de arcilla que sirve para impermeabilizar los techos) o madera de castaño, y casi siempre en calada. Ante todo sencilla y práctica, sobria en la decoración, se inserta a la perfección en el entorno.

La vivienda tradicional se estructura en dos plantas, la planta baja para los animales y el piso para vivienda, donde se desarrolla la vida cotidiana; allí se encuentra la cocina - comedor con la chimenea y la ventana, a veces un balcón y los dormitorios separados por cortinas. La puerta de la planta baja suele tener una apertura superior a modo de ventanuco.

Formas cúbicas, con pocas aperturas al exterior; techumbres planas o *terraos* con aleros de pizarra y las características chimeneas troncocónicas, son algunos elementos que definen este peculiar modo de construcción. Y los *tinaos*, especie de porches que a veces convierten las calles en verdaderos túneles, como sucede en los **barrios de la Pileta** y el **Castillo**, en **Capileira**.



Calle escalonada

Pueblos con encanto

Este peculiar patrimonio arquitectónico puede conocerse en lugares como el **barrio Hondillo de Lanjaron**, **Sopotújar**, **Busquistar**, el **barrio Alto de Juviles**, **Mecina Bombarón**, **Mairena**, **Los Guájares** o el **barrio Bajo de Cádiz**.

Los tres municipios que conforman el **Barranco del Poqueira**, **Pampaneira**, **Bubión** y **Capileira**, están declarados **Conjunto Histórico-Artístico**, incluyendo los términos municipales, lo que refleja el valor patrimonial de estos pueblos y del paisaje que los rodea.



Migas típicas

Migas de harina

Ingredientes:

4 vasos de agua, 4 tazas de café de harina de sémola, sal, 1-2 ajos, 2-3 cucharadas de aceite.

Acompañamiento: panceta, longaniza, cebolla asada, ajos asados, pimiento verde frito, tomate seco frito.

Se fríe con aceite el ajo troceado, se deja enfriar un poco y se añade el agua caliente y una pizca de sal. Cuando hierve el agua se añade la harina poco a poco y se remueve con la rasera hasta amasarla bien, se dejan 1/2-3/4 de hora a fuego lento sin dejar de mover hasta que se hacen pequeñas bolitas doradas. Se sirven con el acompañamiento.

La cocina alpujarreña, sencilla, sabrosa y natural, se basa en la riqueza y variedad de los productos de la tierra, como las frutas y hortalizas, el choto, la caza o el ajo. Presenta rasgos comunes en las zonas de montaña, variando algo en las más cercanas a la costa.

Pueden degustarse platos de ascendencia morisca, especialmente en la repostería, junto a productos cristianos como el cerdo, con el que se elabora el delicioso jamón de la Sierra, destacando el de **Trevélez**. Todo ello regado con un exquisito vino "costa" de la Contraviesa.

Sabrosa chacina, migas, gachas pimentonas y de ajo quemado, truchas con jamón, potaje de castañas, choto al ajillo, conejo picante, sopa alpujarreña o caza son exquisitos platos que harán las delicias del más exigente paladar. Y para terminar, la rica repostería morisca, con productos tan típicos como las tortas, el pan de higo, los soplillos de almendra, los roscones de hojarasca o los cuajados.



Secadero de jamones, Trevélez

La artesanía ha pasado de ser un campo en vías de desaparición a revalorizarse como actividad productiva alternativa tanto para la población alpujarreña como para los hombres y mujeres que han elegido la Alpujarra-Valle de Lecrín para vivir.

Los objetos y enseres que antaño se elaboraban para cubrir necesidades de la vida cotidiana han pasado a ser considerados como objetos artísticos. En la **Alpujarra-Valle de Lecrín** se elabora una gran variedad de productos que cuentan con el valor añadido de la dedicación personal de cada autor o autora, que hace que cada objeto sea único e irrepetible.

La artesanía de la comarca se caracteriza por productos como las mantas alpujarreñas y las jarpas, paños de alegre colorido elaborados antaño con telas de deshecho tejidos en los telares por las mujeres. También se pueden encontrar artesanos que elaboran bordados, esparto, orfebrería, cestería, forja, tonelería, pirotecnia, cerámica, madera tallada, cuero...

La artesanía textil, de larga tradición en la comarca, puede adquirirse en poblaciones como **Bubión, Capilerilla, Ferreirola,**



Mantas alpujarreñas

Mecina Bombarón, Órgiva, Pampaneira, Sorvilán, Ugijar y Válor. La característica cerámica alpujarreña, de tradición andalusí, se localiza en **Bubión, Cádiar, Lanjarón, Mecina Bombarón, Pampaneira y Válor**, mientras que los productos de mimbre y esparto son típicos de **Lanjarón, Laroles, Mecina Bombarón, Yegen y Los Guájares**, donde también se realizan objetos de calabaza.

También existen en la zona otros productos artesanales como el cuero, que se trabaja en **Bubión, Cádiar, Mecina Bombarón, Pampaneira y Válor.**

La Asociación de artesanos de La Alpujarra ha registrado la marca "Artesanía Alpujarra", que identifica los productos elaborados en la comarca, y que garantiza la calidad del buen trabajo artesanal.

Tel. de información
958 784 340



Artesana tejiendo en telar

En la Alpujarra-Valle de Lecrín han perdurado a lo largo de la historia gran cantidad de tradiciones y costumbres, algunas de ellas bastante peculiares. Con un calendario festivo variado que se extiende durante todo el año, en la comarca es fácil disfrutar de alguna de sus innumerables fiestas y celebraciones.

Los alpujarreños suelen acompañar sus celebraciones con **Capileira** con una romería al Mulhacén. **Ugijar** conmemora las



El fuego es protagonista de gran cantidad de fiestas y celebraciones

fuegos y pirotecnia. Hogueras, tracas y fuegos artificiales se emplean en festividades como **San Antón**, la **Virgen de la Candelaria** o **San Juan**, así como en la tradicional quema o **entierro de la "zorra"**, que simboliza la eliminación de los males y rencillas surgidas entre los vecinos, y en la **quema del Judas**, con la que las poblaciones como **Soportújar** ponen fin a la Semana Santa.

Entre las festividades religiosas destaca la **Semana Santa de Lanjarón**, una de las más importantes de la provincia de Granada. Abundan las romerías, como la de la **Virgen de la Cabeza de Capileira** y la de la **Virgen de las Nieves**, celebrada en **Trevélez** y

fiestas en honor a la patrona de Las Alpujarras, **Nuestra Señora del Martirio**, con una divertida y colorida feria.

Además de las tradicionales fiestas de **Moros y Cristianos**, en las que el humo y el sonido de los disparos recrean simbólicamente la lucha entre las tropas musulmanas y cristianas, también existen festividades curiosas como la de la **"fuente del vino"** en **Cádiar**, celebrada a finales de la vendimia con una fuente pública de la que mana sin cesar el delicioso vino "costa" de la Contraviesa o la fiesta de los **Mosqueteros del Santísimo**, tradición de **Béznar** que se remonta al s. XVI con la curiosidad de que los arca-

bucos que se utilizan son los que portaban los repobladores cristianos llegados en 1572, tras la Rebelión de las Alpujarras.

Pero sin duda una de las tradiciones más peculiares de la **Alpujarra-Valle de Lecrín** es el **"trovo"**, un curioso duelo en verso cantado improvisado que se acompaña de música y baile, muy arraigado en zonas de la Contraviesa como **Cádiar** o **Murtas**.

Para conservar los instrumentos y canciones tradicionales alpujarreños en los años ochenta, concretamente en 1982, se creó un **festival de música tradicional de la Alpujarra** que se organiza cada año en un pueblo distinto durante la primera quince-

na de agosto. Y para dar a conocer los productos artesanales de la zona, a mediados de septiembre se celebra en **Pampaneira** la **feria artesanal**, además del mercadillo de artesanía semanal de los sábados y los domingos en la Plaza de la Libertad.

Las fiestas de Moros y Cristianos se celebran en toda la comarca, siendo las más populares las de **Válor**, cuna del morisco **Abén Humeya**, el que fuera coronado en **Cádiar** "rey de Las Alpujarras".



Fiesta de Moros y Cristianos en Válor, cuna de Abén Humeya

Llamada la “Sierra del Sol” durante la Edad Media, Sierra Nevada es una auténtica joya para los amantes de la naturaleza, al constituir uno de los entornos de mayor valor medioambiental de la Península.

Hogar de las cumbres más elevadas de la Península Ibérica, los picos **Mulhacén** (3.482 m.) y **Veleta** (3.394 m.), Sierra Nevada fue declarada Reserva de la Biosfera por la UNESCO en 1986 por la enorme riqueza de su flora y fauna, Parque Natural en 1989 con 169.239 ha, y finalmente **Parque Nacional** en 1999, con una extensión de 86.208 ha.



Sierra Nevada, el techo de la Península Ibérica

Para muchos Sierra Nevada es, además de un entorno para disfrutar de la naturaleza y la montaña, un lugar que invita a la meditación y la reflexión, a olvidarse del mundanal ruido y reencontrarse con uno mismo.

Este paraíso natural, donde aún pueden encontrarse rincones casi vírgenes, se originó geológicamente en el período Terciario, al levantarse el macizo montañoso.

Durante el Cuaternario se cubrió de glaciares, que han dejado sus huellas en las cotas más elevadas: circos coronados por cumbres escarpadas,

valles en forma de U y unas cincuenta lagunas aproximadamente.

Actualmente, la configuración geológica presenta tres zonas concéntricas:

·Núcleo central: denominado “lastra”, compuesto por rocas metamórficas, alberga las cumbres más elevadas, con 16 picos que superan los 3.000 m. de altitud.

·Zona intermedia: corona interna de terrenos triásicos formada por pizarra, gneises, mármoles, serpentinas y filitas arcillosas que constituyen la “launa”, material utilizado por los alpujarreños en la construcción de los techos y tejados de las casas, para impermeabilizarlos.

·Cinturón exterior: dolomías y calizas forman el “calar”, con un relieve abrupto y escarpado con picos en torno a los 2.000 m. de altura.

La red hidrográfica de Sierra Nevada presenta un gran número de arroyos, ríos, acuíferos y barrancos, que al formarse por la escorrentía de las nieves de las cumbres presentan poca cantidad de agua en invierno y alcanzan su nivel máximo en primavera y comienzos de verano, a causa del deshielo.

Respecto al clima, se caracteriza por los veranos suaves y los inviernos fríos con frecuentes heladas, con el 30% de precipitaciones en forma de nieve a partir de los 1.800 m. de altitud, y de un 95% en cotas superiores a los 2.500 m. de altura. Así, en pleno sur de Europa es posible disfrutar de la nieve incluso durante la primavera.



Pico Veleta (3.394 m.)

Las temperaturas, que ascienden de enero a agosto para descender a partir de septiembre, presentan variaciones en función de la altitud. Esto condiciona la fauna y la vegetación, que se disponen de manera estratificada en altura.

La flora cuenta con más de 2.100 especies catalogadas, 175 endemismos ibéricos y 65 especies autóctonas, la mayoría de ellas en cotas de alta montaña, como la estrella de las nieves o la manzanilla y la violeta de Sierra Nevada. Respecto a la fauna, en primavera se pueden observar aves como el pinzón vulgar o el reyezuelo y en otoño, cuando se escucha el canto de los jilgueros, se dejan ver otras especies como el mirlo capi-blanco. Entre los mamíferos destaca la emblemática cabra montés.



Paisaje nevado

El recorrido por la parte más occidental de la comarca lleva al viajero a un vergel donde los cultivos alternan con pequeñas poblaciones que han conservado su esencia morisca a lo largo de los siglos. Paraques naturales, iglesias mudéjares, naranjos y olivares se ofrecen a la vista a tan sólo unos kilómetros de la ciudad de la Alhambra.



Iglesia en Dúrcal

Desde el puerto del Suspiro del Moro, a 860 m. sobre el nivel del mar, se divisa en toda su amplitud el Valle de Lecrín, en cuyo corazón se encuentra el Embalse de Béznar, valle donde se halla la localidad que le da nombre, formando parte del Parque Natural de Sierra Nevada y en la que se agrupan, como ocurría en las *tahás* árabes, un buen número de poblaciones.

Lecrín ofrece a los visitantes yacimientos arqueológicos como los restos del Castillo de Mondújar, del Fuerte de Béznar, termas romanas y monumentos de gran riqueza artística como la iglesia parroquial, del s. XVI y con artesonado mudéjar, o la Ermita de Santo Cristo.



Saleres

Una buena muestra de las poblaciones de este fértil Valle de Lecrín es Dúrcal, que contempla cómo sus alrededores están bañados por el río homónimo. Los árabes la llamaron *Quasb*, vocablo que hace alusión a los cultivos de caña de azúcar que proliferaban en el periodo andalusí, pero no fue hasta su conquista cristiana cuando se convertiría en importante punto de expedición desde donde partían familias musulmanas en dirección a las costa, camino de África.

Sus edificios religiosos del s. XVI como su Iglesia mudéjar, con valiosas imágenes y retablos, han contemplado, al igual que su población, cómo se instalaban en el entorno de este municipio dos importantes obras de ingeniería decimonónica: el teleférico más largo de Europa, desmontado en 1958, y el puente de hierro para el paso del ferrocarril.



Embalse de Béznar



Pinos del Valle



Calle en Los Guájares

Los Guájares. Estos tres núcleos se sitúan en el pequeño valle subtrópico formado por el río de la Toba. De origen musulmán, a finales del s. XVI se asistió aquí a la cruenta rebelión de la población morisca, que terminó con su total aplastamiento por parte de las tropas cristianas del Marqués de Mondéjar.

La herencia andalusí está muy presente en las acequias almohades que atraviesan los pueblos, sus estrechas y empinadas calles, encaladas casas así como en los restos de una fortaleza árabe que se halla en el llamado Tajo Fuerte.

El Valle, al igual que Lecrín, está formado por diversas poblaciones de marcado carácter rural, rémora de las *tahás* árabes: Melegís, Saleres y Restábal.

Son poblaciones de estructura urbana morisca que se convirtieron en protagonistas, por su enclave en la zona, de los acontecimientos históricos durante la Rebelión de las Alpujarras. En Restábal se conservan las ruinas del primitivo emplazamiento de la villa andalusí, así como la iglesia parroquial de San Cristóbal, que alberga un bello artesonado mudéjar.

Guájar-Faragüit, junto a Guájar-Alto y Guájar-Fondón, forma parte del término municipal de

Cuenta la leyenda que en el Suspiro del Moro fue donde el último rey de Al-Andalus, Boabdil El Chico, no pudo contener las lágrimas al girar la mirada y contemplar por última vez la ciudad de Granada.



Panorámica de Guájar Fondón

Sierra Nevada, con las cimas más altas de la Península, es el escenario perfecto de la ruta. Los pueblos que la componen mantienen su encanto, inspirados en su entorno natural.

La naturaleza se presenta en su plenitud, ofreciendo la majestuosidad de sus barrancos, sus sinuosos cursos de agua y manantiales con propiedades medicinales en este recorrido que parte de **Lanjarón**, pórtico de la Alpujarra.

Aquí la vista se recrea y se pierde en sus callejuelas, conservando el encanto de un poblado morisco. Conociendo por las propiedades mineralo-medicinales de sus manantiales y su balneario, además puede visitarse el Castillo árabe, la Ermita de San Sebastián, el Barrio Hondillo o encantadores rincones como el "tinao del tío Pedro". Se puede contemplar **Lanjarón** desde el barranco del Salado o admirar su paisaje desde el mirador de la Cañona, donde se conservan piezas de artillería de la Guerra de la Independencia.

Dejando atrás unas vistas inolvidables se llega a **Cañar**, por la comarcal 332, tras tomar un desvío por un camino rural. Hermoso paraje conocido por sus yacimientos minerales, fue nombrada Villa por Felipe II tras la rebelión morisca. Aquí los sentidos se agudizan gracias al entorno, con rincones como el Dique 24 del río Chico, con el agua como protagonista.



Dique 24 del Río Chico

Soportújar, el siguiente enclave, sorprende con su silueta recortada en el valle de **Órgiva**, la abundancia de tinaos y el incesante sonido del agua. Desde allí, la benigna Naturaleza conduce al **Barranco del Poqueira**, en pleno cora-

Al llegar a Lanjarón el escritor Pedro Antonio de Alarcón exclamó: *“¡Alto y parada! Soltemos ya la pluma y cojamos los pinceles”,* como reza la inscripción de la Fuente de las Adelfas.

zón alpujarreño, donde se encuentra el centro budista O'Sel Ling.

Conocidos son los telares artesanales de **Pampaneira**, con sus fuentes, manantiales y plazas, en un entorno urbanístico que ha conservado la esencia musulmana. Su museo de arte popular y el mercadillo artesanal son de obligada visita.

Bubión (1.296 m.) es la siguiente parada. La Historia late en sus explotaciones mineras de época romana y en el torreón nazarí de su Iglesia, utilizada como defensa por las tropas de Abén Humeya. A pocos Km. pasando por el mirador del Perchel, se halla **Capileira**, donde el tiempo parece retroceder entre sus estrechas calles, su Iglesia mudéjar y el Museo de arte popular y costumbres alpujarreñas.

Tras el Barranco de la Sangre aparece **Pitres**, cabeza del municipio de **La Tahá**. Recibe el título de Villa por Felipe II, y ofrece un paisaje y una arquitectura totalmente compenetrados, con rincones como el barranco Bermejo, con un manantial de agua ferruginosa, la Iglesia construida sobre una mezquita y los caminos medievales plenamente conservados o "cañuelas".

En **Portugos** se recomienda perderse por sus plazas con soportales, coloridas fachadas y balcones de floridas macetas, para en-



Fuente de las Adelfas, Lanjarón



Vista de Lanjarón



Monumento budista



Paisaje de Sierra Nevada



Iglesia Parroquial de Pitres

contrarse con la Plaza de Churriana, que ofrece un pintoresco lavadero en el interior de una cueva. Camino de **Trevélez** se encuentra la Fuente Agria, con el Chorrerón, una cascada de impresionante atractivo.

Entre los bosques de la **Alpujarra-Valle de Lecrín** surge **Busquistar**, localidad de origen mozárabe rodeada de altas cumbres, destacándose sobre el río Trevélez. En sus alrededores han aparecido restos prehistóricos y en la Cueva de los Peñones, vestigios de época ibérica

Entre sus vistas se puede divisar el final de esta magnífica ruta, **Trevélez**, que a 1.500 m. de altura, es considerado como el pueblo más alto de la Península. Sus enca-



Las casas de Pampaneira se tienden en la ladera de la montaña



Chimeneas alpujarreñas

lados barrios de teja parecen trepar hacia el pico del Mulhacén rodeado de bosques. Conocidos son sus jamones y chacinas junto a las abundantes truchas del río Trevélez.



Paisaje en los alrededores de Busquistar



Río Trevélez, conocido por sus exquisitas truchas

Vivir la naturaleza

Situada en el interior del Parque Natural de Sierra Nevada, la **Alpujarra Alta** es uno de los lugares predilectos para los amantes de la naturaleza y el **turismo activo**. Multitud de rutas de senderismo y cicloturismo recorren los diferentes municipios, donde se organizan desde rutas guiadas en vehículos 4x4 hasta paseos a caballo y en burro o mulo.

La cercanía a las cumbres nevadas es un aliciente más para disfrutar de la montaña, mientras que los apacibles ríos son idóneos para pasar una relajante jornada de pesca.

Tras los pasos de Gerald Brenan

El escritor de origen maltés Gerald Brenan, enamorado de la Alpujarra, decidió instalarse en Yegen, donde escribió su obra *Al sur de Granada*. Visitando los pueblos que salpican Sierra Nevada se percibe el encanto de estas tierras donde es posible vivir una sorprendente aventura entre Historia y Naturaleza.

En Mecina Bombarón (1.204 m.), sede del Ayuntamiento de Alpujarra de la Sierra, comienza esta ruta. Cuna de Abén Abó, cabecilla de la revuelta morisca erigido rey de la Alpujarra tras la muerte de



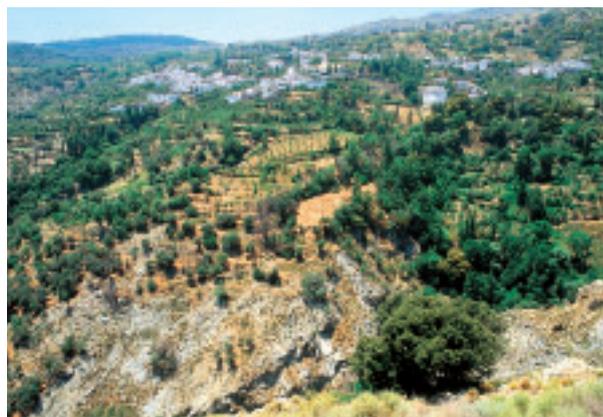
Abén Humeya, en su urbanismo destaca su arquitectura musulmana, siendo dignos de mención su Puente Romano sobre el río Mecina y su Iglesia del siglo XVI.

En el mismo término, por el desvío de El Golco se llega a Yegen (1.037 m.), donde se conserva la casa en la que se alojó el escritor Gerald Brenan entre



Puente islámico de "La Tableta", Valor

1920 y 1934. Un sendero conduce hasta el Peñón del Fuerte, que toma su nombre de las ruinas de un castillo islámico de época califal



Mecina Bombarón



Alrededores de las ruinas del castillo "El Fuerte"

El pasado morisco de las poblaciones que conforman esta ruta se refleja en su urbanismo de estrechas calles y casas encajadas, perfectamente adaptadas al terreno, que parecen trepar por la ladera de Sierra Nevada.

donde cuentan que vivieron los últimos moriscos sublevados.

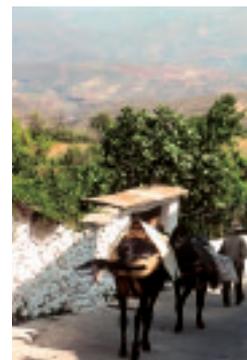
La siguiente visita es Valor (901 m.), población al parecer de origen romano donde nació Fernando de Córdoba y Valor (Abén Humeya), caudillo de la Rebelión de las Alpujarras de 1568 y

monarca de los moriscos. En recuerdo de este hecho histórico se celebran las fiestas de Moros y Cristianos, recreándose las batallas en sus calles. Entre sus monumentos destacan la iglesia del siglo XVI y el Puente de La Tableta, de época andalusí. También pertenecen al municipio Nechite (977 m.), con sus barrios separados por huertas, y Mecina Alfahar (810 m.), con su Castillo medieval.

A pocos kilómetros se encuentra Mairena (1083 m.). Considerado como el Balcón de la Alpujarra, la mirada se pierde entre las Sierras de la Contraviesa y Sierra Nevada, destacándose entre sus monumentos la Iglesia mudéjar: Júbbar y Picena, al igual que Mairena, pertenecen al municipio de Nevada; entre sus estrechas calles se respira el legado de la cultura musulmana.

Laroles, sede del Ayuntamiento, se encuentra a 1.082 m. de altitud, entre los ríos Bayárcal y La Ragua. Rodeado de frondosos castaños, ofrece una magnífica estampa, destacándose entre sus encajadas calles la silueta de su Iglesia del siglo XVI, coronada por su impresionante torre.

Desde aquí se accede al Puerto de la Ragua, a 2.000 m. de altitud, un paraje rodeado de bosques de distintas es-



Yegen, el pueblo que enamoró a Gerald Brenan

Tras los pasos de Gerald Brenan



Mecina Alfáhar surge entre un hermoso vergel

pecies que resulta el marco perfecto para la práctica de deportes de montaña como el esquí de fondo, bicicleta o senderismo. Frontera entre las provincias de Granada y Almería, desde este puerto, que

transcurre por el macizo montañoso de Sierra Nevada, se divisan unas espléndidas vistas que abarcan desde la Sierra de Cazorla hasta el Cabo de Gata.

Esta ruta se considera de las más importantes de la **Alpujarra-Valle de Lecrín**, pues une la comarca con el **Marquesado del Zenete**. El nombre de la zona "Ragua" deviene de un vocablo árabe que significa "recojimiento de agua". Resulta acertado, ya que de sus cumbres descienden susurrantes cursos de agua y manantiales, mostrándose la naturaleza en todo su esplendor:

El humanista sevillano Antonio de Nebrija, que quedó asombrado por la belleza de La Ragua, denominó la zona "Puerto de la Espuma" por las continuas nubes que decoraban sus cimas.



Vista de Laroles



Puerto de la Ragua (2.000 m.), frontera natural de la Alpujarra

Ruta del río Guadalfeo

Entre los municipios de Órgiva y Cádiar los caminos se dibujan junto a desfiladeros y grandes montañas, decorados con bosques, huertas y árboles frutales, convirtiendo la zona en un vergel con un gran patrimonio histórico. Los pueblos se perfilan como mantos de cal sobre los valles y las laderas, manteniendo las formas y elementos de construcción popular alpujarreña.



Órgiva (456 m.), capital de la Alpujarra granadina y el mayor centro co-



Típico sendero rural

mercial de la Alpujarra occidental, es el punto de partida. Situada a orillas del Guadalfeo y rodeada de olivares, esta localidad mantiene su antiguo urbanismo con estrechas calles y encantadoras plazas adornadas con "maravillas", enredaderas con campanillas azules. Sobresalen de sus tejados las dos torres gemelas de su Iglesia Mayor; pudiéndose visitar el castillo-palacio de los Condes de Sástago. A 3 km. se conservan, sobre el Barranco del Castillejo, las ruinas de un fortín almorávide, como recuerdo de su importante pasado.

Pasando el Puerto de Juviles, por la carretera comarcal se acce-



Las torres gemelas de la Iglesia Mayor coronan Órgiva



Pintoresca calle en Nieves

de **Torvizcón** (684 m.), cuya silueta de encaladas casas se puede recortar en la ladera sur de Sierra Nevada. Antaño considerada capital de la Contraviesa, aún conserva la artesanía del esparto y se sigue elaborando un exquisito pan de higo. Su monumento más notable es la Iglesia Parroquial. Al otro lado del valle, en un entorno incomparable, se halla **Almegijar** (813 m.), típico pueblo alpujarreño.

Dejando la carretera y tomando un desvío por un camino se encuentra **Notáez**, quizás el municipio que mejor conserva la esencia del pasado, con abundantes testimonios romanos y musulmanes. Superando una vía local

se alcanzan **Cástaras** y **Nieves**. En **Cástaras** destacan sus bellos barrios, testimonios de su antiguo esplendor minero y casi deshabitados en la actualidad. Su vecina **Nieves** presenta sus encantadoras calles y un antiquísimo lavadero.

La huella del pasado

La zona del río Guadalfeo es rica en yacimientos y vestigios arqueológicos de diferentes épocas.

Órgiva alberga varios yacimientos, como la necrópolis del Bronce en Navas de la Eva, el poblado y necrópolis ibero-romana de Cerro de la Mora o los restos de los alfares musulmanes de la barriada de Las Barreras y los de los Molinos de Benisalfe, del s. XV.

De gran interés es el paisaje de arqueología industrial de las antiguas **Minas del Conjuro**, en la Sierra de la Contraviesa, paraje situado a tan sólo 6 km. de **Almegijar** que recuerda el auge de la minería de finales del s. XIX y comienzos del XX.



Cultivos en bancales



Iglesia de Juviles

32

Continuando por el camino local se halla **Juviles** (1.255 m.). Fue capital de *tahá* en época musulmana, destacando por su producción de seda. Sus estrechas y coloridas calles llevan a su Iglesia, con su hermosa torre de piedra, y a las ruinas del castillo medieval, llamado El Fuerte (s. VIII). También se puede observar su gran recinto amurallado, huella de sus antiguos pobladores.

El siguiente pueblo, **Bérchules** (1.255 m.), donde nace el Guadalfeo, es un auténtico vergel por su riqueza agrícola. En su urbanismo brilla su Iglesia, construida sobre una antigua mezquita. Abundan manan-



Fuente de las Carmelas, Bérchules

tiales de aguas ferruginosas y bicarbonatadas y fuentes como la de las Carmelas, donde hacer una parada en el camino para refrescarse. En sus alrededores se hallan los ríos Chico y Grande, ideales para la pesca de la trucha, el pequeño pueblo de **Alcútar** y la cueva donde fue asesinado Abén Abó.

Siguiendo el camino se alcanza **Cádiar** (919 m.), localidad de origen islámico, ya que el topónimo procede del árabe *cadí* (juez). Es conocida por sus industrias artesanales y cooperativas agrícolas, introduciendo recientemente el cultivo de la frambuesa. Entre sus calles se observa su Iglesia, una de las más antiguas de la **Alpujarra-Valle de Lecrín**. Paseando por el barrio Bajo pueden contemplarse bellas muestras de su arquitectura popular, como las



Entre Cádiar y Narila se encuentra el olivo donde Abén Humeya, según dicen, fue coronado rey de los moriscos durante la Rebelión de las Alpujarras.



Estrechísima calle en Tímar

plazas del Calvario y de la Ermita. De gran interés es la fiesta de la vendimia, celebrada en otoño.

En su entorno se puede visitar un molino de harina o localidades como **Narila**, que aún conserva la antigua casa de Abén Humeya, **Lobras**, el pueblo de las flores, y **Tímar**, conocida por sus tejidos artesanales, donde se conserva una antigua fortaleza islámica.

33

Vinos y cortijos de la Contraviesa

El corazón de la comarca es la Sierra de la Contraviesa, entre Sierra Nevada y el litoral mediterráneo. En sus laderas abundan los viñedos de cuyos frutos se elabora el vino "costa", caldo de excelente calidad ideal para acompañar las carnes y chacinas de la zona.

En este recorrido por el área más meridional de la **Alpujarra-Valle de Lecrín**, hermosas cortijadas alternan con pueblos de gran sabor con una rica tradición cultural que tiene en el "trovo" una de sus señas de identidad.

"Encantador con su valle de álamos y sus rojos farallones", como



En la Alpujarra, floridas macetas adornan ventanas y balcones

dijo Gerald Brenan, así es **Ugjjar**, el punto de partida. Situado en el centro de un valle atravesado por el río Nechite, es conocido por su actividad comercial desde la Antigüedad, pues es mencionado como tal en obras de Estrabón y en numerosas crónicas islámicas. En sus calles son frecuentes las fachadas con balconadas floridas de antiguas casas solariegas. Realzan su belleza el Santuario de la Virgen del Martirio, patrona de la Alpujarra, la Ermita de San Antón y el Pozo de la Virgen.

Las Canteras y **Los Montoros** aparecen como oasis en un desértico paisaje antes de llegar a **Jorairátar**, donde además de visitar su museo de labranza puede observarse una hermosa vista de Sierra Nevada desde el Tajo de la Cruz. El sosiego se conjuga con el encanto arquitectónico en esta localidad que vive a la sombra de un peñón, rodeada de un paisaje abrupto, muestra de la variedad de los parajes alpujarreños.

Continuando el camino se llega a **Murtas** (1.114 m.), que tiene en sus cortijadas su emblema principal, produciéndose en ellas excelentes vinos y almendras. En este entorno es donde nace el "trovo", manifestación folclórica en la que el trovador canta a la vida con ingenio. De su larga Historia son testimonio los vestigios del Neolítico hallados en la zona, destacando además en la población la Iglesia neoclásica de San Miguel, una de las más importantes de la comarca.

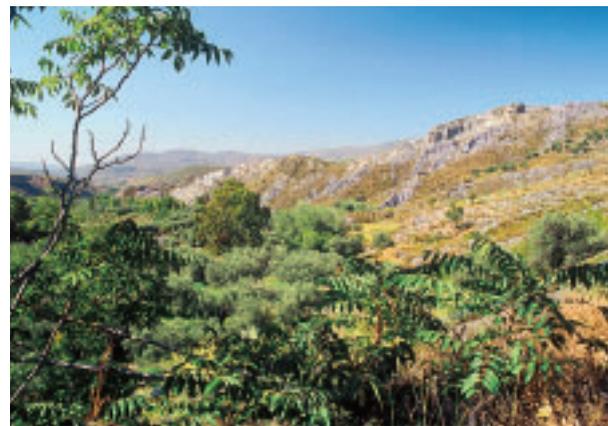
A poca distancia se encuentra **Cojáyar**, donde se halla el Castillo romano de Juliana, y **Mecina Tedel**, antigua cortijada andalusí actualmente semiabandonada con una Iglesia de estilo mudéjar.

Albondón (893 m.), ubicado sobre el cerro de la Encina, es el siguiente destino. En su entramado urbanístico se aprecia el origen islámico de esta población cuya fuente de riqueza se basa en los vinos



Pozo de la Virgen del Martirio, Ugjjar

A pocos kilómetros de Mecina Tedel se encuentra el Cerrajón, que con sus 1.500 m. es la cima más alta de la Contraviesa, ofreciendo una espectacular vista de Sierra Nevada y el mar Mediterráneo.



Paisaje alpujarreño de la Contraviesa

Vinos y Cortijos de la Contraviesa

y las almendras, teniendo como obligada visita sus bodegas y la Iglesia de San Luis.

A pocos km. se halla **Albuñol**. Muy cerca, en la rambla de las Angosturas se ubica la Cueva



Viñedos de la Contraviesa

de los Murciélagos, con importantes vestigios humanos del Neolítico. Se puede descender hasta **La Rábita**, acudir a una de sus playas o practicar senderismo y espeleología en parajes como la Majada de los Campos. Continuando la ruta se alcanza **Sorvilán**,

donde abundan los viñedos regados con técnicas musulmanas, produciendo un estupendo vino "costa" en sus típicas bodegas familiares. Es un pintoresco pueblo de calles estrechas y empedradas con casas encaladas asomado al Mediterráneo, donde se conserva uno de los telares de jarapa más antiguo de la comarca. Destaca entre sus monumentos una fortificación nazarita ubicada en la aldea de **Melicena**, cercana a dos manantiales de aguas ferruginosas. Por un desvío se accede a **Polopos**, en pleno corazón de la sierra, pueblo aislado y tranquilo que parece congelado en el tiempo ideal para detenerse y contemplar su idílico paisaje. Es preciso, de regreso, parar en la venta de Haza de Lino, así como en la aldea de **Alfornón**, entre un amplio alcornocal que según los botánicos es el más antiguo de la Península.

Vino "Costa" de la Contraviesa

Bajo la Denominación de Origen de Vino "Costa" se engloba a los caldos elaborados en la zona de la Contraviesa, en los municipios de **Albondón, Albuñol, Almegíjar, Cádiar, Cástaras, Jorairátar, Lobras, Murtas, Polopos, Rubite, Sorvilán, Torvizcón y Turón**.

Se trata de un vino joven y afrutado, de gran calidad y valor ecológico, que suele elaborarse en bodegas de carácter familiar que lo distribuyen al por menor, aunque algunos empresarios locales están apostando por comercializarlo a mayor escala, ofreciendo así la oportunidad de poder degustarlo fuera de su lugar de origen.



Molino de Benisalfe

Tomando otro desvío se accede a **Rubite**, típico pueblo de la Alpujarra Baja. Paseando entre sus calles, teniendo como compañero al Mediterráneo, la calma se apodera del viajero.

Entre el mar y las montañas, por la C-333, se pone punto y final a esta ruta en **Órgiva**, capital alpujarreña. Los Molinos de Benisalfe, del s. XV, son un lugar propicio para descansar y deleitarse con los recuerdos de este recorrido por la Alpujarra más meridional.



Rubite, típico pueblo de la Alpujarra Baja

Desde realizar senderismo a través del tramo alpujarreño del GR 7 hasta volar por los cielos en ala delta, las posibilidades de turismo activo en la Alpujarra-Valle de Lecrín se adaptan a todos los gustos.



El tramo alpujarreño del **GR-7**, sendero de Gran Recorrido que atraviesa la Península Ibérica desde Cataluña hasta Andalucía, parte del **Puerto de la Ragua** y finaliza en **Lanjarón** (Alpujarra Alta granadina). Se inserta en el E-4, Sendero Europeo que comienza en Grecia y llega hasta Gibraltar.

Recorrerlo a pie es una experiencia inolvidable, descubriendo impresionantes parajes, ríos y montañas, pueblos encantadores... Como también lo es atravesar la comarca a través del tramo granadino del sendero **GR-142**, desde el **valle del río Mecina** hasta **Lanjarón**, un itinerario donde el agua es la protagonista.

La práctica del **senderismo** a través de



GR-7 junto a las cumbres de Sierra Nevada



Excursionistas haciendo un alto en el camino

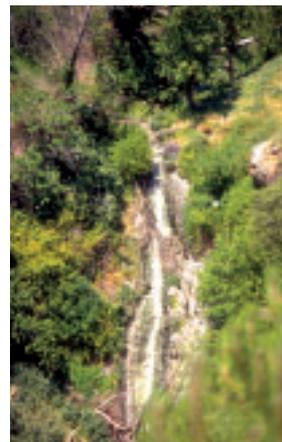
estas rutas, así como por cualquiera de sus senderos, es una de las mejores maneras de conocer a fondo esta comarca.

También se puede practicar **bicicleta de montaña**, la opción perfecta para saborear los paisajes a la vez que se realiza un sano deporte. Hay que tener en cuenta las características de las carreteras alpujarreñas, estrechas y escarpadas, y extremar la precaución especialmente en las vías compartidas con vehículos de motor.

Sierra Nevada es el marco perfecto para la práctica de la **escalada** y el **montañismo**. La increíble sensación de coronar una cumbre tras horas de escalada, el premio de poder divisar las



Bicicleta de montaña, emoción y aventura



El agua en el medio natural

más hermosas panorámicas y la experiencia de enfrentarse a nuevos retos, siempre en el más estrecho contacto con la naturaleza, una experiencia que está al alcance de la mano de todo aquel que visite la comarca.



Conociendo la Alpujarra en bicicleta

Actividades de montaña como el **descenso de cañones** o el **barranquismo** encuentran en la **Alpujarra-Valle de Lecrín** un entorno inigualable.

Otra opción es realizar **rutas a caballo**, este bello animal siempre presente en la cultura andaluza. En



La Alpujarra-Valle de Lecrín es el lugar ideal para disfrutar del aire libre



Montañismo en Sierra Nevada

la comarca se ofertan paseos de diferente duración y dificultad, a través de hermosos valles y montañas e incluso impresionantes paisajes nevados. También pueden realizarse pintorescos **paseos en burro** o en mulo, especies que siguen utilizándose en algunas zonas de la Alpujarra para el laboreo agrícola.

Los más activos pueden optar por las **rutas guiadas en vehículos 4X4**, por vías habilitadas para esta actividad. Una alternativa que ofrecen establecimientos especializados, para sentir emoción y ries-



Practicando escalada

go desde el más profundo respeto al entorno natural.

La increíble sensación de levantar el vuelo, buscada por el hombre desde los tiempos más remotos, se hace realidad gracias al **parapente** y el **ala delta**. Los más osados pueden practicar estas actividades en las zonas montañosas alpujarreñas, especialmente en el interior del Parque Nacional de Sierra Nevada.



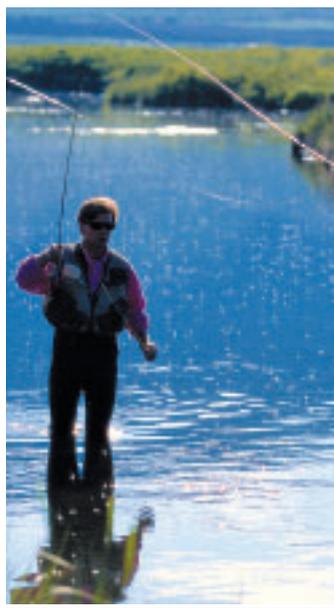
Parapente, la increíble sensación de levantar el vuelo

En los ríos alpujarreños es posible la práctica de deportes como el **piragüismo** y la **pesca**. Las aguas del Guadalfeo son el marco idóneo para disfrutar del deporte y la diversión en piragua, mientras que las frías aguas de los ríos de montaña son el marco perfecto para la práctica de la pesca deportiva.

El turismo de salud tiene una cita en el Bañerío de Lanjarón, cuyas aguas de cualidades minero-medicinales, que brotan de cinco manantiales, poseen cualidades terapéuticas para tratar diversas afecciones, entre ellas el estrés.

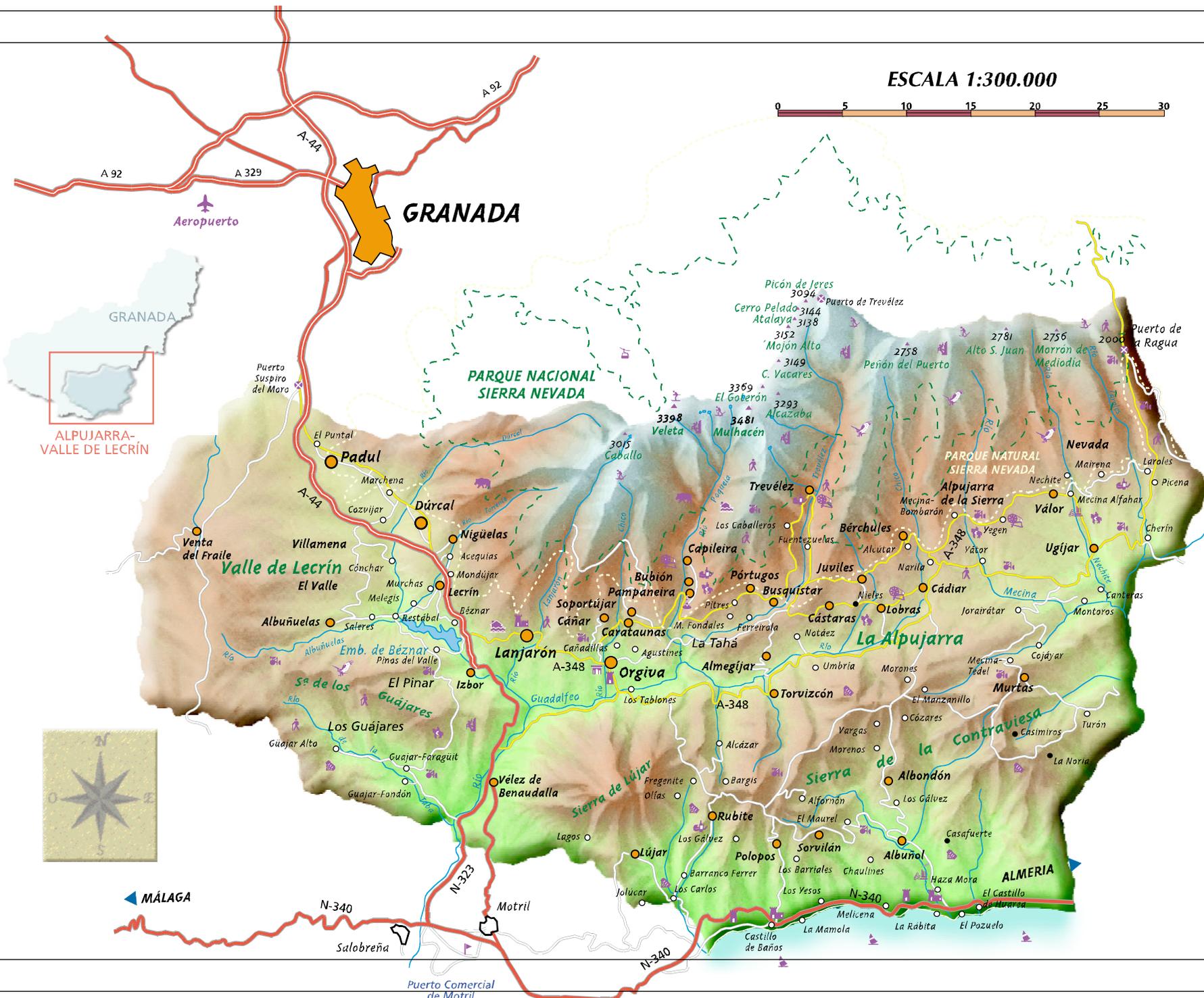


El caballo, emblema de Andalucía



Pesca deportiva

ESCALA 1:300.000



CARTOGRAFÍA © COPYRIGHT DE CLANTUR - PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL POR CUALQUIER MEDIO INCLUIDOS LOS INFORMÁTICOS

MÁLAGA

ALMERIA

GRANADA

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Valle de Lecrín

La Alpujarra

Sierra de Lújar

Sierra de la Contraviesa

A 92

A 329

A-44

A 92

A-44

A-348

N-323

N-340

N-340

N-340

Aeropuerto

Puerto Suspiro del Moro

Padul

Dúrcal

Nigüelas

Villamena

Venta del Fraile

Marchena

Cozujívar

El Valle

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena

Cozujívar

Dúrcal

Nigüelas

Acequias

Mondújar

Lecrín

Murchas

Restábal

Béznar

Albuñuelas

Saleres

Emb. de Béznar

Los Guájares

Los Guájares

Guájjar Alto

Guájjar-Faragüt

Guájjar-Fondán

El Pinar

Izbor

Vélez de Benaudalla

Los Tablones

Motril

Salobreña

Castillo de Baños

La Mamola

La Rabita

El Pozuelo

PARQUE NACIONAL SIERRA NEVADA

Padul

Marchena