

ÍNDICE DEL LIBRO

INTRODUCCIÓN	7
MEDIO FÍSICO	
Localización	11
Fisionomía	12
Paisaje	15
Geología	16
Glaciarismo y periglaciarismo	18
Suelos.....	21
Hidrología	23
Climatología	26
VEGETACIÓN	29
FAUNA	35
HISTORIA, ARTE Y CULTURA	39
FIGURAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL	49
EXCURSIONES	51
1. LA FUENTE DEL LOBO Y EL SANTUARIO DEL CASTAÑAR	55
2. EL PINAR Y LAS CASCADAS DE MONTE MARIO	61
3. EL MONTE DE EL CASTAÑAR Y EL CEDRO CENTENARIO	66
4. LADERAS Y PIQUITOS DE VALDESANGIL	72
5. EL ROBLEDAL DE SANCHOTELLO	77
6. LAS PEDANÍAS DE BÉJAR	81
7. LADERA DE UMBRÍA Y LAS FÁBRICAS TEXTILES DE BÉJAR	87
8. PEÑA DE LA CRUZ Y PEÑA NEGRA	93
9. RIBERAS DE CANDELARIO Y RÍO CUERPO DE HOMBRE	98
10. DEHESAS DE CANDELARIO Y LA JARILLA	103
11. EL CANCHO DE LA MUELA	108
12. LLANO ALTO Y LA PRESA DE NAVAMUÑO	114
13. EL TRANCO DEL DIABLO Y LA VÍA DE LA PLATA	119
14. HOYA MOROS Y EL NACIMIENTO DEL RÍO CUERPO DE HOMBRE	125
15. RECORRIDO CIRCULAR POR EL VALLE DEL RÍO CUERPO DE HOMBRE	132

16.	LAS CUMBRES DE LA SIERRA: EL CALVITERO, CANCHAL DE LA CEJA Y EL TORREÓN	139
17.	LA GARGANTA DEL OSO	145
18.	EL CIRCO GLACIAR DE PEÑA NEGRA DE BECEDAS	150
19.	ASCENSIÓN A PEÑA ALAIZ.....	155
20.	EL PUERTO DEL TREMEDAL Y PEÑA NEGRA.....	160
21.	LAS LAGUNAS DEL TRAMPAL	166
22.	LA LAGUNA DEL DUQUE Y LA CENTRAL HIDROELÉCTRICA EL CHORRO	172
23.	LAS LADERAS DE EL BARCO DE ÁVILA	179
24.	RIBERAS DEL RÍO TORMES Y EL BARCO DE ÁVILA.....	185
25.	RIBERAS DEL RÍO ARAVALLE	191
APÉNDICE		
	Direcciones de interés	199
	Alojamientos	200
	GLOSARIO	201
	BIBLIOGRAFÍA	203