

Índice del libro

INTRODUCCIÓN	5
MEDIO FÍSICO	
Descripción general	9
Vegetación	11
Fauna	12
HISTORIA	15
LEYENDAS	21
EXCURSIONES	25
Rutas desde Manzanares El Real:	
1 Cueva del Ave María	29
2 La Cara	33
3 Integral de La Pedriza	37
4 Manzanares arriba	41
5 De Manzanares a Mataalpino	45
Desde el Tranco:	
6 Garganta Camorza	49
7 Senda de los Carboneros	53
8 El Elefantito	57
9 Lagunilla del Yelmo	61
Desde el collado de Quebrantaherraduras:	
10 Cerro de la Camorza	65
11 Cruz del Mierlo	69
12 Sierra de los Porrones	73
Desde Canto Cochino:	
13 Cerro Ortigoso	77
14 Chorros del Manzanares	81
15 Sierra del Francés	84
16 Collado del Cabrón	88

17	Ruta de los Bandoleros	92
18	Los Llanillos	96
19	Puente de los Poyos	100
20	Majada de Quila	104
21	Cuerda de las Milaneras	108
22	La Bota	112
23	Las Torres	116
24	Callejón de las Abejas	120
25	Pradera de Navajuelos	124
26	El Hueso	128
27	Pared de Santillana	131
28	El Yelmo	135
29	Cueva de la Mora	139
30	Ruta de las Cuevas	143
31	Corral Ciego	147
32	Gran Cañada	151

Desde el puerto de Navacerrada:

33	Descenso del Manzanares	155
34	Ruta de los ventisqueros	159

Desde Moralzarzal:

35	De Moralzarzal a Manzanares	163
-----------	-----------------------------	-----

Desde El Boalo:

36	Collado del Terrizo	167
-----------	---------------------	-----

Desde Colmenar Viejo:

37	Senda Real	171
-----------	------------	-----

Desde Miraflores de la Sierra:

38	De Miraflores a Manzanares	174
39	Hueco de San Blas	178

Desde el puerto de la Morcuera:

40	Alto de Matasanos	182
-----------	-------------------	-----