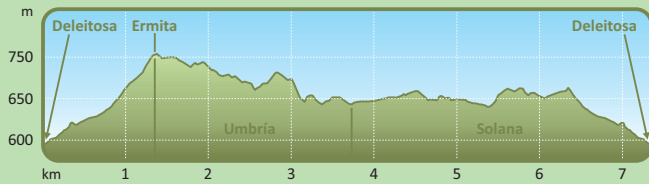


## PERFIL



## DATOS DEL SENDERO

**Tipo de recorrido:** circular  
**Longitud:** 7,3 km  
**Altura máxima:** 704 m  
**Altura mínima:** 594 m  
**Desnivel:** 203 / -203 m  
**Pendiente media:** 5,6% / -5,4%  
**Pendiente máx.:** 13,7% / -11,8%  
**Tiempo estimado:** 1 h y 55 min.

## CRITERIOS MIDE (Método para la Información De Excursiones)

**Severidad en el medio:** 1 (ícono de advertencia)  
**Dificultad en el desplazamiento:** 1 (ícono de botas)  
**Orientación en el itinerario:** 1 (ícono de brújula)  
**Cantidad de esfuerzo necesario:** 2 (ícono de manzana)

Criterios MIDE: máximo 5, mínimo 1

## CICLABILIDAD DEL SENDERO

Sendero ciclable en su totalidad, con una variante para BTT de 10 km que debe considerarse fácil.

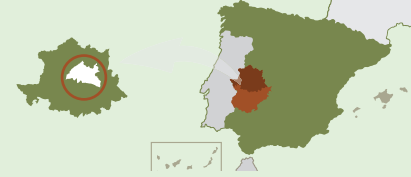
**Dificultad:**

Muy fácil (círculo verde)   Fácil (círculo azul)   Difícil (círculo rojo)   Muy difícil (círculo negro)   No ciclable (círculo negro con X)

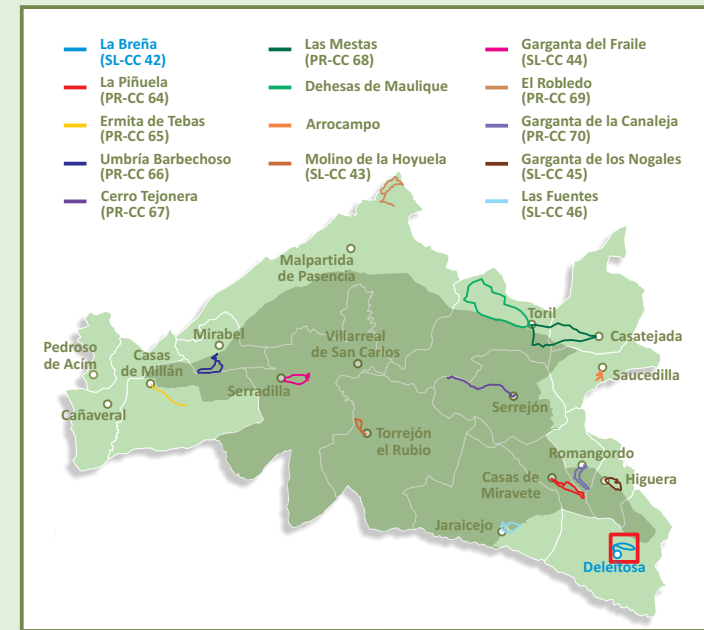


## Reserva de la Biosfera de Monfragüe

En el año 2003 Monfragüe y su entorno eran reconocido por el Programa MAB de la UNESCO como reserva de la biosfera: a las 17.852 hectáreas del por aquel entonces parque natural se le sumaban cerca de 90.000 de sus alrededores que quedaban así reconocidas por esta agencia especializada de la Organización de Naciones Unidas (ONU). Pocos años después, en 2007, Monfragüe era definitivamente elevado a la categoría de parque nacional, entrando en el selecto club de quince áreas naturales con esta distinción distribuidas por toda la geografía española. Sumémosle las figuras de protección de la Red Natura 2000 europea como zona de especial protección para las aves (Z.E.P.A.) y zona especial de conservación (Z.E.C.) o el hecho de que parte del sector suroriental de la reserva está a su vez incluido dentro del geoparque Villuercas Ibores Jara y llegaremos fácilmente a la conclusión de que pocos lugares en Europa cuentan con mayor nivel de protección y reconocimiento; y que estos responden a una realidad inequívocamente reconocible cuando lo visitamos, porque Monfragüe es sencillamente y a simple vista un espectáculo de la naturaleza.



## Senderos de la Reserva de la Biosfera de Monfragüe



Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura



Monfragüe Reserva de Biosfera desde 2003 Programa sobre el Hombre y la Biosfera



## Senderos

[www.turismomonfrague.es](http://www.turismomonfrague.es)



## La Breña



El inicio del sendero se sitúa en el kilómetro 9,3 de la carretera EX-386, frente a un merendero justo antes de la entrada a la localidad de Deleitosa. Desde aquí asciende por el camino de Romangordo a la sierra de la Breña llegando hasta la ermita homónima. En este punto la ruta se adentra por la umbría (cara norte) hasta rodear por completo la sierra y volver al inicio por la solana (cara sur). Una variante larga (sin homologación) hace un recorrido muy similar, solo que baja hasta la garganta del Venero Frío recorriendo la cara norte junto a su cauce con una extensión de 3 kilómetros más.

Se trata de una ruta sencilla y fácil de practicar, tanto por su extensión como por el buen estado de los caminos, que salvo al inicio, hasta la ermita de la Breña, no supera pendientes acusadas. La variante por la garganta sin embargo es más exigente, no solo por ser más extensa sino porque presenta un desnivel acumulado superior.

La sierra de la Breña es un perfecto ejemplo del relieve tipo apalachense de la reserva de la biosfera de Monfragüe y del geoparque Villuercas Ibores Jara, en los que está integrada. Las cuarcitas armoricanas, en este caso con un acusado sistema de fracturas, más duras que el resto de materiales que la conforman afloran en sus crestas dando alojamiento a buitres leonados (*Gyps fulvus*), alimoches (*Neophron pernopterus*) y cigüeñas negras (*Ciconia ciconia*). En sus laderas las comunidades vegetales varían según su orientación: en la umbría bosques mixtos de castaño (*Castanea sativa*), roble melojo (*Quercus pyrenaica*) y alcornoque (*Quercus suber*) cobijan a durillos (*Viburnum tinus*), madroños (*Arbutus unedo*) y otras especies arbustivas. En la solana sin embargo predomina la encina (*Quercus ilex subsp. Ballota*) y en la garganta algunos ejemplares notables de aliso (*Alnus glutinosa*).



Sierra de la Breña

