

ÍNDICE DEL LIBRO

INTRODUCCIÓN	7
MEDIO FÍSICO	9
Localización	9
Evolución geológica	13
Litología	16
Unidades del relieve	20
Hidrología	26
Clima	32
VEGETACIÓN	37
FAUNA	45
HISTORIA, ARTE Y CULTURA	49
PROBLEMÁTICA ECOLÓGICA. MEDIDAS DE PROTECCIÓN	67
EXCURSIONES	73
1. ARBETETA-RAMBLA DEL AVELLANO	75
2. OCENTEJO - SALINAS DE LA INESPERADA	82
3. OCENTEJO - PICO DEL ALAR.....	87
4. CANALES DEL DUCADO - HOCES DEL RÍO ABLANQUEJO	94
5. LA LOMA - HOCES DEL RÍO ABLANQUEJO	101
6. ABLANQUE - ALTO DEL CASTILLEJO.....	108
7. PUNTAL DE LOS MILAGROS	114
8. HUNDIDO DE ARMALLONES	120
9. DE ARMALLONES A HUERTAPELAYO.....	126
10. DE HUERTAHERNANDO A HUERTAPELAYO	131
11. LA BUENAFUENTE DEL SISTAL - PEÑA DE LOS CUCHILLOS	137
12. COBETA - HOCES DEL RÍO ARANDILLA	144
13. BARRANCO DE MONTESINOS	150
14. MIRADOR DE LA ESCALERUELA.....	156
15. ENTRE CANTILES POR EL RÍO TAJO.....	162
16. CUEVAS LABRADAS: UN PASEO POR LOS CORTADOS	168
17. BARRANCO DEL RÍO BULLONES	172
18. HOCES DEL RÍO CABRILLAS	177

19.	SALTO DE POVEDA Y LAGUNA DE TARAVILLA	181
20.	PUENTE DEL MARTINETE - LAGUNA DE TARAVILLA	187
21.	MEGINA - HOCES DEL RÍO CABRILLAS - BARRANCO DEL ARROYO JÁNDULA	192
22.	BARRANCO DE LA HOZ SECA (I)	198
23.	ASCENSIÓN AL ALTO DEL RASÓN	204
24.	BARRANCO DE LA HOZ SECA (II)	209
25.	LAGUNA DE LA SALOBREJA - BARRANCO DE LA HOZ SECA	214
26.	ALTO DE CASTILLOS FRÍOS Y ALTO DE LA NEVERA	222
27.	ASCENSIÓN AL CERRO SAN CRISTÓBAL	228
28.	RAMBLA MALILLA	234
29.	FUENTE GARCÍA - SALINAS DE VALDETABLADO	239
30.	NACIMIENTO DEL RÍO TAJO	247
APÉNDICE	253
	Normativa y áreas recreativas	253
	Campings	257
	Alojamientos hoteleros	257
	Casas rurales	259
	Direcciones de interés	262
	Empresas de turismo activo	263
BIBLIOGRAFÍA	265