

# destino **rural**

turismo humano

Número 11. Año III. Suplemento de Destino Sur

**Rutas por Ciudad Real**

**Jubrique en la  
Serranía de Ronda**

**Caminos naturales  
en la Costa del Sol**



## Camino naturales de la Costa del Sol

LA COSTA DEL SOL, ADEMÁS DE SUS FAMOSAS PLAYAS, CUENTA CON UNA GRAN DIVERSIDAD DE PAISAJES A DESCUBRIR, BIEN A PIE, EN BICICLETA O A CABALLO. PARA LOS VIAJEROS QUE ESTÉN DISPUESTOS A RECORRERLA, LA MANCOMUNIDAD DE MUNICIPIOS DE LA COSTA DEL SOL OCCIDENTAL HA DISEÑADO LAS 25 RUTAS MÁS SORPRENDENTES DE ESTE PEDAZO DEL MEDITERRÁNEO. BASADO EN EL TRABAJO DE CAMPO Y FOTOGRAFÍAS DE MIGUEL ÁNGEL MATEO, J. MORENO PEÑA Y ALEJANDRO GUTIÉRREZ, ADEMÁS DE LAS FOTOS DE CARLOS SANZ.

**L**A Costa del Sol es conocida en el mundo por su magnífico litoral. Pero este destino ofrece a los visitantes no sólo oferta de sol y playa, sino una variedad geográfica que asombra a quién recorre la comarca. Desde muy antiguo las rutas y senderos han sido utilizados y mantenidos por sus pobladores. Hoy se han recuperado esas antiguas rutas para que no caiga en el olvido una tradición senderista que se pierde en la noche de los tiempos. La mancomunidad de municipios de la Costa del Sol ha puesto en valor esos caminos que ahora pueden disfrutar todos aquellos que viajen al litoral malagueño en una guía de senderismo, donde se explica con todo lujo de detalles y fotografías las 25 rutas más sugerentes de la región. En ellas se muestra el esplen-

dor natural de la Costa del Sol, acercando un medioambiente casi desconocido por los propios ciudadanos, así como la necesidad de cuidar y protegerla. Una de las acciones, que con más ahínco se ha llevado a cabo en la región es evitar la proliferación de basuras y los incendios provocados por el fuego encendido en el interior de sus sierras. Desde los distintos recorridos que se recomiendan en esta guía, se muestran lugares con impresionantes vistas del mar Mediterráneo, de África y del Estrecho de Gibraltar; rincones de una gran diversidad biológica; bosques de pinsapos; flora y fauna variada y la agradable hospitalidad de sus vecinos.

**Ruta de los Molinos (8,5 km)**  
La ruta de los Molinos une los núcleos urbanos de Manilva y

Casares en un trayecto que discurre junto al río Manilva, que en época de lluvia habrá que vadear en varias ocasiones.

Recorre una gran variedad de paisajes con bosques de rivera, cañones de caliza y las estribaciones de la Serranía de Ronda. Pasa junto a los baños Hedionda, al fondo del valle del río, justo cuando empieza a estrecharse, al pie de la Sierra de la Utrera

**La Sierra Crestellina (5 km)**  
Este camino transcurre entre antiguas casas de campo. Arranca en Casares, en un primer tramo que por el buen estado del firme podemos hacer en bici. El recorrido se complica en la ascensión al cerro de las Chapas.

**Los Pedregales (12 km)**  
También desde Casares podemos



Ruta Juanar-Pico de la Concha.



Ruta de Juan Inglés

acceder a la ruta de los Pedregales, cuyo camino discurre en su mayor parte por la colada de los Molinos a Estepona. Dos partes muy diferenciadas forman el recorrido: la primera, abierta al Mediterráneo, y la segunda, bordeando los pies de Sierra Bermeja.

#### Los Cables (12,1 km)

Desde Estepona.

Se trata de una ascensión de alta dificultad, aunque el primer tramo es apto para todo tipo de caminantes. La parte más bonita es la que alcanza los Reales de Sierra Bermeja, también la más complicada.

#### Benahavis-Montemayor (3,2 km)

Montemayor, una de las montañas más significativas de la Costa del Sol, con una altura de 579 metros, es destino de esta ruta senderista. En su cima, el viajero descubrirá la fortaleza de Montemayor, con excelentes vistas, se pueden observar más 100 kilómetros de costa.

#### El Pico de la Concha (5 km)

Su recorrido sorprende por su trazado: bordeando la ladera de Sierra Blanca. También es uno de los de mayor encanto. Desde la cresta de esta sierra se accede al Pico de la Concha (1.200 metros). La dificultad de este recorrido es muy alta

#### Cañada del Infierno (8 km)

Transcurre desde Istán hasta el arroyo de Cañada del Infierno: En su trazado el viajero descubrirá magníficas vistas al norte, donde se puede observar el Parque Natural de la Sierra de las Nieves y el Pico Torrecillas (1.919 metros)

#### Camino de la Cuesta

Una ruta circular, de baja dificultad, que parte de Istán, para recorrer la zona más baja del pueblo, acercándonos al pantano.

#### Ruta del Picacho (800 m.)

Este camino alcanza el Picacho, un promontorio rocoso de 520 metros de altura, con una preciosa

vista de Istán. Su corto recorrido permite culminarla en menos de una hora.

#### Camino Viejo Istán-Marbella (8,3 km)

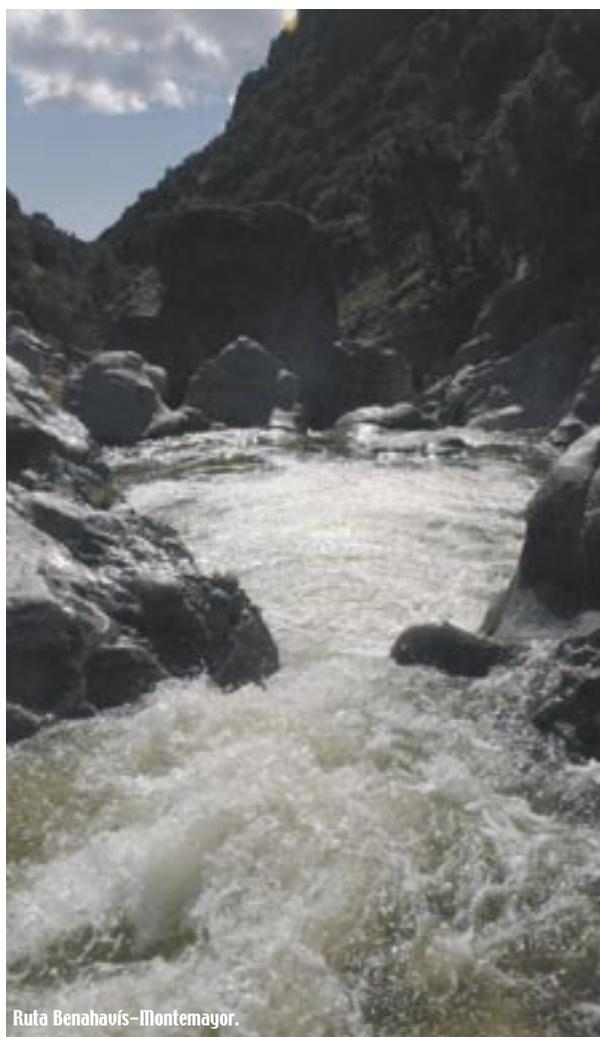
Su dificultad moderada la convierte en un agradable paseo para personas acostumbradas a caminar. Parte de Istán y alcanza el municipio de Marbella, por la ladera oeste de Sierra Blanca.

#### Cañada de los Laureles (1,5 km)

Desde Istán alcanza un antiguo horno de "miera", un líquido parecido a la miel que se extrae el enebro, en la Cañada de los Laureles. Una de las mejores rutas para realizar con niños.

#### Las Errizas de las Gallegas (2,3 km)

Una ruta por las huertas de Istán, en las que se puede apreciar el trabajo realizado por los agricultores árabes para aprovechar los desniveles del terreno y para trazar



Ruta Benahavís-Montemayor.



Ruta Cañada del Infierno.

## La guía muestra los lugares más desconocidos para perderse por esta región bañanda por el sol y conocer su deslumbrante encanto natural

su red de acequias. Un agradable recorrido recomendado para cualquier edad.

### Cañada de Juan Inglés

De dificultad moderada discurre por una preciosa vaguada que encajona el sendero por donde se alcanza el puerto de montaña, hasta alcanzar el municipio de Ojén.

### Cortijo de Juanar (5,2 km)

Discurre desde el Cortijo de Juanar, en Ojén, hasta el Pico de la Concha. Esta ruta está situada en una de las cumbres más bellas de la Costa del Sol, con impresionantes vistas en todo su recorrido. Su dificultad es moderada.

### Istán-Ronda (19 km)

Este camino alcanza la carretera

que une Monda con Marbella por la cara noroeste de Sierra Blanca, con vistas al Parque Natural de Sierra de las Nieves. La longitud y el desnivel que hay que superar hacen que su dificultad sea media-alta.

### Ruta por Puerto Rico (5,5 km)

Parte del norte de Marbella y nos lleva hasta los llanos de Juanar. Pese a su dificultad media a alta, se trata de una de las rutas más populares para los marbellíes y los visitantes.

### Ojén-Mijas (32 km)

Sus más de 32 kilómetros, que transcurren en carriles, pistas y tramos de carreteras, son ideales para recorrerlos en bicicleta. Discurre por la ladera sur de

Sierra Alpujata. Muestra una de las zonas más desconocidas de la Costa del Sol

### Ruta de Torrijos (9 km)

Ruta de descenso que parte de Mijas pueblo y acaba en Los Boliches de Fuengirola, a escasos metros de la playa. Muy transitada por caballos y quads. Su dificultad es baja. Le debe el nombre por el famoso general militar malagueño.

### Sierra de Mijas

Transcurre por diferentes senderos entre la sierra de Mijas, entre pinos y vaguadas. Comienza en la carretera de Mijas a Coín, justo donde se accede a la ermita del Calvario. A lo largo de toda la ruta descubriremos una gran variedad de paisajes, firmes y desnivel.



Ruta por la Sierra de Mijas.



Exhibición de rapaces en la ruta del Calamorro.

**Puerto de las Palomas (12 km)**

Esta ruta nace en Mijas y concluye en el Puerto de Las Palomas, en Benalmádena. El regreso se puede hacer en el telecabina. Está considerada como una de las más bellas de la Costa del Sol por la variedad y encanto de su trazado. Aunque su dificultad es media-alta.

**Puerto de las Ovejas (7,5 km)**

Su trazado nos lleva desde el Puerto de las Ovejas hasta los manantiales de Torremolinos. Es apta para bicicletas en su primer tramo, y en el segundo lo mejor es ir a pie. Su dificultad es baja.

**Ruta del Calamorro (5,5 km)**

De dificultad alta, por sus grandes desniveles, discurre por vaguadas y crestas de la Sierra del Calamorro, para acabar en un complejo turístico en la cima, donde se ofrecen espectáculos gratuitos de vuelos de rapaces y domas de caballos. Son fantásticas las vistas de la costa

**Benalmádena-Cerro del Moro (7,5 km)**

Comienza muy cerca del centro de Benalmádena pueblo, y termina en el Monte de las Antenas o Cerro del Moro. La mayor parte de este trazado es ascendente, por ello, su dificultad media-alta.

**Ruta del Quejigal (5,7 km)**

Parte de Benalmádena pueblo y conduce a la cima del Castillejo, donde se encuentra una estación metereológica. De los dos tramos, el primero presenta escasa dificultad, pero el segundo es más escarpado, con un duro desnivel.

**Los Castillejos (7,8 km)**

Comienza en el Refugio del Juanar, rodeando Sierra Blanca, en un itinerario fácil y de hermoso recorrido por la cantidad de vegetación y arboleda. Sus 7.850 metros de recorrido se pueden realizar en tres tramos de diversa dificultad.

**Recomendaciones:**

- Nunca haga fuego en el bosque.
- Informe a alguien de su itinerario, y hora de regreso
- Provéase de una brújula, comida y frutos secos.
- Un teléfono móvil puede ser de gran ayuda.
- Lleve agua en cantidad, y gorra o sombrero si hace calor.
- No arroje basura.
- No cruce los ríos en época de crecidas.
- En caminos con tráfico rodado extreme la precaución y utilice material reflectante.
- Use calzados y ropa apropiados.
- Valore sus posibilidades y aptitudes físicas, para el recorrido.

**Mancomunidad de Municipios de la Costa del Sol**


 Urb. Elviria, N-340, Km. 190'7 Marbella (Málaga) Tel. 952 839 316. Fax 952 839 320. [www.mancomunidad.org](http://www.mancomunidad.org)

**Municipios:** Torremolinos, Benalmádena, Fuengirola, Mijas, Marbella, Ojén, Benahavís, Istán, Estepona, Casares, Manilva.



Vista panorámica de Casares.

## La Costa del Sol Occidental

TORREMOLINOS, BENALMÁDENA, FUENGIROLA, MIJAS, MARBELLA, OJÉN, BENAHAVÍS, ISTÁN, ESTEPOÑA, CASARES, MANILVA FORMAN LA COMUNIDAD DE MUNICIPIOS DE LA COSTA DEL SOL OCCIDENTAL, UN TERRITORIO.

La Costa del Sol es desde hace décadas uno de los destinos turísticos más atractivos del mundo. La belleza de sus playas y las bondades de la naturaleza son factores clave que, junto a las importantes infraestructuras hoteleras, de comunicaciones y de ocio que se han desarrollado a lo largo de los años, han hecho de la provincia de Málaga un lugar de vacaciones capaz de satisfacer la demanda más exigente en cualquier época del año. Desde Torremolinos a Manilva, once municipios concentran la más importante oferta turística, que abarca, además, de recursos de primer orden de sol y playa, el golf, la hípica, instalaciones para congresos, puertos deportivos, parques acuáticos y de atracciones, acuario, parque de la naturaleza, hipódromo y un sinfín más de posibilidades que convierten la zona en un paraíso para el deporte y el ocio. Referencia obligada en la Costa

del Sol es su clima, factor determinante en todo su desarrollo turístico, con más de 300 días de sol al año, una temperatura media de unos 22 grados. El agua del mar oscila entre los 15 grados del invierno y los 20 grados en verano. Playas extensas y recoletas calas configuran el centenar de kilómetros del litoral de la Costa del Sol occidental, jalonado por los once puertos deportivos de máxima calidad que posibilitan la navegación y todo tipo de deportes acuáticos. El cuidado de las playas y dotación de las mismas les hace merecedoras cada año de un buen número de banderas azules europeas, que premian el buen hacer en el cuidado y la limpieza del litoral.

### Un tesoro natural

Pero a pocos kilómetros de la Costa, la Naturaleza ofrece un tesoro inigualable cual son los pueblos blancos, cada día mejor

comunicados y dotados para aquellos que prefieren una alternativa al sol y la playa y optan por deportes de montaña. En el interior –Ojén, Istán, Benahavís, Manilva, Casares-, la riqueza natural se manifiesta en todo su esplendor para todos aquellos gustosos de disfrutar del contacto con la naturaleza. Los pueblos conservan todo el regusto de los pueblos blancos tradicionales a la vez que, como localidades inmersas en el desarrollo turístico de la Costa del Sol, ofrecen también al turista servicios de calidad y facilidades de todo tipo para la práctica de deportes de montaña y el disfrute de las peculiaridades y la belleza que el paisaje prodiga. Zonas declaradas Reserva de la Biosfera, Parques Naturales, arquitectura tradicional de trazo árabe o vestigios que el rico y lejano pasado ha ido dejando aquí y acullá conforman un patrimonio histórico cultural de gran interés.