

RUTAS DE SENDERISMO

Los mejores planes para hacer deporte y caminar en el inicio de año en la Región

Fernando Sánchez

PLANES ENERO



14/01/2024 - MURCIA. Una vez que se ha iniciado el nuevo año se pueden hacer planes perfectos sin hacer muchos kilómetros para conocer la Región. Y es que estemos en la estación del año que estemos, **el senderismo y conocer el patrimonio de la Región de Murcia siempre es una actividad muy reconfortante.** Llevando las medidas adecuadas, estando alerta al tiempo y conociendo bien las rutas, practicar senderismo o pasear en invierno puede ser una muy buena opción para esos días en los que se necesita un respiro y una conexión con la naturaleza. Desde *Murcia Plaza* hemos querido hacer una selección de cinco rutas para hacer en la Región de Murcia.



Visita a Caravaca

Con el inicio del año ha empezado [el Año Jubilar de Caravaca](#). Visitar la localidad del Noroeste es otra de las propuestas para este invierno. Esta ciudad situada en un enclave fronterizo entre Murcia y Granada tiene una gran historia. por ella pasaron íberos, romanos y musulmanes. Se encuentra construida en torno a su Castillo, levantado en el siglo XV por la Encomienda de los Templarios. Pero Caravaca es, esencialmente, la **Ciudad Santa**, la ciudad de la Cruz que lleva su nombre. Conocer sus calles y disfrutar de su gastronomía o de las Fuentes del Marqués es un plan idóneo para esta estación.

Al paraje se puede acceder en coche, por la Avenida de los Andenes; o andando, siguiendo el Camino del Huerto. El especial microclima de la zona y los manantiales le dan el encanto al paraje y, aunque la primavera y el otoño son las épocas más llamativas, **las Fuentes del Marqués se pueden visitar en cualquier época del año para disfrutar de su luminosidad y tranquilidad.**



Sierra Espuña

Se trata de un macizo montañoso de la Región de Murcia, situado en el **extremo oriental de la Cordillera Bética**. El parque regional está situado en los términos municipales de Alhama de Murcia, Totana y Mula, pero el conjunto montañoso dispone de más de 25.000 hectáreas, que incluyen Aledo, Librilla y Pliego. Su máxima altitud es de 1.585 m en el Morrón de Totana.

Ofrece interesantes rutas y elementos únicos como [los pozos de la nieve](#). Entre las rutas destacan:

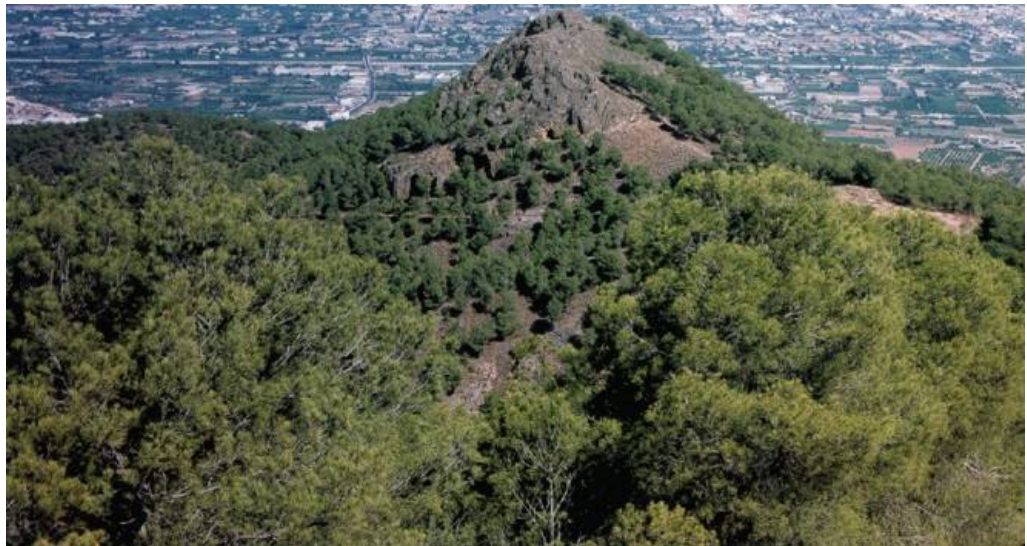
[Senda de los Siete Hermanos, PR-MU 41](#)

[Sendero Ricardo Codornú, SL-MU 1](#)

[Sendero de la Umbría de Peña Apartada, PR-MU 59](#)

[Senda Valle del Leiva - Collado Mangueta, PR-MU 57](#)

[Sendero de El Berro, PR-MU 79](#)



La magia de El Valle-Carrascoy

Se pueden elegir varias rutas, que se pueden realizar tanto a pie como en bicicleta, y son de las más interesantes del término municipal de Murcia. Y es que el **Parque Regional de El Valle-Carrascoy** es una caja de sorpresas, que incluye también lugares mágicos como la Muralla de King Kong, que puede verse desde El Relojero o La Cresta del Gallo. Los picos de **Carrascoy** (1.065 metros) y **El Relojero** (609 metros) son zonas increíbles para visitar. Eso sí requieren una preparación y siempre se debe ir con agua suficiente y en compañía.



Monte Arabí (Yecla)

y diferentes leyendas. Se puede hacer a través de Turismo Local (200 700 201) y en ella destacan.

-Cantos de Visera. Estación de arte rupestre (pintura) incluida en la Declaración de Patrimonio de la Humanidad para el Arte Rupestre del Arco Mediterráneo, por la UNESCO en el año 1998.

-Cueva del Mediodía. Estación de arte rupestre

-El Arabilejo y sus cazoletas. Los grabados rupestres denominados cazoletas y que se sitúan al sur del denominado Arabilejo, pequeño monte con amplia planicie en su cima, debemos considerarlo como parte del arte esquemático

-Cueva del tesoro. Asociada a numerosas leyendas populares, acerca de la existencia de un tesoro en su interior, de ahí su nombre

-La ermita de la Casa Marta. Ermita situada en el caserío denominado Casa Marta, que se encuentra en las inmediaciones del Monte Arabí. Sabemos que fue construida en el año 1794.

-Caserío de los Ibáñez. Grupo de casas de labor de dos plantas con balconillos de herrajes en forma de buche de palomas Destacaría sobre el conjunto el pozo amplio provisto de noria para enganche de caballerías.



de norias tradicionales de la Región de Murcia, que se siguen utilizando para el riego de pequeños huertos y árboles frutales. Estas norias se nutren de agua de dos acequias - Charrara y Principal- que toman el agua del Segura aguas arriba, en el paraje del Menjú. La **ruta peatonal que enlaza las norias, de algo más de un kilómetro**, discurre por un paisaje fluvial y agrario de valor etnográfico en el Valle de Ricote.

Haciendo esta ruta se conocerá la historia de unas estructuras claves en la época musulmana. Y es que aunque los árabes no fueron los inventores de las norias, sí fueron sus grandes impulsores.