

MARZO
OCTUBRE

2026

Naturaleza

escondida

Ruta:
Teresiana
BBT

Ruta: Ruta Teresiana BBT

Naturaleza escondida 2026: Senderismo

ACTIVIDAD

BBT

FECHA

17 y 18 de octubre de 2026

Lugar de salida y llegada

Alba de Tormes - Mancera de Abajo (ruta circular).

Resumen de la actividad

Introducimos este año una propuesta nueva, que nos permitirá recorrer la parte Salmantina del sendero de peregrinación "Ruta Teresiana - De la Cuna al Sepulcro".

Ayudándonos de bicicletas todo terreno y cargando con el material necesario para pasar la noche, recorreremos los 72 km que conforman la parte salmantina de esta ruta de Gran recorrido. Diferente porque la actividad consta de dos días con pernocta en un albergue de peregrinos, que nos permite no solo hacer el camino, sino recorrer gran parte del territorio de la Tierra de Campos y la Salamanca Noreste.

Gran parte de la información de este camino religioso se encuentra en la web <https://rutateresiana.com/> perteneciente a la fundación "De la Cuna al Sepulcro" que gestiona el camino.

Para nuestra ruta por el camino que transcurre por la provincia de Salamanca, hemos elegido una ruta circular que comienza en el Municipio de Alba de Tormes con un recorrido el sábado recorriendo el camino denominado del Sur pasando por los municipios de Garcihernandez, Tordillos, Macotera y Mancera de Abajo donde pernoctaremos en el albergue de peregrinos de la localidad para el día siguiente regresar a Alba de Tormes por el "Camino del norte" pasando por las localidades de Peñaranda de Bracamonte, Nava de Sotrobal, Coca de Alba, Peñarandilla, Garcihernandez y final en Alba de Tormes.

Recorreremos de esta forma gran parte del territorio de Campos de Peñaranda y de la zona Este de la provincia.

Kilómetros y desnivel

Sábado: 37 km. Desnivel positivo: 400 m. Desnivel de negativo: 400 m.
Domingo: 40 km.

Duración estimada

2 días

Tipo de terreno

Pistas de tierra compactada.

Cotas

-

Dificultad de la ruta según sistema MIDE:

DIFICULTAD: 1-2-**3**-4-5 (M.I.D.E.).



Material obligatorio para participar en la ruta

- Recipiente para agua (mínimo 1.5 litros) y comida para la jornada.
- Documentación personal y botiquín (medicación personal).
- Calzado y ropa apropiada para la práctica deportiva de BBT.
- Chubasquero y ropa de abrigo.
- Teléfono móvil cargado.
- Ficha de la actividad (leída).
- Crema de protección solar (para cara, labios...).

Material de bicicleta

- Bicicleta todo terreno en condiciones óptimas.
- Casco.
- Herramientas específicas, cámaras de repuesto y juego de parches
- Material de pernocta (saco de dormir).
- Comida para cena y desayuno.
- Útiles de aseo.
- Zapatillas de descanso.

Material opcional

- Guantes, gafas de sol.
- Gorra y/o pañuelo.
- Dinero.
- Cámara de fotos. .
- Track de la ruta cargado en GPS.
- Aperitivos variados, sales de hidratación.
- Vaso de plástico reutilizable (al finalizar la ruta es probable que demos algo calentito, si tienes un vaso de silicona o de plástico reutilizable te pedimos que lo traigas para evitar el uso de plásticos de un solo uso. ¡Los pequeños gestos cuentan!

Normas para el buen funcionamiento de la actividad

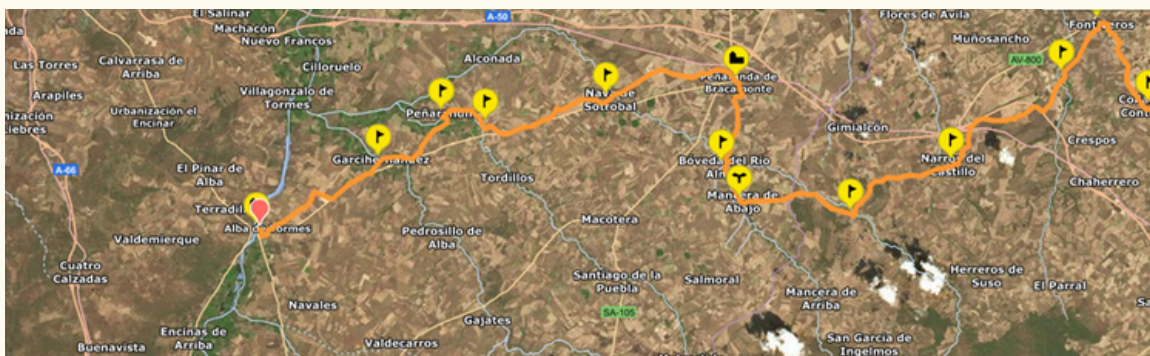
- En esta edición, el transporte hasta la localidad de la actividad se realizará de forma particular e independiente por parte de cada asistente (**se suprime el autobús**).
- Las **plazas** para las rutas son **limitadas** por motivos de seguridad. Y dependiendo de la fecha de realización y para poder asegurar las medidas medioambientales y de seguridad, se adaptará el número de participantes a las restricciones en ese momento. Se abrirá el **plazo de inscripción** los lunes de la semana de cada actividad, otorgándose por riguroso orden de inscripción.
- Toda persona que se apunte a la ruta se compromete a **cumplir las condiciones físicas y técnicas propias de la actividad** y que se especificará para cada ruta.
- **Podrán asistir menores de edad a todas las rutas calificadas con 3 o menos en dificultad.**

Mapa y perfil de la ruta

Ruta Sur:



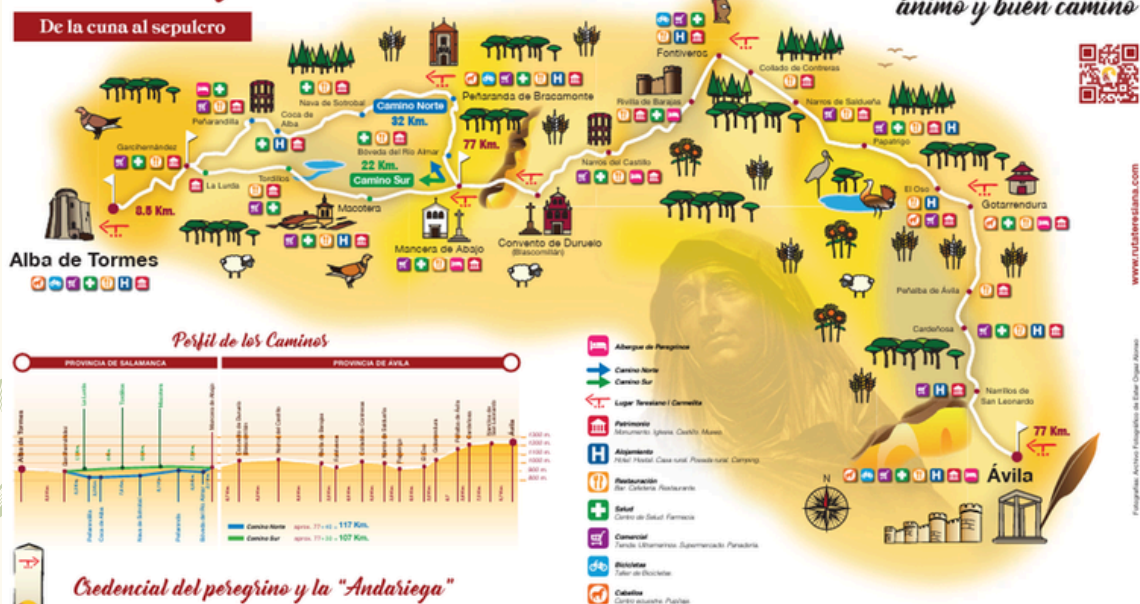
Ruta Norte:



Ruta terefiama

De la cuna al sepulcro

ya es tiempo de caminar
ánimo y buen camino



Credencial del peregrino y la "Andariega"

Los peregrinos bien a pie, a caballo, en bici o en carro pueden recoger la "Credencial del Peregrino" en el Centro de Recepción de Viajeros de Ávila, la Oficina de Turismo de Ávila de Tormes o a través de la web www.turiferesiana.com. Se puede solicitar y recibir en algunos establecimientos, ayuntamientos o parroquias de las localidades de la Ruta, para así demostrar que se recorrió por completo la Ruta Terefiama "De la cuna al sepulcro". Al llegar a Ávila de Tormes o Ávila según el sentido elegido con la "Credencial del Peregrino" cumplimentada se expedirá en las Oficinas de Turismo la "Andariega", que reconoce al peregrino la realización de la ruta por los sitios marcados al paso y el recuerdo de Santa Teresa de Jesús.

*Consulte la guía por localidades en www.turiferesiana.com para información más exacta.

Ávila - Alba de Tormes

Alguna foto para ir abriendo boca



Paseo Canalejas 144, Salamanca.
637 63 23 06 639 67 47 45
actividades@tiempolibreb612.es
www.naturalezaescondida.es

B612

