

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	7
Qué es y cómo usar esta guía	11
CARACTERIZACIÓN DE LA SIERRA NORTE ..	13
El marco Geográfico	17
Ecología	19
La sociedad y el hombre en la Sierra Norte	23
La economía en una región pobre	29
Reflexiones finales	35
ANDAR POR LA SIERRA NORTE	39
Las cuatro estaciones en la Sierra Norte	41
Los caminos tradicionales.....	45
Recomendaciones para el caminante	47
ITINERARIOS	49
1. La Acebeda de Robregordo (itinerario circular)	51
2. La Acebeda (itinerario circular)	57
3. Montejo de la Sierra - La Hiruela	61
4. Paredes de Buitrago – Prádena del Rincón	71
5. Madarcos – Piñuécar – Gandullas – Buitrago....	75
6. Puebla de la Sierra (itinerario circular corto) ...	81
7. Puebla de la Sierra (itinerario circular largo) ...	85
8. Villavieja – San Mamés – La Chorrera – Villavieja (itinerario circular)	87
9. El Berrueco – Siete Iglesias – Lozoyuela	93
10. La dehesa de El Berrueco (itinerario circular)	99
11. Presa del Pontón de La Oliva – Presa de La Parra..	105
Otros itinerarios por la Sierra Norte	111
ANEXOS	113
Datos de interés	115
Índice de términos científicos y populares	121
Bibliografía.....	123
Cartografía	125

CUADROS TEMÁTICOS

Arquitectura popular	66-67
Buitrago de Lozoya	78-79
Dehesas Boyales	102-103
Embalses del Lozoya	108-109

