

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Touristische Hinweise	8
Symbole	9
Top-Touren in der Sierra de Gredos	11
GPS	14
Wandern in der Sierra de Gredos	15
Die Täler der Sierra de Gredos	26
Informationen und Adressen	31
 Östliches Massiv: Cerro Guisando bis Puerto del Pico	
1 Auf den Casillas, 1768 m	34
2 Auf den Cerro de la Escusa, 1960 m	37
3 Von Navaluenga zum Puerto de Navaluenga, 1793 m	40
4 Portacho de la Serradilla, 1855 m, und Lanchamala, 1994 m	43
5 Puerto del Alacrán, 1769 m, und Lanchalisa, 1948 m	46
6 Von Mijares nach Casavieja	49
7 Über die Sierra del Cabezo, 2191 m	51
8 Von Gavilanes auf den Cerro del Cabezo, 2191 m	54
9 Durch den Barranco de las Cinco Villas	57
10 Auf den Toro, 2021 m	60
 Zentrale Massiv: Puerto del Pico bis Puerto de Tornavacas	
11 Vom Puerto del Pico zum Collado de la Centenera, 1352 m	62
12 Puerto de la Cabrilla, 1942 m, und Puerto del Arenal, 1818 m ...	64
13 Von Navarredonda nach El Arenal	67
14 Über den Puerto del Peón, 2032 m	69
15 Los Galayos und La Mira, 2343 m	72
16 Von den Galayos zum Collado de la Centenera	74
17 Los Galayos, La Mira, 2343 m, und Puerto del Peón, 2032 m	78
18 Von der Plattform de Gredos auf die Mira, 2343 m	81
19 Von Candeleda zum Puerto de Candeleda, 2009 m	84
20 Von Navalperal del Tormes nach Candeleda	86
21 Auf den Morezón, 2389 m	89
22 Zur Laguna Grande de Gredos	92
23 Auf den Almanzor, 2592 m	94
24 Auf die Galana, 2572 m	96
25 Ameal de Pablo, 2509 m, und Gargantón	98

26	Von der Plataforma de Gredos zu den Cinco Lagunas	100
27	Große Runde um Galana und Ameal de Pablo	102
28	Integrale am Circo de Gredos	104
29	Durch die Garganta de Gredos zur Laguna Grande	107
30	Durch die Garganta del Pinar zu den Cinco Lagunas	110
31	Durch die Garganta de Navamediana	113
32	Durch die Garganta de Bohoyo	116
33	Von Guisando nach Bohoyo	120
34	Garganta und Peña de Chilla, 2003 m	124
35	Auf der Südroute zur Laguna Grande	127
36	In die Garganta de Tejea	130
37	Zur Laguna de los Caballeros	132
38	Auf den Cancho, 2271 m	134
39	Zur Laguna de la Nava	137
40	Zur Laguna de Galín Gómez (Laguna del Barco)	139
41	Laguna de la Nava, L. de los Caballeros und L. del Barco	142
42	Alto de Castilfrío, 2308 m, und Azagaya, 2367 m	146
43	In die Garganta de Cuartos	149
44	Durch die Garganta de Cuartos zu den Llanos de la Cumbre	152
45	Von Losar de la Vera über den Berezo	155
46	Ermite de las Nieves, 1492 m, und Garganta de Jaranda	158
47	Travesía de la Alta Extremadura	160
48	Von Garganta la Olla zum Kloster Yuste	163
 Valle del Jerte		
49	Garganta de los Infiernos	165
50	Die »Ruta del Emperador Carlos V«	168
 Westliches Massiv (Sierra de Béjar)		
51	Lagunas del Trampal und Canchal de la Ceja, 2428 m	172
52	Canchal de la Ceja, 2428 m, über die Laguna del Duque	175
53	La Ceja, 2428 m, und Torreón, 2400 m, vía Cuerda del Calvitero	178
54	Hoya Moros und Las Aguas, 2335 m	180
 Valle del Ambroz		
55	Von Baños de Montemayor nach Segura de Toro	183
 Sierra de la Paramera		
56	Auf den Pico Zapatero, 2158 m	187
Stichwortverzeichnis		190