

**LEÓN**  
**TE ESPERA**

---



## PROVINCIA DE LEÓN – MULTIDESTINO DE INTERIOR

---

Con sus 15.581 Km<sup>2</sup>, León es la provincia más extensa de las nueve que integran la Comunidad Autónoma de Castilla y León, y una de las más grandes de España (la séptima, en el cómputo general).

Este vasto territorio alberga una riqueza patrimonial y cultural única, fruto de la herencia dejada en el territorio por los diferentes pueblos que han caminado por estas tierras cruce de caminos y culturas, astures y cántabros, romanos y suevos, visigodos y árabes... un legado que nos transporta en el tiempo.

La provincia de León cuenta además con un patrimonio natural excepcional, donde predomina un paisaje cambiante que nos lleva a entornos que van desde la majestuosidad y las más altas cumbres de los Picos de Europa a las más extensas llanuras al sur de Tierra de Campos, pasando por bosques, valles, riberas y páramos.

La provincia se divide en 7 territorios, cada uno de ellos con sus particularidades, que les hacen únicos:

- Montaña de Riaño
- Cuatro Valles
- El Bierzo y Los Ancares
- Montañas del Teleno
- Páramo Órbigo Esla, Poeda
- Sudeste de León
- León y alfoz

La provincia de León, con su gran riqueza natural, artística y patrimonial, se convierte en destino de interior por excelencia. Idónea para los que buscan una escapada cultural y también para aquellos que disfrutan de la naturaleza y de las actividades al aire libre. Cada rincón de la provincia tiene su atractivo, y todos ellos son complementarios para propiciar unas vacaciones únicas.

Una visita a la provincia de León, sin duda, deja en el viajero una gran necesidad de regresar pronto, y, a ser posible disponiendo de más días para dedicarse a visitar una provincia que sorprende a todos aquellos que se asoman a conocerla.



## LA PROVINCIA DE LEÓN A TRAVÉS DE SUS GRANDES RUTAS

### Camino de Santiago

235 Km. del Camino de Santiago Francés atraviesan la provincia de León, desde la Tierra de Campos en Sahagún hasta La Laguna, en El Bierzo, recorriendo una amplia variedad de paisajes y pueblos.

La primera parada en el Camino tiene lugar en Sahagún, donde quedan numerosos ejemplos del estilo mudéjar que muestra la convivencia de las culturas cristiana y musulmana. Desde Sahagún, el camino se bifurca, pasando por Bercianos del Real Camino, o Calzadilla de los Hermanillos, hasta llegar a unirse de nuevo en Mansilla de las Mulas, ciudad amurallada situada a orillas del Esla, el río más largo de cuantos atraviesan la provincia.

Un alto en el camino merece la ciudad de León, reflejo de cuyo pasado queda vivo en sus innumerables monumentos. Seguimos ruta hasta Astorga, disfrutando de los pueblos que surgen a los lados del Camino, como Hospital de Órbigo o Villadangos. Ya en Astorga, visita obligada son el Palacio Episcopal, la catedral y el viejo ayuntamiento.

Desde Astorga llegamos a Ponferrada y luego a Cacabelos, de origen romano y pasión jacobea y después, la monumental Villafranca del Bierzo, fin de camino para los que no podían llegar a Santiago, al poder ganarse el jubileo ante la Puerta del Perdón de la iglesia románica dedicada al Santo en la localidad de Villafranca.

El último tramo del Camino de Santiago a su paso por León nos lleva por Pereje, Trabadelo, Portela, Vega de Valcarce y Las Herrerías, para llegar a La Laguna y, desde allí, a tierras gallegas.



### Ruta Transcantábrica

La Ruta Transcantábrica a su paso por la provincia de León recorre la carretera CL626 desde La Espina, pasando por Puente Almuhey, Cistierna, Sabero, Boñar, La Vecilla del Curueño, La Robla, La Magdalena, Barrios de Luna, Sena de Luna, Cabrillanes, Piedrahita de Babia, Villaseca de Laciana, Villablino, hasta llegar a Caboalles de Arriba.



Se trata de un recorrido en el que destacan enclaves naturales como el macizo de Peñacorada, en Cistierna; las Cuevas de Valdeajajo en Sahelices de Sabero; Matallana de Torío, puerta de las hoces de Vegacervera, muy cercana a la Cueva de Valporquero; La Magdalena, desde donde se accede a las Reservas de la Biosfera de Omaña-Luna, Babia y Laciana; Barrios de Luna y su embalse homónimo. Los amantes de los deportes de invierno encuentran a tan sólo 13 km de Caboalles de Arriba la estación invernal de Leitariegos, y aquellos que disfrutan de las caminatas y el senderismo tienen parada obligada en Sena de Luna.

Otras visitas de interés a lo largo de la ruta son Cistierna y su Museo del Ferroviario y su antigua iglesia parroquial; el Museo Regional de la Minería y de la Siderurgia de Sabero, ubicado en un impresionante conjunto arqueológico industrial; el conjunto histórico de La Vecilla del Curueño, que aún conserva un torreón medieval fortificado que formó parte del extenso patrimonio de los nobles leoneses Condes de Luna, y la iglesia parroquial que data del siglo XVIII y de la que destaca su retablo barroco; y el Museo del pastor de Barrios de Luna.



### **Caballeros, monjes y herejes**

Más allá de un recorrido físico, esta ruta propone un viaje en el tiempo. El retorno a una época en la que el honor se pagaba con sangre y las convicciones morales se defendían con la vida. Un tiempo en el que la historia la escribieron los más fuertes y aquellos que se rebelaron contra el orden establecido.

Esta es la historia marcada por el devenir de las órdenes de caballería, por la predicación de las órdenes mendicantes y por aquellos "hombres buenos" que utópicamente pretendían cambiar la estática sociedad de su época.

Un tiempo, un pueblo, un reino marcado por las luchas de poder, una sociedad empapada por las nuevas corrientes de pensamiento que, desde Europa, fluían a través del Camino de Santiago. Nuevos y viejos ideales que han dejado su impronta en los muros de castillos y monasterios, testigos mudos de las luchas de poder, conspiraciones, batallas y ajusticiamientos.



Priscilianistas, anacoretas, eremitas y cátaros... caballeros del Temple, de la Orden de Santiago... monjes cistercienses y cluniacienses... han dejado su huella en un reino milenario: León.



## RAZONES PARA VISITAR LA PROVINCIA DE LEÓN

### Patrimonio artístico y cultural con más de 150 BIC

Los pueblos que a lo largo de la historia han poblado las tierras de la provincia de León han dejado su impronta. Desde los tiempos del Paleolítico hasta la actualidad, son numerosas las muestras de su paso:

**Arte Paleolítico y Neolítico:** La provincia es rica en muestras de arte rupestre, entre las que destaca el conjunto esquemático de Librán (Toreno, El Bierzo), que datan de finales del Calcolítico y principios de la edad de Bronce. Otras muestras son las cuevas de Villasabariego y de Peña del Poco Rocebros, en Castrocontigo, y las pinturas rupestres de Peña Piñera (Vega de Espinareda).

**León Prerromano:** Entre las representaciones de arte prerromano que han llegado hasta nuestros días están el Ídolo de Tabuyo del Monte, que puede contemplarse en el Museo de León, el Castro del Chano en El Bierzo) y el yacimiento de Castro Ventosa (Cacabelos).





**Arte romano:** Astorga y El Bierzo cuentan con los mayores exponentes del arte romano de la provincia. En Astorga destacan el Foso del campamento, las Termas, el Aedes Augusti, el Foro, la Domus del Mosaico y las Cloacas, además del Museo Romano. También son destacables el Yacimiento Arqueológico de La Edrada (Cacabelos) y el poblado romano de la Corona de Quintanilla, en las montañas de Teleno. Cercano a León se puede visitar la antigua ciudad de Lancia en Villasabariego.

**Arte Mozárabe:** El Monasterio de San Miguel de Escalada es una de las mejores representaciones de este periodo a nivel nacional, con su galería de arcos en herradura. Asimismo, las iglesias de Santiago de Peñalba y de Santo Tomás de las Ollas son claros ejemplos de esta tendencia artística de la época medieval.



**Arte Románico:** El máximo exponente se encuentra en la Basílica de San Isidoro de León, con la Puerta del Perdón, las pinturas del Panteón Real y su calendario agrícola. Otras representaciones se encuentran en la Colegiata de Arbas del Puerto, la iglesia de San Miguel (Corullón), la iglesia de Santiago (Villafranca del Bierzo). Asimismo, excelentes ejemplos de la arquitectura monástica son los monasterios de Santa María de Cariacedo y San Miguel de las Dueñas en El Bierzo, Santa María de Gradefes y Sandoval en la Ribera del Esla, y San Miguel de las Dueñas y Santa María del Carrizo en el Órbigo.





**Arte Mudéjar:** Las localidades de Sahagún y San Pedro de las Dueñas cuentan con algunas de las mejores muestras mudéjares de España, entre ellas las iglesias de Santo Tirso y San Lorenzo en la capitalidad de la comarca, Sahagún.



**Arte Gótico:** Se manifiesta en importantes edificios como la iglesia de San Francisco y la Colegiata de Villafranca del Bierzo, la Catedral de Astorga y la magnífica Catedral de León.



**Austrias y Borbones:** Del Renacimiento se conservan imponentes muestras, como el palacio de Grajal de Campos, las pinturas del claustro de la Catedral de León, y los retablos de la iglesia de Carvajal de la Legua, el de la iglesia de San Pedro en Valencia de Don Juan, y el retablo del presbiterio de la catedral de Astorga.





**Barroco:** Claros ejemplos son el Arco de San Benito (Sahagún), el claustro monasterial de Villaverde de Sandoval, la fachada principal de la catedral de Astorga y la iglesia de los Paules en Villaranca del Bierzo. Entre las construcciones civiles destaca el Ayuntamiento de Astorga, el Ayuntamiento de Ponferrada, el Ayuntamiento de Valderas y la antigua casa consistorial de la capital.

**Neoclásico:** La provincia cuenta con algunas representaciones del Neoclásico como la iglesia del Monasterio de Vega de la Espinareda, el puente de Puente Castro en León, la iglesia de San Pedro en Valencia de Don Juan y la iglesia de Toral de Merayo.



**Época modernista:** La provincia cuenta con dos obras de Gaudí, el Palacio Episcopal de Astorga y el edificio Botines de León. Astorga y la Bañeza albergan importantes e interesantes muestras de arquitectura modernista. De la denominada arqueología industrial destaca la Ferrería de San Blas de Sabero.





### Patrimonio natural

La naturaleza leonesa ofrece una riqueza y una belleza sobrecogedora. La provincia de León cuenta con numerosos Espacios Naturales Protegidos y la mayor concentración de Reservas de la biosfera del mundo, espacios que, por su riqueza, han logrado la catalogación como Parque Nacional, Parque Regional, Monumento Natural entre otros.

La provincia de León atesora, dentro de su patrimonio natural, un Parque Nacional, Un Parque Regional, 7 Reservas de la Biosfera, 3 Espacios naturales y 3 Monumentos naturales, además de una extensa red de territorios enmarcados dentro de la Red Natura 2000. Todo ello confiere a la provincia de León uno de los más valiosos legados naturales del país, una biodiversidad sin parangón.

### Parque Nacional y Regional de Picos de Europa

En un enclave natural de gran belleza, los Picos de Europa se elevan a más de 2.500 metros de altura. Los macizos calizos esconden viejos glaciares convertidos ahora en lagos.

Su flora es de lo más variada, con espesos bosques en los que predominan hayas, acebos, castaños, encinas, enebros, robles o pinos silvestres, entre otras especies. Los Picos de Europa son el paraíso para muchas especies en peligro de extinción como el urogallo, el tejón, la nutria o el águila perdicera. Además, pueden encontrarse especies eurosiberianas, mediterráneas y endemismos regionales. Salmón, trucha, boga de río entre los peces; tritón alpino, tritón palmeado, rana patilarga entre los anfibios; lagarto verdinegro, lagartija de bocagei, eslizón tridáctilo, víbora de seoane entre los reptiles; urogallo, pito negro, pico menor, camachuelo común, águila culebrera, cárabo entre las aves; y oso pardo, musaraña enana, armiño, turón, lobo ibérico, garduña y rebeco entre los mamíferos.

### No te puedes perder:

- Realizar la Ruta del Cares: 12 kilómetros para recorrer a pie desde Caín (León) -950 metros de altitud- hasta Puente Poncebos (Asturias) -200 metros de altitud.
- Recorrer la Senda del Arcediano: 28 kilómetros desde el Puerto del Pontón en el Valle de Sajambre hasta el concejo de Amieva.
- Visitar el Pinar de Lillo: Pinar natural donde habitan lobos, rebecos, ciervos,... Se puede visitar solicitando un permiso en el teléfono: 987296172.
- Los hórreos de Soto de Valdeón y Oseja de Sajambre. La Escuela Museo de Soto de Sajambre y el Chorco de los Lobos en la carretera de Posada a Caín.





## Sierra de Ancares

Reserva de caza desde 1966, Espacio Natural y declarada recientemente Reserva de la Biosfera por la UNESCO.

La Sierra de Ancares es una sucesión de valles y montañas donde predominan la pizarra, caliza, filita, arenisca y cuarcita, con altitudes superiores a los 1.500 metros donde la acción del hielo dio lugar a valles glaciares, circos y lagunas. Su territorio lo forman principalmente los valles de los ríos Ancares, Burbia y Cúa o Fornela y el valle de Balboa.

Su flora viene determinada por abedules, acebos, alisos, arándanos, arces, avellanos, brezos, encinas, enebros, crestas, mostajos, rebollos, roble albar, sauces, servales, tejos y hayas.

Entre las especies que predominan en la fauna de la Sierra destacan lobos, corzos, osos pardos, gamos, liebres de piornal, nutrias, perdices pardillas, águilas culebreras, urogallos, águilas reales, alimoches y halcones peregrinos.

### No te puedes perder:

- Descubre Candín, capital del Valle de Ancares. Allí se conservan restos de explotaciones auríferas de época romana.
- Visita en Pereda el Museo Etnográfico que se encuentra ubicado en una casa de "teito" .
- Disfruta en Balouta de pallozas restauradas.
- El Castro de Chano en el maravilloso Valle de Fornela.
- Visita en Vega de Espinareda el Monasterio benedictino de San Andrés (siglo XVIII) que ha sido reconstruido varias veces debido a sucesivos incendios.
- Practica deportes al aire libre como senderismo, ciclismo, montar a caballo, caza, pesca...





### Alto Bernesga

Desde 2005 el Alto Bernesga es Reserva de la Biosfera por hospedar numerosas especies animales y vegetales propias de los ecosistemas cantábricos. Hayas, abedules, robles y enebros dan cobijo al lobo, la nutria o la liebre que conviven con el emblemático oso y urogallo, presentes en esta zona de la montaña leonesa en muy escaso número, junto a aves rapaces como el águila, el halcón y el alimoche. La ganadería y el pastoreo han contribuido al mantenimiento de formas de vida ancestrales modelando el paisaje con brañas y pastizales.

#### No te puedes perder:

- Visita el Santuario del Buen Suceso en Hurgas de Gordón y la Colegiata románica de Santa María de Arbás en Arbás del Puerto
- Recorre el Camino de Santiago del Salvador.

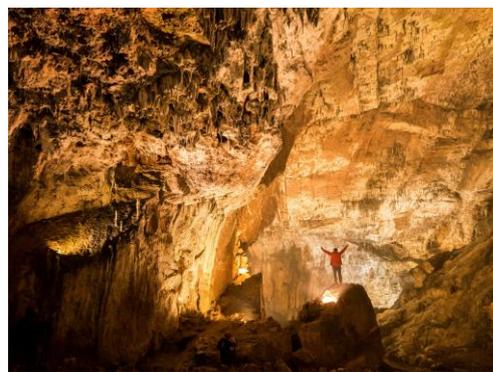


### Los Argüellos

Reserva de la Biosfera desde 2005. Esta zona tiene un especial valor, no sólo por la importancia de la flora y la fauna cantábrica, también por las peculiares formaciones geológicas que componen un entramado de sorprendentes cuevas y espectaculares hoces creadas en la caliza por la acción de los ríos.

#### No te puedes perder:

- Descubre la impresionante Cueva de Valporquero y su curso de aguas
- Visita las Cuevas de Llamazares.
- Practica todos los deportes al aire libre que la zona ofrece, senderismo, escalada, parapente...





### Babia.

Declarada Reserva de la biosfera en 2004 esta comarca de la provincia de León está dominada por la silueta de la hermosa Peña Ubiña. La delicada vegetación y fauna de la zona, unida a las montañas de caliza y los canchales, convierten a Babia en un espacio de enorme interés ecológico. Habitan estos paisajes especies como el rebeco, jabalí, perdiz, lobo, diversos ejemplares de murciélago, y aves como el águila, el alimoche y el gavilán. La flora corresponde a la característica de la región cantábrica. Hayas, robles y abedules sobresalen entre los pastizales y praderíos.

#### No te puedes perder:

- Visita el conjunto Histórico de Riolo de Babia.
- Descubre todos los pueblos de la zona que albergan una interesante y atractiva arquitectura tradicional de montaña



### Valles de Omaña y Luna.

Reserva de la Biosfera desde 2005. Los ríos Omaña y Luna regalan al paisaje la fertilidad de estos suelos donde la vegetación de ribera está muy bien conservada. Sauces, chopos y fresnos acompañan a los robles y hayas que habitan en las zonas más elevadas.

#### No te puedes perder:

- Visita el interesante Museo del Pastor de Barrios de Luna
- Deléitate con la arquitectura tradicional que albergan los pueblos de la zona.
- Disfruta de las muchas actividades al aire libre que ofrece la zona por riberas, bosques y montañas.





### Valle de Laciana

Esta Reserva de la Biosfera es de vital importancia para la supervivencia del oso y del urogallo. Este paisaje está constituido por zonas de alta montaña matizadas por robledales, hayedos y castaños y zonas de praderíos y pastizales, propios de la cordillera Cantábrica. En el entorno habitan numerosas especies como la liebre de pional, perdiz pardilla y abundantes corzos y jabalís.

#### No te puedes perder:

- Visita los importantes restos de arquitectura industrial de municipio.
- Disfruta de las múltiples rutas de senderismo entre bosques, valles y brañas.
- Visita el Centro de Interpretación del Urogallo de Caboalles de Arriba.



### Las Médulas

Espacio Natural y Patrimonio de la Humanidad declarado por la UNESCO en 1997, se trata de un espacio de contrastes que ha sido modelado por la mano del hombre. Fue la mayor mina a cielo abierto de todo el Imperio Romano y la mejor muestra de los grandes cambios que la explotación de oro ocasionó en las gentes que habitaban el noroeste peninsular, condicionando desde entonces su uso posterior.

Los grandes movimientos de tierra conformaron llanuras artificiales que han servido desde entonces como vías de acceso, el Lago Carucedo se formó por el taponamiento de un valle con los residuos de la mina y hoy día es un humedal protegido, los canales se convirtieron en caminos, la modificación de la orografía del terreno dio lugar a cambios en su aprovechamiento y los cultivos introducidos por los romanos han llegado hasta nuestros días llegando a ser, en el caso del castaño, una seña de identidad de la zona.

Su flora es la típica del Bierzo: escobas, retamas, aulagas, jaras, brezos, bosques de ribera (sauces, álamos,...), encinas, rebollos e, incluso, alcornoques, también árboles frutales cerca de los pueblos de la zona... siendo el castaño el árbol más emblemático.



En cuanto a la fauna, predominan el jabalí, el urogallo, corzo y gato montés, también hay conejos, liebres, ginetas, lirones, tejones, azores, palomas torcaces, varias especies de reptiles... y en los bosques de ribera destacan las aves insectívoras.

### No te puedes perder:

- Visitar el Aula Arqueológica, a la entrada del pueblo de Las Médulas. Allí puede obtenerse toda la información necesaria para la comprensión de este Espacio Natural: mapas, maquetas, reconstrucciones gráficas, un vídeo sobre la Zona Arqueológica... así como todo lo necesario para recorrerlo.
- Visita también el Centro de Recepción de visitantes, donde poder ampliar la información sobre la zona y desde el que se organizan visitas guiadas por el yacimiento.
- Accede hasta el mirador de Orellán, en la localidad del mismo nombre, para contemplar la mejor y más impresionante vista de las Médulas y poder acceder a una de las galerías originales del yacimiento.



### Gastronomía

La provincia de León cuenta con más de 15 entidades reguladoras que garantizan la calidad y el buen hacer de otros tantos productos típicos de esta tierra.

La gastronomía leonesa es rica, en embutidos, carnes y pescados, legumbres, frutas, queso, hortalizas y dulces, gracias a su variada orografía y al cuidado con el que las gentes leonesas la han tratado con el paso de los siglos

**Quesos:** El más famoso es el de Valdeón (Indicación Geográfica Protegida), de recio sabor e intenso aroma. Pero en la provincia también se elabora el llamado queso pata de mulo, más compacto y seco que el queso de Burgos, con sabor lechoso, húmedo, suavemente ácido y salado.

**Carnes:** Cabe destacar el Lechazo Montañas de Teleno (Marca de Garantía), y la Ternera del Bierzo.



**Verduras:** Entre los productos de la huerta destaca el Puerro de Sahagún (Marca de Garantía), el Tomate de Mansilla de las Mulas, el puerro de Sahagún, los pimientos de Fresno de la Vega y los pimientos asados de el Bierzo (Indicación Geográfica Protegida)

**Frutas:** La gran reina de las frutas de la provincia de León es la manzana reineta de El Bierzo, que cuenta con Denominación de Origen. Otra de las variedades frutícolas cultivadas con singular éxito en la provincia, concretamente en El Bierzo, es la pera conferencia que cuenta con su propia Marca de Garantía.

**Legumbres:** Ejemplos insuperables son la Alubia de La Bañeza o la Lenteja Pardina de Tierra de Campos, ambas con Indicación Geográfica Protegida.

**Carnes curadas:** Destacan la cecina de vacuno de León (Indicación geográfica Protegida), el botillo berciano (Indicación geográfica Protegida) y la Cecina de Chivo de Vegacervera (Marca de Garantía).

**Morcilla:** Sus características propias la diferencian de otras variedades existentes en España. Hecha con sangre, pan y cebolla.

**Chorizo:** El clima de la provincia favorece la gran calidad de su chorizo. Se distinguen por su presentación en forma de corra.

**Reportería tradicional:** Destacan las Matecadas de Astorga (Indicación Geográfica Protegida), los Hojaldres de Astorga, los Nicanores de Boñar, los Lazos de San Guillermo y los Imperiales de La Bañeza.

**Vinos: Denominación de Origen Bierzo.** Ya hace 2.000 años, las citas de Plinio El viejo y Estrabón se referían a la existencia de viñedos en esta comarca leonesa. En la actualidad la uva utilizada es la mencía, autóctona, para los tintos y Doña Blanca y Godello para los blancos

**Denominación de Origen Tierras de León.** Se extiende entre las riberas del Esla y del Cea. Existen noticias sobre las cosechas vinícolas de esta zona que surtían a los monasterios de Sahagún ya en el siglo XI. La particularidad de esta tierra, que la diferencia de cualquier otra del mundo es, sin duda, su variedad autóctona de uva Prieto Picudo.





Todos estos productos constituyen la base de una tradición gastronómica cuyas recetas son un placer para los paladares más exquisitos. En la gastronomía leonesa destacan el cocido maragato, el cocido montañés, el botillo, la caldereta de cordero, las sopas de trucha, las empanadas, el batallón, y las ancas de rana.

## Deportes

El entorno natural privilegiado de la provincia de León favorece la práctica de deportes al aire libre.

**Esquí. Estación de esquí y de montaña de San Isidro.** La estación está situada al norte de la provincia de León, en los términos municipales de Puebla de Lillo y Valdelugueros y posee unas cotas esquiabiles desde 1.500 hasta 2.100 metros de altitud. San Isidro ofrece unas excelentes condiciones para la práctica del esquí puesto que, además de ser una estación modernamente equipada, posee una gran variedad de pistas con distintos niveles en sus más de 34 kilómetros de pistas (27,4 km alpinas y 6,6 especiales) que se adaptan a cualquier nivel de esquí. La estación y su zona de influencia cuentan con todos los servicios y equipamientos necesarios de una estación de primera categoría.



**Estación de esquí y de montaña de Valle de Laciana/Leitariegos.** Se ubica en el noroeste de la provincia de León, en plena Cordillera Cantábrica, a una altitud entre 1.513 y 1.800 metros. Sus pistas yacen sobre la base del Cueto Arbás, el primer 2.000 de la Cordillera cantábrica por el oeste. Si el entorno natural que rodea la estación es excepcional, las variadas rutas alternativas que se abren al visitante se multiplican en la vertiente leonesa de la cordillera. Es una estación tranquila y acogedora, de trato personalizado y ubicada en un entorno natural privilegiado, ideal para la iniciación al deporte blanco y snow que cuenta con todos los servicios necesarios para disfrutar del deporte blanco.





**Senderismo:** Existen numerosas rutas por toda la provincia para caminar y disfrutar del paisaje, entre las que se encuentran rutas y senderos de montaña e itinerarios más llanos por riberas y humedales.

**Actividades náuticas:** Algunos de los ríos y pantanos de la provincia ofrecen la posibilidad de practicar deportes como el rafting o el piragüismo.



**Espeleología:** Las montañas leonesas albergan numerosas cuevas en las que practicar este deporte, con la seguridad de hacerlo dirigido por especialistas de diversas empresas leonesas de turismo activo.

**Barranquismo y escalada:** Desde Picos de Europa hasta Cuatro Valles, existen numerosos puntos donde practicar estos deportes e incluso escuelas de iniciación.

**Equitación y rutas ecuestres:** Existen rutas para realizar a caballo en numerosos puntos de la provincia.



## León capital

Cruce de civilizaciones, estilos artísticos y destinos históricos, un sol de muchos siglos ha ennoblecido la bimilenaria capital leonesa, fundada por una de aquellas legiones cuyo destino manifiesto era conquistar, urbanizar e integrar. El primitivo campamento establecido a la vera de los ríos Torío y Bernesga evolucionó hasta convertirse en una de las ciudades más importantes del norte peninsular, foco de próspero comercio y sede de la burocracia imperial.

En el año 910, el monarca García I instalaba su corte en el vetusto campamento legionario, dando inicio a un linaje regio que impuso un sello muy personal durante sus tres siglos de existencia. A los reyes leoneses se debe la definición de un hito legislativo trascendental, que toma forma en las primeras cortes de inspiración predemocrática convocadas en Europa. Un timbre de honor que se remonta al año 1188, cuando el trono estaba ocupado por el joven Alfonso IX. Durante el año 2010 se conmemora el 1.100 aniversario del nacimiento de una dinastía cuya contribución resultaría decisiva para la conformación de la España que hoy en día conocemos. Las Cortes de Castilla y León han concedido a la basílica de San Isidoro una medalla de oro por ser "cuna del parlamentarismo", marca de fábrica para una ciudad que, por esta y otras razones, presume con legítimo orgullo de su estatus legendario.

Uno de los ingredientes básicos en la forma de ser leonesa es, sin duda, el **Camino de Santiago**, viaje cultural e iniciático que ha moldeado en buena medida el perfil de la capital. León creció gracias a la Vía Láctea de los alquimistas, una escuela de vida que fue columna vertebral del progreso en Europa y mantiene en la actualidad toda su vitalidad.

Pasaron las centurias y aquel mundo caduco se hizo añicos a comienzos del siglo XIX, después de que las tropas napoleónicas dejaran huella de su triste paso por nuestro solar.

La cartera de logros leoneses ha crecido con el tiempo, debido a los ilustrados que apostaron por traer luces y progreso a una ciudad tan cómoda como apetecible.

A comienzos del tercer milenio, León es un núcleo urbano experto y lleno de vida, cuya identidad cultural se ha forjado a lo largo de los siglos. Fiel a la heráldica de la memoria, conserva un casco histórico con empaque de obra maestra que se despliega en el hermoso catálogo de palacios, iglesias y monumentos. Perfecto decorado al que también se asoma el rostro del futuro, bien explícito en edificios de perfil audaz y cosmopolita. Pasan las generaciones, cambian las dinastías, pero las leyes del corazón han dictado sentencia: León preserva una mitología eterna e inamovible, tejida con hilos de modernidad y los más exquisitos fragmentos del pasado.



### “La Ciudad”

La biografía familiar de León, una ciudad manejable, culta y en buena medida peatonal, tiene como primera y obligada referencia a la **Catedral** , cuya exactitud y vistosidad rozan la perfección. Templo iniciado a mediados del siglo XIII, el elemento más característico de la **Pulchra leonina** es el conjunto de vidrieras incluido entre los grandes hitos europeos en su género. Son alrededor de 1.900 metros cuadrados que configuran todo un alarde de luminosidad y colorido. Nos encontramos en la plaza de Regla, un enclave ideal para aparcar las prisas y disfrutar de cada minuto. Por ejemplo, en el **museo Sierra Pambley** , una muestra que recrea la vida social y las modas decorativas de esta familia perteneciente a la burguesía ilustrada del siglo XIX.



A un lado del templo catedralicio se encuentran las **termas romanas** , testimonio de refinamiento por parte de un imperio que llegó, venció y construyó. Y en la parte trasera damos con las **murallas** , piedras pulidas por el tiempo que se remontan al siglo III.

En los últimos tiempos se han rescatado decenas de lápidas funerarias que estaban incrustadas en las murallas, algunas de ellas pintadas y dedicadas a varios niños de la época. La **calle Ancha** , una de las más bonitas del entramado urbano, brilla con el aderezo propio del talento leonés, hecho que queda patente en los distintos edificios decimonónicos y establecimientos con enorme solera.





Cada rincón tiene una leyenda digna de oírse, como prueba el rehabilitado **palacio del Conde Luna** . Esta mansión nobiliaria, donde se asentaba el tribunal de la Inquisición, ha experimentado una completa remodelación para ser sede de la **Universidad de Washington** y futuro **museo del Reino de León**. Nos adentramos ahora en una telaraña medieval compuesta por calles que ostentan la categoría de monumentos. Aquí se alza la **iglesia de Palat de Rey**, ordenada construir por Ramiro II para que su hija Elvira profesara como monja. Ha aguantado con gallardía el paso de los siglos, y en la actualidad alberga un moderno espacio expositivo.



Adentrarse en el casco antiguo equivale a pasar las páginas de un libro de historia. El ayer y el hoy de León queda patente en la **Plaza Mayor**, amparada en uno de sus lados por el antiguo Consistorio. Este castizo espacio ha sido, a lo largo de los siglos, centro de charla y encuentros, además de acoger desde 1660 los mercados semanales que se celebran los miércoles y sábados. Muy cerca, la **iglesia de San Martín** se ve escoltada por una artística fuente fechada en 1801. En cuanto al templo, cobija piezas artísticas tan sobresalientes como una **Piedad** de **Luis Salvador Carmona**.





La **plaza de San Martín** es el epicentro del bautizado como **Barrio Húmedo**, un lugar bohemio de bares y restaurantes donde la vida local alcanza su más divertido apogeo. Con la llegada de la noche, su amable ambiente se llena de jóvenes con muchas ganas de pasarlo bien. A modo de emblema monumental, la **casa de las Carnicerías** se remonta al siglo XVI y estaba ocupada antaño por los abastecedores de carne.

En León nada está demasiado lejos, así que nuestro siguiente destino es el **palacio Don Gutierre**. En un extremo de la calle de la Rúa, la antigua Rúa de los Francos, vemos el **convento de las Concepcionistas**, durante cientos de años una isla de meditación y recogimiento. Algo similar ocurre en la vecina **iglesia del Mercado**, cuyos piadosos muros están empapados de antigüedad. En su parte trasera, la plaza del Grano exhibe todo el discreto encanto de lo popular en su empedrado, el crucero, la exquisita fuente y el **convento de las Carbajalas**.



Para impregnarse del color local, nada mejor que reanudar nuestro paseo en la plaza de San Marcelo, uno de los puntos neurálgicos de la capital. Su imponente puesta en escena se debe a la **iglesia de San Marcelo**, consagrada al centurión romano que fue martirizado por abrazar la fe cristiana, el **palacio de Torreblanca**, asiento para una sociedad recreativa, y el **Ayuntamiento de León**.

Testimonio del señorío medieval, el **palacio de los Guzmanes** es una obra iniciada en 1559 que ha sufrido posteriormente di versas restauraciones y mejoras. Considerado el más importante monumento civil de la ciudad, entre otros detalles por su escalinata, acoge desde 1882 a la Diputación Provincial.





Frente por frente, la **casa de Botines** se configura como un espléndido poema visual debido al talento del catalán **Antonio Gaudí**. Fue construida en la última década del siglo XIX para el comerciante **Juan Homs y Botinás**, y de ahí la particular denominación de un edificio creado para dejar volar la imaginación. León luce su fisonomía más mundana en la **plaza de Santo Domingo**, aureolada por una hilera de construcciones con enorme rango urbano. Una de ellas es **Pallarés**, antiguo almacén de ferretería y otros usos que ha sido reconvertido en **museo de León**. La colección se compone de más de 2.500 piezas, entre las que destacan distintos testimonios de época romana y medieval.



La **calle del Cid** es el eje central del **Barrio Romántico**, una zona en la que predomina la alegría de vivir, muy presente en sus numerosos establecimientos de ocio. Nebulosas tradiciones orales aseguran que aquí mismo habitó el legendario **Cid Campeador**, todo un héroe del pasado. Salpicado de rincones igual que postales, una tranquila y apacible atmósfera impregna el coqueto jardín, convertido en escenario sentimental para promesas de fidelidad eterna y desencuentros amorosos.

Leyendas aparte, la belleza de las piedras de la **basílica de San Isidoro** nos habla desde su silencio inmemorial. Se trata de la expresión más completa del arte románico en España, auténtico documento en piedra donde palpita la mágica historia de lo que fue el Reino de León. Su **Panteón Real** acoge los restos de distintos monarcas y otros personajes pertenecientes a la estirpe que creó un imperio.





Pero León tiene mucho más que enseñar. Ahí tenemos la cercana **Puerta Castillo**, único arco que queda en pie de las once entradas originales que tuvo la ciudad. Y a su lado, como prenda de nobleza y grandeza, la fortaleza que señoreaba los distintos barrios capitalinos. Posteriormente se utilizaría como prisión y ahora, tras experimentar un completo lifting arquitectónico, es la sede del Archivo Histórico Provincial, cobijo para cientos de testimonios de la vida local.



Con el buen gusto por bandera, la **Fundación Vela Zanetti** ha elegido la varias veces centenaria **Casona de Villapérez** para abrir una muestra que recoge buena parte de la obra del pintor **José Vela Zanetti**, autor igualmente del mural realizado para la **sede de Naciones Unidas** en Nueva York. Y cerramos el trayecto por el León más brujo en la **iglesia de Santa Marina**, un templo acorde a los cánones clásicos que fue fundado por los jesuitas en 1571. Dentro del recinto interior conviene fijarse en la talla de la **Virgen del Rosario**, una obra espléndida que se debe a **Juan de Juni**.

Lugar de privilegio dentro del mapa sentimental leonés, el **parque de San Francisco** era antaño el escenario elegido para el paseo ciudadano que cerraba cada jornada. En su verde y mimado terreno se acomoda la **f fuente de Neptuno**, tridente en mano, cuya autoría corresponde a Mariano Salvatierra. Frente a ella, el **convento de San Francisco** palpita de recuerdos desde su construcción en 1762.





La melodía urbana llega ahora hasta el **punto de San Marcos**, inaugurado en 1608 sobre antiguas estructuras romanas. Y a su vera, el **hostal de San Marcos**, antiguo hospital jacobeo cuya arquitectura recoge, en un deslumbrante lenguaje plateresco, el eterno afán espiritual de los hombres. Su excelencia y refinamiento no esconden que, en otros tiempos menos afortunados, el interior de su fábrica ejerciera funciones de prisión para personajes tan distinguidos como **Francisco de Quevedo**.



Afortunadamente, León presenta múltiples caras, y de tan exquisito viaje al pasado pasamos casi sin transición a la fiesta visual que supone el **Auditorio**, inaugurado en el año 2002. Su rostro de estética cubista, estructurado a base de ventanas, da entrada a un interior cálido y confortable, ideal para disfrutar de la música. Siguiendo el rastro a una arquitectura concebida como espectáculo, la **Delegación de la Junta de Castilla y León** sintetiza un guiño a lo moderno y lo funcional. Símbolo de luto y respeto, el **tanatorio** se suma con absoluta convicción a las corrientes de nueva arquitectura que son santo y seña del León más actual y mundano, como evidencia la gran lámina de agua que ejerce las funciones de cubierta superior. Cerrando el paseo por esta ciudad que ha sabido crecer sin renunciar a sus orígenes, el **Musac** es una obra de **Emilio Tuñón** y **Luis Mansilla** que ha merecido los más prestigiosos galardones europeos. Se trata de uno de los mejores centros de arte contemporáneo del país, volcado en acercar al visitante a los más radicales movimientos de la vanguardia. Fantástico broche de oro en el decorado urbano de este León del siglo XXI, decidido a entrar por la puerta grande del futuro.





## **Gastronomía**

Ciudad maestra del beber y del vivir, la oferta patrimonial y turística leonesa tiene en la gastronomía uno de sus principales hilos conductores. El paladar se divierte a lo grande con una serie de platos de referencia que parecen condensar la historia culinaria de estas tierras. Un **convite de raíces clásicas** debe incluir alardes de tanto gusto como la **cecina, chorizos, morcillas** y otros derivados del cerdo, o bien las clásicas **sopas de trucha**. Capítulo aparte merecen las carnes, el castizo cocido y distintos manjares procedentes de la exquisita huerta local. Auténtico festín de sabores que se redondea gracias al apartado de postres, surtido de tentaciones golosas que suponen todo un lujo para los sentidos.

Muchos restaurantes apuestan, sin embargo, por una **cocina vanguardista e intuitiva**, aunque siempre inspirada en la exquisita despensa provincial. Es el caso de propuestas de autor con tanto empaque como el **bacalao con alubias de calamar**, la **soda de naranja con helado** y otras muchas creaciones salpimentadas con detalles para los más sibaritas. Tradición y renovación no están reñidas en este tipo de gastronomía contemporánea, de aires refrescantes y creativos, pero muy comprometida con las materias primas de la tierra.

El matrimonio de conveniencia entre el vino o la cerveza y las **tapas, extraordinarias creaciones alimenticias que forman parte de la cultura popular leonesa**, adquiere categoría de auténtico arte en el Barrio Romántico o el Barrio Húmedo, trufados ambos de bares, mesones y tabernas. El ritual obligado del picoteo abarca desde **antológicas tablas de quesos y embutidos hasta memorables pinchos de tortilla, patatas picantes, pulpo, calamares o las llamadas "tapas del papón", una cazuela de garbanzos y espinacas con bacalao que se sirve con motivo de la Semana Santa, acompañando a la clásica limonada.**

Llegado el buen tiempo, **León se puebla de terrazas abarrotadas de charla y risas**. La diversión se prolonga durante la noche, o hasta que el cuerpo aguante, en pubs, discotecas y otros locales de moda que son espacios de encuentro y tolerancia. **Amabilidad y buen hacer constituyen las principales señas de identidad de los distintos templos de diversión pensados para ver y dejarse ver, donde las copas y la música garantizan noches sabrosas y muy largas.**

