

## AVES DEL RECORRIDO BIRDS ALONG THE ROUTE

### Urogallo común (Tetrao urogallus)

Es un ave emblemática de los bosques de montaña, en proceso de desaparición en la península Ibérica. Quedan algunos ejemplares en la cordillera Cantábrica y los Pirineos.

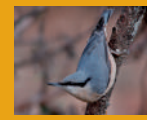


### Capercaillie

It is the most representative bird of the mountain forests, on the brink of extinction in the Iberian Peninsula. There are just a few specimens left in the Cantabrian Mountains and Pyrenees.

### Trepador azul (Sitta europaea)

Ave compacta de un tono azulado en el dorso. Habita en bosques maduros de coníferas y frondosas. Es característica la forma en la que trepa ágil por las ramas.



### European Nuthatch

Small bird with a bluish colour on its back. Inhabits mature, leafy, conifer woods. Has a very characteristic, agile way of climbing trunks and branches.

### Arrendajo (Garrulus glandarius)

Cóvido forestal, omnívoro, de mediano tamaño, ruidoso y gregario. Tiene por costumbre esconder una parte de los frutos que recolecta para alimentarse en el invierno.



### Jay

Member of the Crow family, a noisy, gregarious, medium-sized omnivore. It has the habit of storing part of the fruit it collects to feed itself in winter.

### Camachuelo común (Pyrrhula pyrrhula)

Ave típica forestal, caracterizada por un color rojo muy llamativo, en el caso del macho. Suele presentarse en áreas montañosas, donde permanece casi siempre oculta entre las ramas de árboles y arbustos.



### Northern Bullfinch

Inhabits forests, and the male is characterized by its very noticeable red breast and belly. Normally present in mountainous areas, where it usually stays hidden in the branches of trees and bushes.

### Busardo ratonero (Buteo buteo)

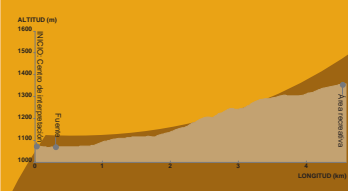
Rapaz de mediano tamaño, con muchas variaciones de plumaje de unos individuos a otros. Muy abundante en toda Europa, debido a su gran capacidad de adaptación a distintos ambientes.



### Common Buzzard

Medium-sized bird of prey, individuals can vary greatly in plumage. Common throughout Europe, owing to its great capacity to adapt to different environments.

## PERFIL TOPOGRÁFICO TOPOGRAPHIC PROFILE



## RECOMENDACIONES RECOMMENDATIONS

- Informarse previamente en la Web sobre el itinerario. Get previous information on the Web.
- Llevar ropa y calzado adecuado, evitando las prendas de colores llamativos. Have adequate clothing and footwear. Avoid bright colours.
- Permanecer en silencio y agudizar los sentidos. Keep quiet and sharpen your senses.
- Usar prismáticos y guías de aves. Use binoculars and bird guidebooks.
- El amanecer y el atardecer son los periodos del día de mayor movimiento de aves. Sunrise and sunset are the best periods of the day for bird watching.

## CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

Tipo de ruta	Lineal
Distancia	9,4 km (i/v)
Grado de dificultad	Bajo
Duración a pie	2h 30'
Duración en bicicleta	1h 45'
Época recomendada	Todo el año

## CHARACTERISTICS OF ROUTE

Type of route	Linear
Distance	9.4 km (out and back)
Degree of difficulty	Low
Duration on foot	2½ hours
Duration by bicycle	1¾ hours
Recommended time of year	All year

## DESCRIPCIÓN DE LA RUTA

La ruta tiene su inicio en Caboalles de Arriba, en el Centro de Interpretación del Urogallo. Esta enclavada en la comarca de Laciana y Alto Sil, en el extremo occidental del territorio de Cuatro Valles, que alberga algunos de los mejores robledales mixtos de la montaña leonesa occidental.

El recorrido, lineal y muy cómodo, transcurre desde Caboalles de Arriba hasta el puerto de Cerrado, y atraviesa un bosque mixto de gran interés donde, junto a los robles, crecen fresnos, álamos, tilos, olmos, hayas, abedules, etc. Prueba del manejo de la tierra por el hombre son los prados de siega que se encuentran repartidos a lo largo del recorrido.

El paseo es idóneo para la observación de aves forestales como el trepador azul, el reyezuelo sencillo, el camachuelo, el arrendajo, el carbonero palustre, el busardo ratonero o la culebrera europea. Además, cabe destacar por su singularidad y el grado de amenaza, la presencia del urogallo.

- 1 Arquitectura tradicional | 2 Pequeña cascada del río Claro | 3 Prados de siega entre muros | 4 Acebo | 5 Área recreativa del Puerto Cerrado

## ROUTE DESCRIPTION

The route begins in Caboalles de Arriba, at the Western Capercaillie (Urogallo) Interpretation Centre. It leads the visitor through the heart of the rural district of Laciana and Alto Sil, in the far west of the Four Valleys area (Cuatro Valles), this area is home to some of the most spectacular mixed oak woods of the western part of the mountains of León.

The route, which is linear and very easy, runs from Caboalles de Arriba through the pass at Cerrado, passing through a mixed wood of great interest which, as well as Oaks, contains Ash trees, Aspen, Lime trees, Elms, European Beech and Birch. The grass meadows which can be seen in many places along the route testify to the use which man has made of this land.

The walk is ideal for observing forest birds such as the Eurasian Nuthatch, Goldcrest, Eurasian Bullfinch, Jay, Marsh Tit, Common Buzzard, and Short-toed Eagle. Of particular interest for its singularity and its status as an Endangered Species, is the presence of the Western Capercaillie.

- 1 Traditional architecture | 2 Small waterfall of Claro river | 3 Harvested meadows between walls | 4 Holly | 5 Recreational area of Puerto Cerrado



Web de Cuatro Valles  
www.cuatrovalles.es

www.birdwatchinginspain.com

Descargate la ruta aquí:

Turismo Rural de Interior y Ornitología



BOSQUE MIXTO  
DE CABOALLES