

CONSEJOS PRÁCTICOS



- El guía adopta un ritmo de marcha según el nivel de recorrido y las circunstancias. No sobrepases al guía. Si te sitúas delante irás imponiendo un ritmo mayor y crearás confusión en los demás, cansarás a los menos preparados y puedes provocar la dispersión del grupo, lo que puede ocasionar posibles pérdidas.
Si vas detrás, no te retrases innecesariamente.
- Permanece atento al recorrido y mantén siempre a la vista a la persona que vaya delante de ti, asegurándote de que sea del grupo. Es la mejor manera de no perdernos. Nunca te quedes detrás del compañero que cierra el grupo.
- Aprender a disfrutar de la naturaleza sin dañarla es un objetivo del Taller. Te rogamos que no produzcas ningún tipo de contaminación medioambiental: No dejes restos inorgánicos (latas, plásticos, etc.) ni orgánicos (restos de fruta o comida). Procura no gritar, cantar o hablar en voz alta y no asustar a los animales.
- Lleva ropa y calzado adecuado, previendo que el tiempo puede cambiar, sobre todo en la montaña, chubasquero o impermeable, agua y algo de comida.

Más información:
tallermedioambiente@usmr.ccoo.es

[Para inscripciones pinchar aquí](#)



Salida: 08.30 horas

En la estación de Atocha del AVE salida C/ Méndez Álvaro
(en la parada de bus frente al restaurante Asturias)

Precio:

30€ personas afiliadas - 35€ no afiliadas.
Incluye: autobús, comida y seguro

ÁVILA.Y VETTONIA. CULTURA Y NATURALEZA

En esta ocasión nos dirigimos a Ávila centrándonos en la cultura de los vettones, pobladores prerromanos de la península ibérica.

Nuestro recorrido empieza con una primera toma de contacto con la cultura vettona visitando el Centro de interpretación del Castro de las Cogotas en Cardeñosa.. Continuamos nuestra andadura visitando in situ el Castro de las Cogotas en el cerro del mismo nombre. En el castro se pueden ver perfectamente sus murallas, su trazado, así como su emplazamiento defensivo.

Nuestra ruta continúa en autobús a la ciudad medieval de Ávila visitando el Centro de Interpretación de la Cultura Vettona en el Torreón de los Guzmanes en los intramuros de la ciudad.

Llegado este momento del día nos dirigiremos al restaurante reservado para reponer fuerzas.

La tarde nos reserva una visita cultural a la ciudad amurallada donde podremos disfrutar de su historia y sus leyendas así como de sus iglesias, catedral y como no.....de su muralla siempre presente!!

CASTRO DE LAS COGOTAS



TORREÓN DE LOS GUZMANES

LA MURALLA DE ÁVILA



Se trata de un poblado celta y su necrópolis, descubierto en el año 1876. Tuvo su máximo esplendor entre los siglos V y III a. C.. Está situado junto al río Adaja, en el cerro de las Cogotas, en medio de piedras berroqueñas y encinares frondosos, con abundancia de pastizales y cercanía de tierras llanas y fértiles en que practicar la agricultura.

Fue mandado construir por el linaje de los Mújica en el siglo XVI. Destaca la torre cuadrangular renacentista Declarado Monumento Nacional en 1983, actualmente es sede de la Diputación Provincial de Ávila. En las antiguas caballerizas se ha instalado "vetona", el Centro de Interpretación de la cultura vettona.

Esta fortificación medieval construida entre los S. XI y XVI, es considerada uno de los conjuntos defensivos mejor conservados de Europa. Con más de 2.500 metros de longitud y 88 torreones, la muralla rodea el casco antiguo de la ciudad, protegiendo su patrimonio histórico. Es Patrimonio de la Humanidad por UNESCO, y símbolo de riqueza histórica y cultural de Ávila.

UN POCO DE HISTORIA

Los vettones fueron uno más de tantos pueblos que habitaron la península Ibérica desde finales del siglo V a.C. encuadrados dentro de lo que se conoce como cultura céltica. Las fuentes de la época los situaban en las actuales provincias de Ávila, Salamanca, Cáceres, parte de Toledo y de Badajoz.

Su forma de poblamiento eran los hoy llamados Castros, lugares elegidos por sus condiciones defensivas naturales que eran además reforzados por potentes murallas, torres, campos de piedras hincadas para dificultar el acceso de la caballería, fosos, etc.

Ávila tiene una rica historia que se remonta a la época romana, cuando fue conocida como "Abila". A lo largo de los siglos, la ciudad ha sido testigo de diversas influencias, incluyendo la celta y la musulmana, antes de ser repoblada en el siglo XI tras la Reconquista. Durante la Edad Media, Ávila se consolidó como un importante centro religioso y militar, destacando por su imponente muralla, En el siglo XVI, la ciudad fue también un centro de misticismo y espiritualidad con la presencia de Santa Teresa de Jesús.

Es Patrimonio de la Humanidad desde el año 1.985.

