



Provincia de
Burgos
origen y destino
Demand-Pinares



Demanda-Pinare



Castilla y León

Burgos



Sierra de La Demanda



Descarga el mapa turístico completo de Sierra de la Demanda-Pinares



Ermita Visigótica. Quintanilla de las Viñas



Lagunas glaciares. Neila



Milagro de la Luz. Monasterio S.Juan de Ortega



Patrimonio Indiano. Pradoluengo



Camino de Santiago



Románico Serrano. Vizcainos



Los Jefes de Silos. Fiesta de interés turístico regional



Ruta Tierra de Dinosaurios



Batalla de Atapuerca. Fiesta de interés turístico regional



- 
- 05. Demanda-Pinares**
Naturaleza viva
 - 06. Naturaleza**
 - 10. Turismo activo**
 - 12. Cultura y Patrimonio**
 - 16. En familia**
 - 19. Gastronomía**
 - 22. Planifica**

Vía verde de la Sierra de La Demanda



Demanda-Pinares

Naturaleza Viva

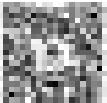
En el sureste de la provincia de Burgos, se alza la **comarca burgalesa Demand-Pinares**: un territorio de contrastes donde la naturaleza, la historia y las formas de vida se funden en un paisaje único. **Las cumbres más altas de la provincia** —muchas veces nevadas— se asoman a valles infinitos, bosques de pinos, hayas y robles, cañones escarpados, lagunas glaciares y ríos de aguas limpias.

Aquí, cada piedra guarda un relato: huellas de dinosaurios, árboles fósiles, necrópolis altomedievales y monasterios que fueron cuna del Reino de Castilla. La historia se respira en el **castillo de Lara**, en el **monasterio de San Pedro de Arlanza** o en los pasos de los antiguos peregrinos por el **Camino del Cid**, el **Camino de Santiago** o el **Camino de San Olav**.

Esta tierra conserva su alma rural: oficios como la carretería, la trashumancia o el trabajo forestal siguen presentes en las fiestas, la arquitectura y la vida diaria. **Yacimientos como los de Atapuerca y tres parques naturales** completan un territorio vivo, auténtico y lleno de sensaciones.

Déjate llevar por su esencia, camina despacio, escucha lo que sus bosques te cuentan... y comparte tu experiencia.

#Sierradelademandapinaresyelvalle



Echa un ojo a nuestras páginas web:

www.sierradelademandapinaresyelvalle.com
www.pinaresyelvalle.com



Parque Natural Sabinares
del Arlanza – La Yecla

Naturaleza *viva y protegida*

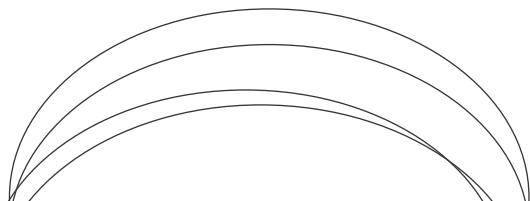
La comarca Demanda – Pinares es un mosaico natural de gran valor ecológico, geológico y paisajístico.

Este **macizo montañoso**, articulado en torno a las **sierras de San Millán, Mencilla y Neila**, alberga el techo de la provincia: **el pico San Millán (2.131 m)**.

Sus cumbres muestran huellas del glaciarismo cuaternario, con circos, morrenas y **lagunas de origen glaciar**.

La sierra está formada por materiales paleozoicos —entre los más antiguos de la península— y representa una encrucijada biogeográfica: **un enclave húmedo y eurosiberiano en medio de un mundo mediterráneo**.

Hayedos relictos, rebollares, sabinares y selvas de pino albar albergan una rica biodiversidad, con especies como el lobo, el gato montés, la nutria, el búho real o el águila real.

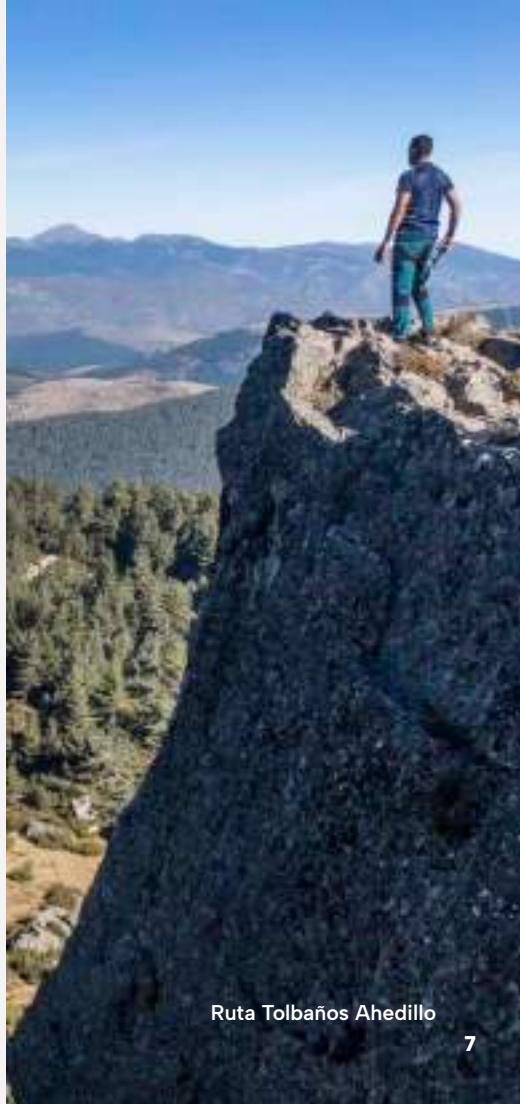


Gran parte de este espacio está protegido por la **Red Natura 2000 (ZEPA, LIC y ZEC)** y cuenta con tres parques naturales: **Cañón del Río Lobos, Lagunas Glaciares de Neila y Sabinares del Arlanza-La Yecla.**

La Demanda actúa además como divisoria natural entre las **cuencas del Ebro y del Duero**, con varias reservas fluviales que muestran el excelente estado de conservación de sus cabeceras.



La comarca Demanda-Pinares es un enclave montañoso único en Burgos, con el pico San Millán como punto más alto (2.131 m). Destaca por su riqueza geológica, biodiversidad y paisajes glaciares.



Ruta Tolbaños Ahedillo

Espacios naturales

Parque Natural Sabinares del Arlanza-La Yecla:

En el extremo sur de la Sierra de la Demanda se extiende uno de los **sabinares más extensos y mejor conservados del planeta**. En él, el **desfiladero de La Yecla** ofrece una experiencia única entre pasarelas, roca caliza y un paisaje vertical sorprendente. Rutas a pie, en BTT o a caballo permiten explorar este entorno singular, que también incluye iconos culturales como los míticos escenarios cinematográficos **"Cementerio de Sad Hill"** o el campo de prisioneros **"Fuerte Betterville"**.



Parque Natural Lagunas Glaciares de Neila:

Este conjunto de **ocho lagunas de origen glacial** se reparte entre lomas, circos y paredes de alta montaña. Negra, Cascarda, Larga, Pardillas, Patos, Brava, Oruga y Muñalba forman un paisaje de contrastes ligado a los ecosistemas acuáticos.

El parque está incluido en la **Red Natura 2000** y cuenta con una Casa del Parque en la antigua iglesia románica de San Miguel, en Neila.



Parque Natural Cañón del Río Lobos:

Profundo y escarpado, este **cañón de caliza** alberga un bosque mixto de sabina y pino laricio. En sus cortados anidan decenas de **parejas de buitres leonados**, así como **águilas reales, alimoches y otras rapaces**.

Entre los mamíferos destacan el corzo, jabalí, gato montés o la nutria. **El senderismo** permite recorrer su eje fluvial y descubrir su biodiversidad desde dentro.

3

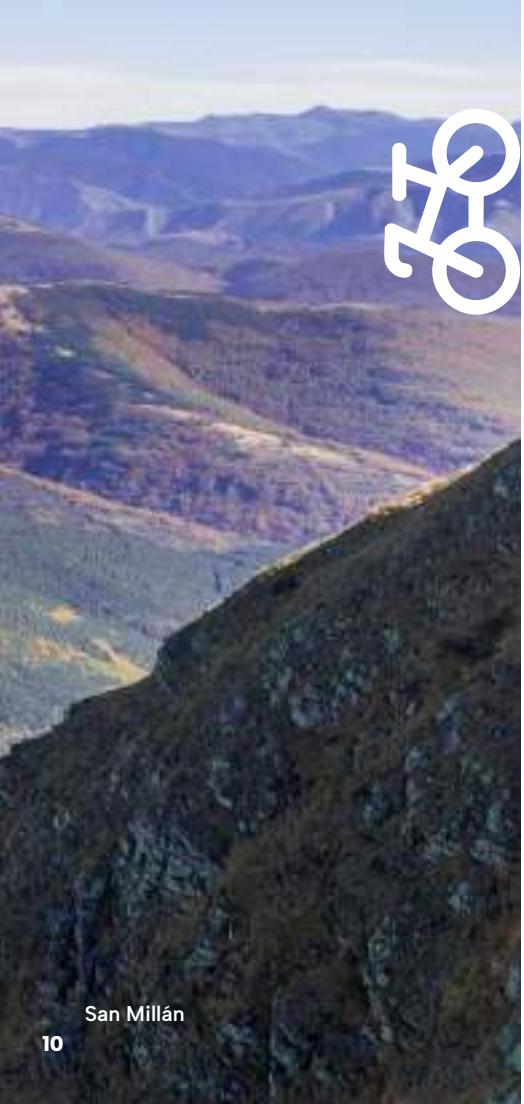


4

Senderos con historia: El Valle Minero:

La **historia minera de la Sierra de la Demanda** está muy viva en este valle que hoy se recorre a pie o en bicicleta por la **Vía Verde del Ferrocarril Minero**. Desde San Adrián de Juarros parte el Sendero Minero, que recorre la tierra de Juarros. Cerca de aquí en localidades como Olmos de Atapuerca o Alarcia, aún pueden visitarse minas como la **Mina Esperanza**, hoy abiertas al turismo.





San Millán



Turismo *activo*

En Demanda – Pinares, la naturaleza invita a vivirla con intensidad. Es un territorio perfecto para quienes buscan moverse al ritmo del paisaje: **a pie, en bicicleta o corriendo por la montaña.**

Sus caminos carreteros, senderos señalizados y antiguas vías forestales cruzan bosques, cumbres y desfiladeros en plena conexión con el entorno. Los amantes del **BTT y del trail running** encontrarán aquí recorridos exigentes y variados, entre pinares y montañas que ofrecen tanto desafíos como paisajes inolvidables.

El senderismo permite disfrutar de rutas con historia, como la **Vía Verde del Ferrocarril Minero**, los caminos de trashumancia o las **ascensiones a cumbres** como el **Pico San Millán (2131 m)**.

En otoño, la **micología** se convierte en otra forma de explorar. Los bosques de la comarca son auténticos santuarios de setas y hongos, y cada año se celebran jornadas con salidas guiadas, exposiciones y degustaciones.

Y para quienes buscan experiencias únicas, esta comarca permite revivir cómo era la vida en la **Prehistoria**, recorriendo paisajes habitados por nuestros antepasados y especies que convivieron con ellos.

Paleolítico Vivo:

Retrocede más de 10.000 años y sumérgete en la vida de nuestros antepasados.

En esta **reserva natural** situada en el entorno de **Atapuerca**, podrás participar en un safari prehistórico para **observar animales** como el **bisonte europeo** o el **caballo de Przewalski**, aprender **técnicas de caza** y conocer las **herramientas** que usaban los primeros humanos. Una experiencia educativa y emocionante en plena naturaleza.

1



2

Rutas de BTT, running, senderismo y micología:

La comarca está jalona de **rutas señalizadas** para recorrer a pie, en bicicleta o corriendo. Desde **senderos** entre hayedos y pinares hasta ascensiones a cumbres o travesías de largo recorrido, el territorio ofrece opciones para todos los niveles.

En **otoño**, los amantes de las setas encontrarán un verdadero **paraíso micológico**, con la posibilidad de recolección (con permiso) y participación en **jornadas divulgativas y gastronómicas**. Un destino para respirar aire puro, descubrir, soltar adrenalina... y sentir que la aventura empieza nada más llegar.



San Juan de Ortega
(Camino de Santiago)

12

Cultura y patrimonio

Demanda-Pinares conserva un legado cultural que se siente en cada pueblo, en cada tradición, en cada piedra.

Monasterios como **San Pedro de Arlanza**, **Santo Domingo de Silos** o **San Juan de Ortega** se alzan como guardianes del tiempo.

Iglesias y ermitas del **románico serrano**, galerías porticadas, **necrópolis** excavadas en roca y **antiguos eremitorios** completan este viaje a la Edad Media.

El pasado también se recorre a través de caminos históricos como el de **San Olav**, el de **Santiago** o el **Camino del Cid**.

La **cultura local** se celebra en danzas ancestrales como el paloteo, en fiestas como la **pingada del mayo** o en fiestas históricas, hoy declaradas de interés turístico. Y en pueblos como Pradolongo, el **legado de los indianos** y la industria textil sigue vivo en su arquitectura, plazas y memoria colectiva.

Grandes monasterios y románico serrano:

La Sierra de la Demanda burgalesa conserva un valioso **legado medieval** donde destacan monasterios como **San Pedro de Arlanza**, **San Juan de Ortega** o **Santo Domingo de Silos**, con su famoso claustro románico.

En torno a ellos nació la llamada “escuela de la Sierra”, una expresión única del **románico rural** que dejó su huella en iglesias y ermitas de pueblos como **Pineda de la Sierra**, **Jaramillo de la Fuente**, **Vizcaínos** o **Barbadillo de Herreros**.

1



2

Camino de San Olav:

Inspirado en la figura de la princesa Kristina de Noruega (Covarrubias), **este recorrido conecta Burgos con la ermita de San Olav**, en Valle de los Lobos en **Covarrubias**.

La ruta atraviesa pueblos de la Tierra de Lara como Mambrillas de Lara o Revilla del Campo, y permite visitar lugares como el **Dolmen de Cubillejo**, la **ermita visigótica de Quintanilla de las Viñas** o los **yacimientos de icnitas de dinosaurio**.



Patrimonio indiano en Pradoluengo:

En la cara norte de la Sierra de la Demanda, **Pradoluengo** conserva un importante legado textil e indiano.

Durante el siglo XIX, muchos vecinos emigraron a América y, a su regreso, transformaron el pueblo con **elegantes palacetes, jardines y edificios públicos**.

Hoy puede recorrerse una ruta urbana que muestra esta historia de ida y vuelta.

4



Fiestas de interés turístico:

Desde la **Batalla de Atapuerca** hasta la **Pasión de Covarrubias** o la **Fiesta de los Jefes** en Santo Domingo de Silos.

Esta tierra mantiene vivas sus tradiciones con celebraciones que combinan historia, participación popular y emoción colectiva.



3

5



La pingada del mayo y los paloteos:

Existen tradiciones como la **pingada del mayo**, en la que los mozos levantan un gran pino en la plaza del pueblo.

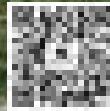
Las **danzas del paloteo**, con su música y colorido ancestral, son símbolos de identidad que aún hoy se viven con orgullo en numerosas localidades serranas.

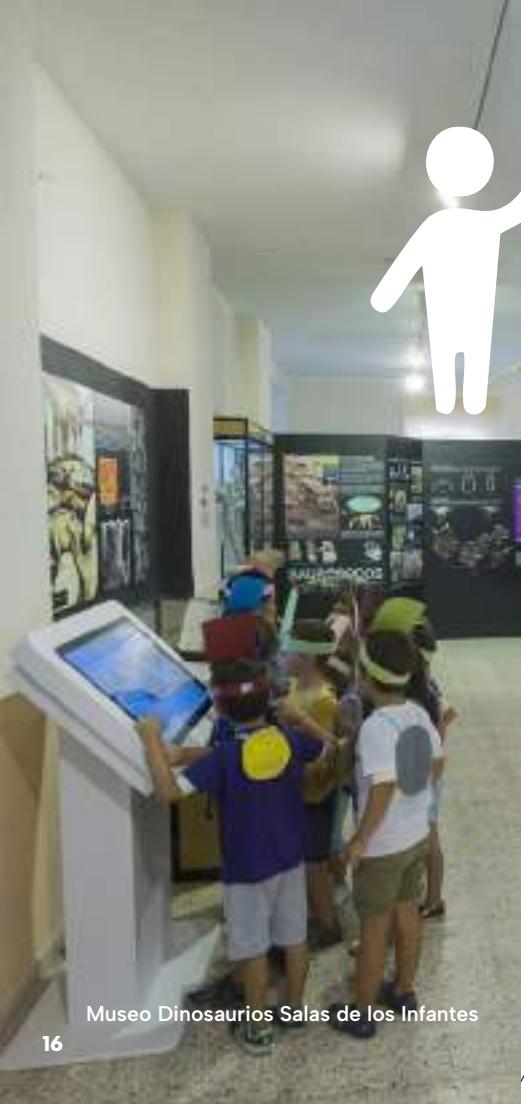
6

Necrópolis altomedievales:

La comarca cuenta con una de las **mayores concentraciones de necrópolis y eremitorios** altomedievales de Europa. Cuyacabras, Regumié, Palacios de la Sierra, Vilviestre del Pinar o el Comunero de Revenga permiten descubrir **tumbas excavadas en roca** en plena naturaleza.

El Centro de Visitantes de Palacios de la Sierra ayuda a interpretar este patrimonio único.





Museo Dinosaurios Salas de los Infantes

En familia

curiosidad compartida

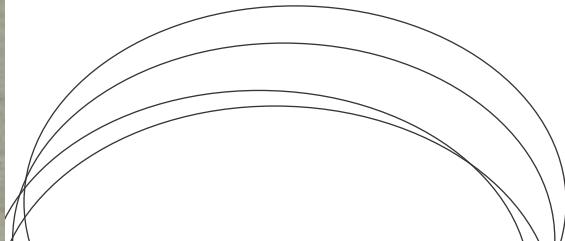
Viajar en familia por la Sierra de la Demanda y Pinares es descubrir, aprender y disfrutar todos juntos.

Es recorrer senderos accesibles entre bosques y montañas, explorar **yacimientos únicos como los de Atapuerca** o seguir las huellas de **dinosaurios** en plena naturaleza.

Espacios como los **Museos Vivos** o el **Comunero de Revenga** permiten conocer de forma amena y participativa los **oficios tradicionales**, la historia y el vínculo de los pueblos con su entorno.

Los **centros de interpretación**, áreas recreativas y propuestas didácticas convierten cada parada en una experiencia.

Aquí, cada día es una aventura que une generaciones, despierta la curiosidad y deja recuerdos compartidos.



Yacimientos de Atapuerca:

Patrimonio Mundial de la UNESCO, los **yacimientos de Atapuerca** son clave para entender la **evolución humana**.

Se pueden visitar con guías expertos, recorrer el **CAYAC (Centro de Acceso a los Yacimientos)**, y vivir la arqueología experimental en el **CAREX**, donde grandes y pequeños aprenden jugando cómo vivían los primeros humanos.



1



Ruta Tierra de Dinosaurios:

En el sureste de la provincia de Burgos, esta ruta invita a descubrir **yacimientos de huellas fósiles** en Mambrillas de Lara, Salas de los Infantes y Regumiel de la Sierra.

Incluye enclaves como **La Pedraja o Costalomo, y el Museo de Dinosaurios de Salas de los Infantes**, ideal para toda la familia.



3

Museos Vivos:

Una red de pequeños **museos** repartidos por la comarca donde cada objeto cuenta una historia. Museos que gracias a **un sistema de apertura automática**, abren sus puertas **todos los días del año**. Puedes reservar a través del código QR. Museos Vivos en La Demanda y Pinares:

El Museo del Árbol Fósil en Hacinas – Museos de Instrumentos Musicales en Silos – Museo del Libro en Covarrubias – Aula del Jurásico de Torrelara – Centro de Información Turística de Atapuerca – Museo de la Fragua y Potro de Herr en Aldea del Pinar – Museo de la Trashumancia en Neila

Comunero de Revenga:

Un espacio natural rodeado de pinares que alberga una **necrópolis medieval**, la ermita de **Nuestra Señora de Revenga** y la **Casa de la Madera**, centro de interpretación de la gestión forestal.

Zona ideal para paseos, ocio familiar, juegos tradicionales y gastronomía serrana.

4



Gastronomía

sabores con identidad

La cocina de esta comarca es un reflejo de su tierra y su gente. **Caza, pesca, micología, agricultura de temporada y ganadería extensiva** forman la base de una gastronomía sencilla, sabrosa y auténtica.

Platos como **el ajo carretero**, la olla podrida o las sopas de pastor nos hablan de fogones con historia.

Ferias gastronómicas, jornadas micológicas y mercados tradicionales ponen en valor estos productos locales.

Las rutas del vino y las bodegas del Arlanza invitan a descubrir **pueblos con encanto** como **Covarrubias o Santo Domingo de Silos**, donde el paisaje y la mesa se encuentran en armonía. Degustar esta tierra es otra forma de conocerla: cada bocado cuenta una historia... y cada copa brinda por el territorio que la inspira.



Feria de la Alubia
de Ibeas de Juarros

Ruta del Vino Arlanza y pueblos bonitos:

Viñedos, bodegas tradicionales y pueblos con carácter definen esta ruta que recorre el corazón vitivinícola de la comarca.

Covarrubias y Santo Domingo de Silos son dos joyas donde se funden patrimonio, paisaje y cultura del vino. Una propuesta para disfrutar con calma, copa en mano.

1



20



2

Micología en Demanda-Pinares:

La comarca es un **paraíso micológico**. Cada otoño, bosques y montes se llenan de recolectores y curiosos.

Salas de los Infantes, Covarrubias o los pueblos de Pinares acogen jornadas, talleres y degustaciones para aprender y saborear este producto tan valorado.

Ferias gastronómicas:

En Ibeas de Juarros, la **Feria de la Alubia** rinde homenaje a la tradicional olla podrida.

En Covarrubias, la **Feria de la Cereza** se convierte en un mercado medieval lleno de color, sabor y productos locales. Y la **Feria de la Trufa** pone en valor este tesoro gastronómico con actividades para todos los públicos.



4

Ajo carretero:

Plato emblemático de la comarca de Pinares, el ajo carretero tiene su origen en los antiguos oficios serranos.

Cocinado lentamente con carne de oveja, ajo, cebolla, pimiento seco, tomate y pimentón, es un guiso que resume la esencia de una cultura ligada al monte, al fuego y al compartir.



3

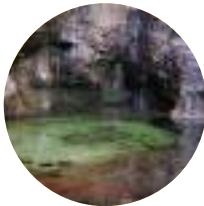
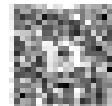


Atardecer desde Monasterio de la Sierra

Planifica *Tu viaje*

Consulta rutas, experiencias, visitas y alojamientos para disfrutar al máximo de tu estancia en la Sierra de la Demanda y Pinares.

Toda la información en nuestras páginas web:



BURGOS

Origen y Destino

Encuéntranos en redes sociales
o en nuestra página web:



 @BurgosTur

 @burgostur

 @BurgosTur

 @turismoburgos

 @turismoburgos



Financia:



BURGOS

Origen y Destino

Demanda - Pinares



@sierralademandra | @pinaresyelvalle



@sierralademandra | @pinaresyelvalle

