

Ruta 5. Lago Truchillas. Huellas de Glaciar

Tipo de ruta: a pie

Tiempo de duración (ascenso): 2 horas 30 minutos

Distancia: 6,50 kilómetros

Desnivel: 580 metros

Época recomendada: Todo el año si la climatología lo permite.

Sendero: LOCAL (menos de 10 Km.)

Situación y acceso:

Accedemos por la carretera C-622 desde La Bañeza a Castrocontrigo y allí tomamos la carretera secundaria de la red provincia que conduce a la comarca de La Cabrera. Al llegar al pueblo de Truchas cruzamos su casco urbano hasta llegar a la ermita, desde donde parte una carretera a mano izquierda que conduce a la localidad de Truchillas y desde allí continua por el Alto del Peñón hasta la comarca de Sanabria en la provincia de Zamora para enlazar con la N-525.

Interés:

En el entorno de la Sierra de Cabrera los fenómenos glaciares han dejado huellas únicas en parajes de interés ecológico, paisajístico y didáctico. Circos, lagunas y valles en forma de artesa junto con otros pequeños fenómenos morfológicos (rocas aborregadas, morrenas,...)

Tramo I

Desde el pueblo de Truchillas que conserva todo el sabor de la arquitectura tradicional de la Cabrera Alta, salimos siguiendo la carretera que comunica con Sanabria. Unos 100 metros antes de llegar al puente de la carretera tomamos una pista que remonta el curso del río Lago, que nace de las gélidas aguas del Lago Truchillas.



Valle de Truchillas

Tramo II

Al llegar a un rústico puente de madera se cruza al margen opuesto y se sigue por la senda que discurre paralela al río, poblada de frondosa vegetación propia de los márgenes de los cursos de agua ("riparia"). A la izquierda dejamos la Llama de los Cochinos, poblada de carqueixa, brezo, retama... que conviven con el rebollo, poco más adelante dejamos a la izquierda el barranco de Penillo y cruzamos el río por unas peñas.

Tramo III

Empieza el tramo más duro del recorrido, por una estrecha y pedregosa senda hasta alcanzar la Cuesta de Millín, al final de la cual cruzamos los restos de la caja de un canal de época romana para la conducción de agua imprescindible en la explotación de la riqueza aurífera de la zona. Una vez atravesados los pastizales donde podremos observar bellos ejemplares de orquídeas... el camino converge de nuevo a orillas del río pudiéndose apreciar las copas de los abedules entremezclados con los alisos, los sauces, los chopos y algún rebollo que nacen en la parte baja del cauce, y nos lleva directamente al Lago Truchillas en cuyas márgenes abundan los helechos, la genciana, los arándanos, el brezo, el enebro rastrero (*junipenis communis* subsp. *alpina*), y la retama.

Tramo Opcional

A la izquierda del Lago situado a 1.750 metros de altitud asciende una vaguada hacia la fuente de La Formosina. Siguiendo dirección Oeste llegamos a la línea de cumbres, dejando a la izquierda una explanada y el alto de Peña Negra (2.016 m.), y ya sin desviarnos alcanzamos la cota del Vizcodillo con 2.122 metros de elevación.

