

24^ tappa	Cernadilla / Requejo de Sanabria	Castilla (Zamora)
km 36	dislivello 90	salita 550 discesa 460
Tempo di percorrenza ore 10		
Descrizione	Altra tappa molto varia, anche questa senza forti salite ma con numerosi saliscendi. Si continua a risalire la valle del rio Tera. Sempre più spesso ci troviamo a camminare all'interno di boschi, in prevalenza querce. Sempre più spesso troviamo acqua in fiumi, ruscelli, fontane. Sempre più incontriamo paesi in pietra, molti dei quali semiabbandonati. Sempre più, infine, l'ambiente che ci circonda assume i tratti della media montagna.	
Albergue e servizi	<p>a San Salvador de Palazuelo albergue municipal per pellegrini. 4 posti, gratuito, aperto tutto l'anno. Tel 0034.980.622.727, 0034.980.644.424</p> <p>ad Asturianos nuovo albergue nel palazzetto dello sport con 6 brande e servizi ottimi, ma senza cucina. Internet gratis. Si cena nel bar adiacente. Chiavi al bar che alla mattina apre tardi: colazione a Palacios. Di fianco all'albergue una zona di sosta con una magnifica quercia che pare abbia 500 anni.</p> <p>a Palacios de Sanabria: possibilità di dormire a Casa Teresa – è una casa privata con a disposizione stanze e bagno. Possibilità di cenare a prima colazione. 0034616567638 oppure 980626241. Telefonando da Asturianos il marito di Teresa è disponibile a venire a prendere i pellegrini.</p> <p>a Puebla de Sanabria nuovissimo albergue privato "Casa Luz", all'inizio del paese, prima del ponte. 18 posti, 12 € per dormire. Per colazione bar di fronte. Tel. 0034.980.620.268 / 619.751.762</p> <p>Inoltre l'hostal "Carlos V" pratica prezzi speciali per pellegrini: 35 € la doppia con colazione e 12 € la cena.</p> <p>a Requejo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - albergue municipal per pellegrini, poco sopra alla farmacia. 21 posti, 5 €. Non c'è cucina. Tel 0034.980.622.431 - nuovo albergue privato Casa Cerviño 12 €, 24 posti 0034.980.620505 http://www.albergue-sanabria.com/content.php?id=91 - Hotel Maite sulla carretera tel. 0034980622509 -tranquillo e pulito, a prezzi assolutamente modici. Possibilità anche di lavatrice. 	

km		alt. s.l.m.	tempi di percorrenza	località	note
parz	progr				
0	0	900	0:00	Cernadilla	usciamo dal paese percorrendo una stradina asfaltata che sale leggermente un colle e in breve scende al paese successivo
1,7	1,7	913	0:25	S.Salvador de Palazuelo	proseguiamo su una pista di cemento e poi su sterrato; scendiamo in un solco fra due colline e risaliamo sino ad incrociare una strada asfaltata. Vista sulla sx sull'embalse di Cernadilla. Poco dopo arriviamo a
3,5	5,2	910	1:00	Entrepeñas	pieghiamo verso Nord e risaliamo un poco andando a superare l'autostrada. Nel 2012 lavori per la ferrovia ad alata velocità con deviazioni comunque indicate. Arriviamo a
3,4	8,6	970	1:00	Asturianos	nel punto di incrocio con la carretera c'è un bar. Proseguiamo per un breve tratto lungo la carretera e poi la lasciamo sulla dx per una pista che scende un poco in un avvallamento e risale fino all'ermita di Palacios de Sanabria. Attenzione che un recente incendio ha devastato il bosco rendendo a tratti difficoltoso il sentiero e cancellando molti segni. Ancora qualche saliscendi e, oltrepassata una carretera, giungiamo a
5,6	14,2	1010	1:30	Remesal	scendiamo verso l'autostrada e la passiamo arrivando a
3,0	17,2	960	0:45	Otero de Sanabria	In paese bella chiesa con pregevoli sculture in pietra e un bassorilievo in legno sul portone. Saliamo su un colle e scendiamo quindi in un avvallamento passando nuovamente oltre l'autostrada e risalendo su un colle ove è posto
2,4	19,6	955	0:40	Triufé	scendiamo in un lieve avvallamento e risaliamo per superare ancora l'autostrada ritrovando poco dopo la carretera 525. Di qui seguiamo le indicazioni per Puebla. La città si presenta piuttosto male, con una periferia disordinata fra colline disboscate. Seguiamo il bordo della carretera sino ad arrivare al ponte sul rio Tera. Passato il ponte dobbiamo piegare a dx raggiungendo poco dopo l'inizio del centro storico di Puebla
4,4	24	920	1:10	Puebla de Sanabria	la prosecuzione del cammino non è ben segnalata ed è facile confondersi, date le numerose strade ed incroci presenti. Ci sono due itinerari.
Primo itinerario (consigliato)					
4,4	24	920		Puebla de Sanabria	segue il corso del Rio Castro fino quasi a Requejo. Se si è deciso di non visitare Puebla una volta arrivati al ponte sul Tera percorriamo la carretera aggirando la rocca sino ad arrivare al ponte sul Rio Castro. Da Puebla invece occorre scendere ai piedi del centro storico, scendere in Calle San Bernardo sino al cimitero e poi alla carretera sino ad arrivare al ponte sul Rio Castro. Subito dopo giriamo a sx e ne percorriamo la riva dx all'inizio su asfalto e poi su una stradina bianca, poi tra cave a cielo aperto e infine ancora su carretera. Poco dopo scendiamo verso il fiume su strada bianca proseguendo poi a sx su una stradina che risale ai bordi di un bosco fino a raggiungere nuovamente l'asfalto. Giunti di fronte ad una collinetta boscosa prendiamo a dx un cammino che sale, raggiunge alcune case e gira a dx a scavalcare l'autostrada. La strada risale nel bosco e ne discende un po' avanti scavalcando l'autostrada e raggiungendo Requejo
12	36		3:30	Requejo	
Secondo itinerario (non consigliato)					
4,4	24	920		Puebla de Sanabria	dall'inizio del centro storico si segue il Camino del Ponton (meglio chiedere se non si individuano i segni) e si prende la direzione per Lobenzos e Pedraleba. Ci sono anche le indicazioni per il Portogallo. Si percorre una stradina in parte sterrata e poi asfaltata che porta a
3,5	27,5	980	1:00	Lobenzos	al paese il cammino esce a dx su un percorso di campagna, fra pascoli e boschetti, scavalcando una dolce collina e riprendendo l'asfalto a
3,5	31	991	1:00	Pedralba de la Praderia	dal paese si scende a scavalcare la ferrovia e scendere in una valletta che si attraversa. Oltrepassiamo il Rio Castro e risaliamo sino alla carretera 525 che seguiamo in linea retta sino a
5	36	990	1:30	Requejo Sanabria	

finora abbiamo percorso 758,5 km