

¿Qué vamos a ver?

PUEBLA DE SANABRIA

Es el mayor centro de población de Sanabria.

Destaca por el castillo del siglo XV, su iglesia románica del siglo XII y el conjunto de calles y plazas.

También tiene un castillo construido en el siglo XV. Fue plaza fuerte de la frontera, y sede del cuarto conde de Benavente.

Algo muy característico de Sanabria es la arquitectura popular, basada en los materiales de la zona: madera, pizarra y piedra.

El resultado es práctico, adecuado a las necesidades de sus habitantes, pero muy bello y armonioso.

Son típicas las romerías, que se suelen celebrar en el mes de septiembre. Son fiestas en las que se va a la iglesia, se compran productos tradicionales de la tierra y se comen muy bien. Es una zona de buenas carnes.



EL PARQUE NATURAL DEL LAGO DE SANABRIA

Está situado en el extremo noroccidental de la provincia de Zamora.

Se creó en el año 1978 para proteger y conservar el espacio esculpido por las rocas que constituyeron los **glaciares**¹ del período cuaternario.

Se trata del mayor lago de España y el único de origen glaciar.

Es un espacio natural muy especial también por la riqueza de su flora y su fauna.

FLORA:

En Sanabria conviven más de 1.500 especies vegetales.

Esta gran riqueza se debe a la buena situación geográfica. Las montañas de Sanabria son el límite entre el clima atlántico y el clima mediterráneo.

El agua es otro factor de diversidad; la abundancia de arroyos, manantiales, lagunas y zonas encharcadas permiten la existencia de una flora acuática característica de esta agua limpias, ácidas y escasamente mineralizadas.

Domina el bosque de robles. En esta zona recibe el nombre de "carballo", y constituye parte importante de la economía doméstica de Sanabria.

Permite a los habitantes proveerse de estructuras para las casas y leña para sus hogares.

También hay abedules, acebo, nogales y castaños.

FAUNA:

Existen dentro del Parque Natural más de 190 especies de vertebrados.²

Siete especies de peces son naturales del lago, las lagunas y las aguas cristalinas de los ríos y arroyos.

Tiene especial importancia la trucha común.



¹ Glaciar: masa de hielo acumulada en las zonas de las cordilleras por encima del límite de las nieves perpetuas y cuya parte inferior se desliza muy lentamente, como si fuese un río de hielo.

² Vertebrados: animales que tienen esqueleto con columna vertebral y cráneo, sistema nervioso central con médula espinal y encéfalo.

Hay varios tipos de aves: el águila real, el halcón abejero y el halcón peregrino.

En lugares apartados puede verse el búho real, rapaz nocturno.

Entre los reptiles hay dos especies de víbora.

También hay muchas ranas y tritones.

Existen más de 41 especies de mamíferos: la nutria, la marta, el armiño, el tejón.

Además el corzo, el jabalí, el gato montés y un animal emblemático: el lobo.

La extensión actual del lago es de 22.365 hectáreas que corresponden a las **sierras**³ de **Segundera y Cabrera**.

El Parque recoge la totalidad del Lago de Sanabria y del río Tera.

La extrema **pureza de las aguas** del Lago de Sanabria es la principal característica.

CARACTERÍSTICAS DEL LAGO

Altitud.....	1.000 metros.
Longitud máxima.....	3.178 metros
Anchura máxima.....	1.590 metros
Anchura mínima.....	906 metros
Profundidad máxima.....	51 metros
Profundidad media.....	35 metros
Superficie.....	318,7 has.
Volumen.....	108 hm ³
Perímetro.....	9.350 metros

EL CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE LA NATURALEZA

En el pueblo de **San Martín de Castañeda**, dominando el lago desde su orilla norte y en un **monasterio cisterciense del siglo XII**, restaurado para esta finalidad, el Parque Natural cuenta con un Centro de Interpretación de la Naturaleza.

A través de un vídeo y de algunos paneles explicativos, se enseñan los valores que contiene la zona y que han motivado la creación de este espacio protegido.

³ Sierra: cordillera de montes o peñascos cortados.