



Martos

10 RUTAS DE CICLOTURISMO
POR



La Sierra Caracolera es un macizo montañoso perteneciente a la Zona Externa Bética rico en flora y fauna. Está situada al sur, a 19 km. de Martos, junto a Las Casillas. Es uno de los puntos más altos de la Sierra Sur de Jaén. Su altitud máxima alcanza los 1.325 metros. Desde la cima de la Sierra se pueden visualizar al norte son Martos, su Peña, la Sierra la Grana y La Carrasca; al este Fuensanta de Martos, Valdepeñas de Jaén y la Sierra la Pandera; al sur Alcaudete, Castillo de Locubín y Sierra Nevada; y al oeste Nogueros y Baena.

Las actividades de ocio y tiempo libre que se pueden practicar en el Pantano son la pesca deportiva, el baño y pronto la navegación de barcas sin motor. Alrededor del Faraje se dispone de dos parques o áreas de descanso y un mirador astronómico.

Villarabajo, situado en el término de Martos, mantiene el sabor del modelo de vida propio de la llamada sociedad agrícola tradicional. Un día especial en Villarabajo es la celebración de la Virgen de Fátima, el día 8 de mayo que finalizada con una verbena popular.

DE LA CARACOLERA PASANDO POR LA CAMPINA DE MARTOS A LA GRANA, SIERRA CARACOLERA

CONSEJOS DE SEGURIDAD VIAL EN CARRETERA PARA CICLISTAS

por lo que debes concebir la bicicleta como un elemento más de la circulación.

SE PACIENTE
No utilizar el claxon ni conducir de forma que se puedan sentir presionados.

MANTÉN UN ESPACIO DE SEGURIDAD
10 metros para el ciclista o grupo de ciclistas que circulan a 30 km/h.

MANTÉN UN ESPACIO DE SEGURIDAD LATERAL DE SER DE AL MENOS 1,5 M.

NO ADELANTAR A OTRO VEHÍCULO en vías interurbanas de un carril en cada sentido cuando en ese momento viene un ciclista en sentido contrario, incluso si lo hace por el arcén.

EVITAR ADELANTAR A UN CICLISTA CUANDO HAY UNA LÍNEA CONTINUA. Y si se hace, asegurarse de que su velocidad es lo suficientemente baja como para no poner en peligro su integridad física ni interferir en el resto de la circulación.

víaBike movilidad sostenible

- Bicicletas
- Venta
- Alquiler
- Taller

📞 666 451 175 🌐 www.viabike.es

VíaBike es una empresa especializada en la venta de bicicletas y componentes de ciclismo. Taller de reparación y servicio especializado de alquiler de bicicletas convencionales, eléctricas y otros medios afines, para realizar rutas por los itinerarios existentes en el municipio de Martos que se detallan en este desplegable.



SE TRATA DE UNA ZONA RICA EN RECURSOS NATURALES, YA QUE ESTE VALLE ES FÉRTIL EN VEGETACIÓN Y AGUA

MANTÉN TU BICICLETA EN BUEN ESTADO

LIMPIA TU BICI
Limpia bien la cadena y las roldanas siempre que sea posible. Y no es necesario utilizar siempre agua. Cuando no haya barro ni mucha grasa sucia, con un paño y un cepillo puedes dejar la transmisión limpia.

ENGRASA Y LUBRICA
La cadena y el resto de la transmisión, los pedales, los mandos y las suspensiones utilizan aceites o lubricantes con bases de cera. En los ejes, rodamientos y puntos de contacto entre materiales, se utilizan grasas o pasta de carbono.

AJUSTA LA PRESIÓN DE LOS NEUMÁTICOS
Es importante averiguar la presión adecuada para el uso que le vamos a dar y revisar antes de salir.



UN BUEN MANTENIMIENTO BÁSICO DE LA BICI ALARGA SU VIDA ÚTIL, Y TAMBIÉN CONSIGUE QUE SIEMPRE FUNCIONE COMO EL PRIMER DÍA.

REAPRIETA LA TORNILLERÍA

La holgura provocada por un tornillo flojo puede dañar los componentes que la sufren. Para evitar esto, deberíamos revisar toda la tornillería periódicamente.

REPÓN EL LÍQUIDO ANTIPINCHAZOS
Nunca dejéis que los neumáticos pierdan mucha presión, pues el líquido se seca muy rápidamente. Si no vais a usar la bici, comprobad la presión todas las semanas y haced girar las ruedas para que el líquido se mueva y se reparta bien.

CONTROLA EL DESGASTE DE LA TRANSMISIÓN
Es muy fácil controlar su desgaste con una sencilla herramienta que es el medidor de cadena.

VIGILA LAS HOLGURAS
Tenemos que vigilar regularmente las holguras en elementos como son la dirección, los bujes, el pedalier y las barras de la horquilla, para actuar en cuanto las detectemos.

REVISLA LOS FRENOS
En frenos con tiro de cable, ir variando la tensión, según se desgasten las zapatas o pastillas, para mantener la potencia de frenada y el recorrido de la maneta. En frenos hidráulicos, en cuanto notemos que se pierde presión o se alarga excesivamente el recorrido de las manetas, realizar un purgado para eliminar burbujas que nos pueden dejar sin freno.

Tras la conquista cristiana, la Orden de Calatrava amplían las defensas del Castillo y lo dotan de un mirador astronómico. Además de sus dos fiestas más importantes: El día 19 de Marzo celebra una fiesta en honor a San José y la fiesta de la Sagrada Familia entorno al 9 de Julio.

Entre los recursos turísticos que alberga esta singular pedanía, tenemos la Sierra Caracolera, el Pantano y el área recreativa del Viboras, la Parroquia de San José, el Castillo Encomienda del Viboras y el mirador astronómico.

Su origen actual se situa a mediados de siglo XIX, en las Doce Casas, construidas por D. Pablo Castañis y D. Narciso Masoliver y Freixas, para albergar a doce colonos y sus familias aunque cuenta con un pasado que se remonta a la prehistoria. Los restos más abundantes son de época íbera, correspondientes al Cerro de San Cristóbal donde se encuentra ubicada la ciudad de Bora que llega a acuñar moneda propia.

Se trata de una zona rica en recursos naturales, ya que este valle es fértil en vegetación y agua por lo que ha favorecido que esta zona haya estado habitada desde la prehistoria, siendo ciudad íbera y romana y conservando actualmente restos de ciudad medieval.

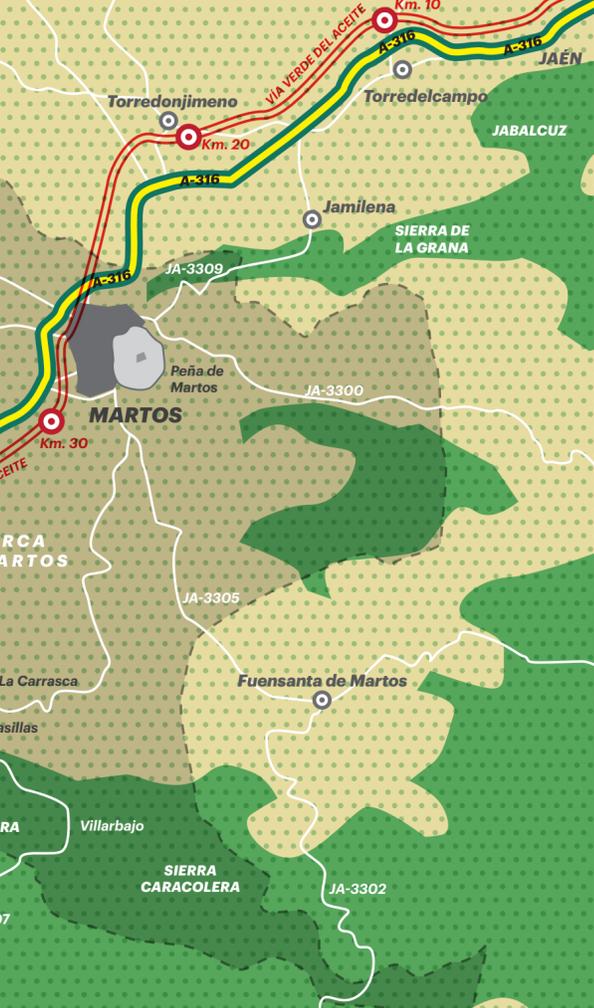
Las Casillas se encuentra entre los ríos Salado y Viboras y bañada por el pantano del Viboras. Está situada frente a la Sierra Caracolera.



La Sierra la Grana se muestra bañada de eras, chozas, cabrerizas y albarradas pertenecientes a épocas pasadas que han humanizado la Sierra. Hasta la década de los años 70 esta Sierra era agrícola, su roca se alternaba con espacios de suelo fértil que se utilizaban para el cultivo de arvejas y cebadas.

La Sierra la Grana es un macizo que forma parte de la Zona Externa Bética y perteneciente a la unidad geológica de Jabalcuz-San Cristóbal. Se encuentra ubicada al este a unos 3 km. de Martos. Esta Sierra tiene una superficie total de 6,5 kilómetros cuadrados y una altitud máxima de 1254 metros. Está formada esencialmente por rocas sedimentarias de naturaleza carbonatada, e intercalaciones de rocas volcánicas.

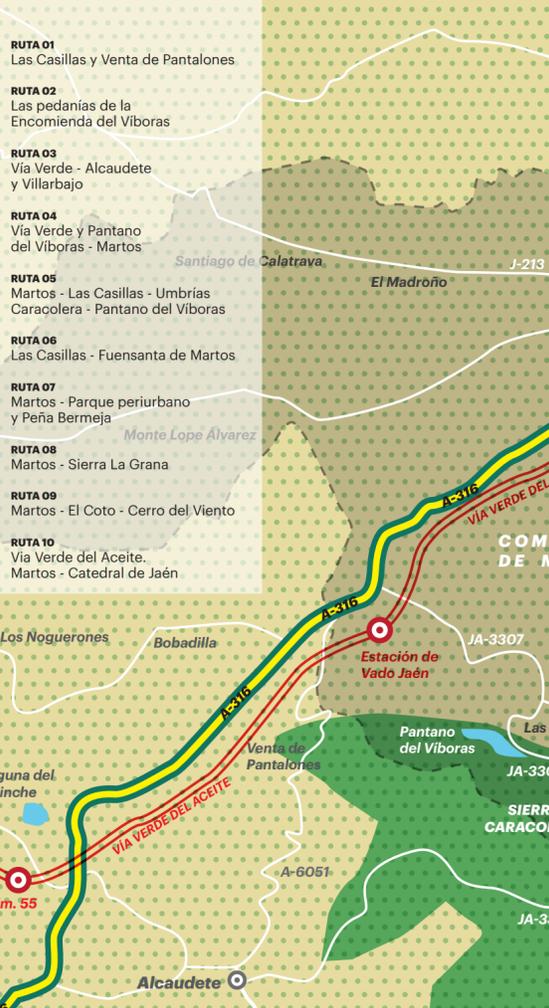
SIERRA DE LA GRANA



Los 21 kilómetros que tiene el tramo de la Via Verde de Martos, ofrece varias posibilidades para el senderista o cicloturista. Al contar con varios accesos con aparcamientos, esta ruta se puede hacer en varias etapas. Es un paseo por la historia de finales del siglo XVIII pudiendo disfrutar de bellísimos puentes, estaciones de trenes de la época y grandes obras de ingeniería como los viaductos.

La campaña de Martos está dedicada al cultivo del olivar. Se trata de un olivar centenario que encuentra en nuestro suelo y condiciones climáticas un entorno eminentemente secoano y totalmente favorecedor a su desarrollo. Para sobrevivir genera una serie de componentes que le permiten ser árboles tan longevos. La variedad es Pical, cuya superficie agraria útil, 21.227 hectáreas, está dedicada íntegramente al monocultivo del olivar, en esta variedad.

OCENTA MILLONES DE KILOS DE ACEITUNA Y VEINTE MILLONES DE KILOS DE ACEITE SON NUESTRA MEDIA DE PRODUCCIÓN ANUAL. Esto convierte a nuestro municipio en un bosque humanizado de gran belleza y singularidad.



LA CAMPINA DE MARTOS

LAS CASILLAS Y VENTA DE PANTALONES

RUTA - ROUTE
1

DIFICULTAD TÉCNICA: Baja
DIFICULTAD FÍSICA: Media

SALIDA Y LLEGADA
Área recreativa junto al muro de presa del pantano.

DISTANCIA: 34,96 km.
DURACIÓN: 3 h.
RECORRIDO: circular

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 445 m.



DESCRIPCIÓN

Esta ruta circular se inicia en el área recreativa del Mirador del Víboras, junto al muro de la presa, tomando el camino en dirección a Las Casillas hasta la plaza de la Constitución, en dirección a la pista que rodea al pantano, que recorreremos durante algo más de 11 km por una pista de tierra sin ningún desnivel, junto a la orilla del pantano y llegando a varios miradores, incluido el **mirador astronómico del Víboras**, así como el puente que atraviesa el río que alimenta el embalse, hasta llegar a la carretera **JA3307**, durante un par de km, hasta tomar un desvío a la izquierda para tomar una pista forestal que nos adentra en la ladera norte de la **Sierra de la Caracolera** a través de olivares de montaña, dejando el curso del río Víboras a nuestra derecha y pudiendo contemplar el castillo de la Encomienda del Víboras, hasta llegar a la carretera comarcal **A-6051**, hasta la **Venta de Pantalones**, continuando un descenso hasta el **punto de Hierro del Río Víboras**, tomando posteriormente la vía **A-316** y la **JA-3307** hasta llegar de nuevo a Las Casillas y de ahí al punto de partida, después de haber recorrido casi 35 km.



LAS PEDANÍAS DE LA ENCOMIENDA DEL VÍBORAS

RUTA - ROUTE
2

DIFICULTAD TÉCNICA: Media
DIFICULTAD FÍSICA: Media - alta

SALIDA Y LLEGADA
Mirador de Las Casillas

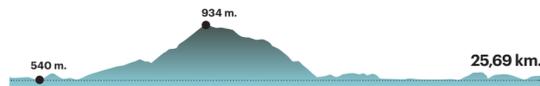
DISTANCIA: 25,69 km.
DURACIÓN: 2 h.
RECORRIDO: circular

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 629 m.



DESCRIPCIÓN

Iniciaremos en el mirador de la C/ Puerta del Sol, en la pedanía de **Las Casillas**, dirigiéndonos a través de la carretera comarcal **JA-3307** dirección hacia **Villarabajo**, pasando por el área recreativa y el muro de la presa del pantano. Tras un ascenso por esta vía, nos desviamos por una pista asfaltada en dirección cortijos de la **Fuente del Espino** y **Los Llanillos**, con un acusado ascenso, con numerosas curvas, debiendo hacer paradas para contemplar los espectaculares paisajes que nos ofrece el entorno, con **Martos** y su **Peña** al fondo, especialmente en otoño y primavera. Una vez llegado al cruce que nos llevaría hasta la ermita de **Hoyo Piedra**, nos desviamos a la izquierda descendiendo hasta la **ermita de la Virgen de la Medalla Milagrosa** y de ahí al río Víboras, en cuya inmediaciones tomaremos una pista de tierra que nos llevará hasta la **Venta del Papero**, el **pantano del Víboras**, **La Carrasca** y de nuevo a **Las Casillas**, donde habremos finalizado la ruta, tras haber recorrido unos 25 km.



VÍA VERDE - ALCAUDETE Y VILLARBAJO

RUTA - ROUTE
3

DIFICULTAD TÉCNICA: Media
DIFICULTAD FÍSICA: Media - alta

SALIDA Y LLEGADA
Estación Vado Jaén

DISTANCIA: 40,82 km.
DURACIÓN: 3 h.
RECORRIDO: circular

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 944 m.



SALIDA Y LLEGADA
Estación Vado Jaén

DISTANCIA: 40,82 km.
DURACIÓN: 3 h.
RECORRIDO: circular

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 944 m.



DESCRIPCIÓN

La ruta se iniciará en la **Estación de Vado Jaén**, en la **Vía Verde de Aceite** en dirección **Alcaudete**, también conocido como antiguo camino mozarabe de Santiago, recorriendo varios viaductos hasta tomar un camino de tierra a través de las fincas de olivos y ya en el término municipal de Alcaudete y que nos llevará a dicha localidad, para tomar dirección hacia la **Cruz del Humilladero**, en la conocida carretera de La Fuensanta (**JA-3307**), tomando un desvío a la izquierda, al llegar al paraje de **Fuente Amuña** y ascendiendo hacia la **Sierra de Ahillos**, con bonitas vistas del Castillo de Alcaudete, hasta la **Fuente de La Teja** y con la **sierra de La Caracolera** a nuestra izquierda, desde donde iniciaremos el descenso a través de los parajes del **Villarabajo** hasta el pantano del Víboras y la pedanía de **Las Casillas**, para de nuevo, tras varios km hasta la Vía Verde, que nos llevará de regreso a la Estación de Vado Jaén, después de un recorrido de algo más de 40 km.



VÍA VERDE Y PANTANO DEL VÍBORAS - MARTOS

RUTA - ROUTE
4

DIFICULTAD TÉCNICA: Media
DIFICULTAD FÍSICA: Media - alta

SALIDA Y LLEGADA
Estación Renfe Martos

DISTANCIA: 56,46 km.
DURACIÓN: 4 h.
RECORRIDO: circular

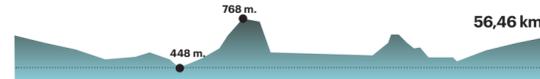
DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 758 m.



DESCRIPCIÓN:

Partiendo del núcleo urbano de Martos, tomamos la **Vía Verde del Aceite**, dirección **Alcaudete** y la **Estación de Vado Jaén**, y después de haber recorrido por la misma unos 17 km tomamos un desvío a través de olivos, debiendo estar muy atento al GPS para no equivocarnos para llegar rápidamente a la carretera comarcal **A-6051**, que nos llevará hasta la pedanía de **Venta Pantalones**, tras atravesar el puente de hierro

sobre el **río Víboras** e introduciéndonos a través de un carril de tierra dirección **pantano del Víboras** a través de las estribaciones de la **Sierra de la Caracolera** y de ahí a las colas de dicho pantano, recorriendo su sinuosa pista que lo perimetra hasta Las Casillas de Martos y de ahí de nuevo a la Estación de Vado Jaén, tomando el camino de vuelta a Martos por dicha Vía Verde, tras haber recorrido algo más de 59 km.



MARTOS - LAS CASILLAS - UMBRÍAS CARACOLERA - PANTANO DEL VÍBORAS

RUTA - ROUTE
5

DIFICULTAD TÉCNICA: Media
DIFICULTAD FÍSICA: Media

SALIDA Y LLEGADA:
Rotonda avd. Príncipe Felipe junto polígono industrial

DISTANCIA: 40,47 km.
DURACIÓN: 3 h.
RECORRIDO: circular

PERFIL ALTIMÉTRICO:
• Altitud máx.: 769 m.
• Mín.: 503 m.

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 772 m.



DESCRIPCIÓN

La ruta se inicia en el núcleo urbano de **Martos**, dirigiéndonos hacia la pedanía de **Las Casillas** y su embalse a través del **camino de Belda** y poco después debiendo tomar un desvío que nos llevará hasta el famoso cortijo del **Alamillo** y de ahí a **Las Casillas** y a su **sierra de La Caracolera** para recorrer dicho pantano en toda su extensión a través de la fácil pista que lo recorre y de nuevo tomar el mismo camino de vuelta hasta Martos, tras haber recorrido algo más de 40 km.



LAS CASILLAS - FUENSANTA DE MARTOS

RUTA - ROUTE
6

DIFICULTAD TÉCNICA: Media-baja
DIFICULTAD FÍSICA: Media-baja

SALIDA Y LLEGADA:
Casco urbano de Las Casillas de Martos

DISTANCIA: 35,45 km.
DURACIÓN: 2 h.
RECORRIDO: lineal

PERFIL ALTIMÉTRICO:
• Altitud máx.: 716 m.
• Mín.: 520 m.

DESNIVEL POSITIVO:
390 m.

DESNIVEL NEGATIVO:
370 m.



DESCRIPCIÓN

La ruta se inicia en la pedanía de **Las Casillas** y nos dirigiremos al carril que recorre el **pantano del Víboras**, pasando por el mirador astronómico del mismo y tomando a la izquierda un desvío a través de un carril de tierra y a la altura del cortijo de **Las Moraledas**, a través de la **Vereda de Las Casillas**, que nos llevará a la **venta del Papero**, ya en el término municipal de Fuensanta y de ahí hasta los parajes de **Vadehornillo** y **Las Voletas** hasta **Fuensanta**, concretamente la plaza y la conocida **Fuente de La Negra**, desde donde iniciaremos el camino de vuelta inverso hasta **Las Casillas**, después de haber recorrido algo más de 35 km.



MARTOS - PARQUE PERIURBANO Y PEÑA BERMEJA

RUTA - ROUTE
7

DIFICULTAD TÉCNICA: Media-alta
DIFICULTAD FÍSICA: Media-alta

SALIDA Y LLEGADA:
Rotonda avd. Príncipe Felipe junto polígono industrial

DISTANCIA: 29,39 km.
DURACIÓN: 3 h.
RECORRIDO: circular

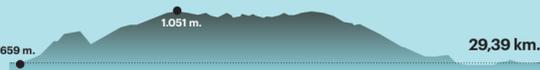
PERFIL ALTIMÉTRICO:
• Altitud máx.: 1.051 m.
• Mín.: 659 m.

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 650 m.



DESCRIPCIÓN

Iniciamos, tomando dirección a **La Peña**, a través del **barrio del Molino Medel** y **Barriada del Niño Jesús** y la **Ermita de la Virgen de la Victoria**, llegando hasta casi el **Parque Periurbano de Martos**, donde iniciamos el ascenso a través de una pista asfaltada que nos llevará al **mirador de Peña Bermeja**, a cuyos pies se encuentra la cantera y la localidad de **Jamilena**, debiendo volver por el mismo camino para volver a Martos y recorrer el **Anillo Verde El Cerro**, recientemente acondicionado, y de nuevo al núcleo urbano de Martos, donde habremos finalizado la actividad, tras recorrer algo más de 29 km.



MARTOS - SIERRA LA GRANA

RUTA - ROUTE
8

DIFICULTAD TÉCNICA: Media-alta
DIFICULTAD FÍSICA: Media-alta

SALIDA Y LLEGADA:
Centro de Martos

DISTANCIA: 36,93 km.
DURACIÓN: 3 h.
RECORRIDO: circular

PERFIL ALTIMÉTRICO:
• Altitud máx.: 1.196 m.
• Mín.: 651 m.

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 861 m.



DESCRIPCIÓN

Desde **Martos**, nos dirigiremos hacia la **Sierra de la Grana**, situada al noroeste de la ciudad y a través de la carretera **JA-3300**, tomando una pista asfaltada a la izquierda que con un continuado ascenso nos elevará hasta dicha sierra a través de la vereda real de **Los Petroleros**, y de ahí hasta la **ermita de San Isidro**, en la vecina **Jamilena**, con magníficas vistas de dicha localidad y la campiña olivarera, hasta la **sierra de la Grana**, ya en el término de Martos, pasando por el **Pilar del Marchante**, donde podremos refrescarnos algo y descendiendo hasta la carretera **JA-3309** que nos llevará a Martos, donde finalizaremos la ruta.



MARTOS - EL COTO - CERRO DEL VIENTO

RUTA - ROUTE
9

DIFICULTAD TÉCNICA: Baja
DIFICULTAD FÍSICA: Media

SALIDA Y LLEGADA:
Centro de Martos

DISTANCIA: 28,21 km.
DURACIÓN: 90 min.
RECORRIDO: circular

PERFIL ALTIMÉTRICO:
• Altitud máx.: 906 m.
• Mín.: 652 m.

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 604 m.



DESCRIPCIÓN

Iniciaremos la ruta en **Av. Príncipe Felipe**, en dirección a la **Fuensanta**, tomando a la salida un desvío, que en ascenso nos dirigirá hacia el paraje de **El Cañuelo** y de ahí al conocido **Cerro del Viento**, a través de una pista asfaltada que nos llevará hasta **El Sapillo**, cercano de nuevo al núcleo de Martos, y de nuevo ascenso hasta el **paraje de La Maleza** para volver a Martos, tomando la actual **carretera de Santiago de Calatrava (J-213)**, desde donde accederemos al **Llano de Motril**, atravesando el **olivlar Centenario** de dicho paraje, para volver una vez más a Martos.



VIA VERDE DEL ACEITE. MARTOS - CATEDRAL DE JAÉN

RUTA - ROUTE
10

DIFICULTAD TÉCNICA: Baja
DIFICULTAD FÍSICA: Baja-media

SALIDA:
Estación Renfe Martos

LLEGADA:
Catedral de Jaén

DISTANCIA: 55 km.
DURACIÓN: 3,5 horas
RECORRIDO: Circular

PERFIL ALTIMÉTRICO:
• Altitud máx.: 723 m.
• Mín.: 548 m.

DESNIVEL MÁX. Y MÍN.
ACUMULADO: 483 m.



DESCRIPCIÓN

Discurre por la antigua vía férrea, es decir, la actual **Vía Verde del Aceite** en su tramo comprendido entre **Martos** y **Jaén**, incluyendo la visita a la conocida **Plaza de Santa María** y su **Catedral**, donde finaliza la ruta y deberos iniciar el mismo camino de vuelta en sentido inverso. Dado que el trazado discurre por la pista de la vía verde, carece de dificultad, salvo que el recorrido total de ida y vuelta se va a un total de 55 km, pasando por los términos de **Martos**, **Torredonjimeno**, **Torredelcampo** y **Jaén**, durante un bonito y fácil recorrido por dicha **Vía Verde del Aceite**.

