



Extremadura,  
agua  
dulce



indice



02 **Introducción**

Introduction

04 **Agua y agricultura**

Water and agriculture

08 **Agua y naturaleza**

Water and nature

24 **Agua y patrimonio**

Water and Heritage

30 **Ocio y salud**

Health and Leisure

El agua es un elemento esencial para la vida, cuya ordenación debe basarse en el hecho de que integra y a la vez modela el ecosistema. Constituye por lo tanto un recurso natural, pero también un bien cultural, social y económico, cuya cantidad y calidad deben determinar como se aprovecha. El caso de Extremadura es excepcional, pues aun careciendo por completo de contacto con el mar, resulta ser la comunidad autónoma con más kilómetros de costa interior y con mayores reservas de agua dulce del conjunto de Europa, lo que le confiere una responsabilidad y un papel decisivo en el presente y el futuro de la gestión del líquido elemento. Desbaratado el tópico, Extremadura guarda para el visitante numerosas sorpresas en un entorno natural marcado por el agua: al norte las grandes sierras del Sistema Central, surcadas por una compleja red hidrográfica nacida de sus cumbres nevadas, alimentan a través de los ríos Tiétar, Alagón y Árrago la gran cuenca del Tajo. En el centro y al este, el imponente macizo de las Villuercas hace lo propio con la mitad de sus ríos: Viejas, Ibor y Almonte. La otra mitad, Guadalupejo, Guadarranque y Ruecas, vierte sus aguas hacia un Guadiana que, animado más tarde por el Zújar, vertebrará el territorio sureño con los fértiles regadíos de las Vegas Altas y Bajas. En el otro extremo, los ríos Erjas y Sever componen junto al Tajo la frontera natural con Portugal; y más al sur, donde Extremadura se funde con Andalucía, la húmeda Sierra de Tentudía nutre a través de los ríos Ardila y Alcarrache las aguas ya portuguesas del Guadiana. En el sureste, son la rivera del Cala y los ríos Viar y Bembézar, los que ceden sus aguas desde Extremadura a la cuenca del Guadalquivir; mientras al noroeste, el río Malavao o Malena, compone la testimonial presencia en la cuenca del Duero. Todo este caudal de vida es retenido y domesticado en los numerosos embalses presentes en las cuencas del Tajo y el Guadiana: Valdecañas, Torrejón, Alcántara, Cedillo, Cijara, García de Sola, Orellana, La Serena... desde donde se destinarán a abastecimiento, producción de energía hidroeléctrica, regadío y ocio de la población. Pero además Extremadura esconde otro tesoro subterráneo: las aguas que manan en numerosos lugares, cuyas virtudes han propiciado una solvente red de balnearios, manantiales mineromedicinales y envasadoras de agua mineral; dejando además exquisitas muestras de su talento escultórico en los Monumentos Naturales de Cuevas de Fuentes de León y en la de Castañar de Ibor. Tal presencia de agua ha propiciado el asentamiento humano en Extremadura desde la más remota prehistoria, que tras el paso de romanos, celtas, judíos y musulmanes, ha legado un notable patrimonio en forma de acueductos, puentes, presas, molinos, acequias o fuentes, que el viajero sorprendido descubrirá en cualquier rincón de la geografía extremeña.

#### INTRODUCTION

Water is an essential element for life, whose function in integrating and modelling the ecosystem must inspire its management by man. Therefore as well as being a natural resource it is also a cultural, social and economic good, whose quantity and quality must determine how it is used. Extremadura's is an exceptional case as although it totally lacks any contact with the sea it is the autonomous community with the most kilometres of inner coastline and has the largest fresh water reserves in Europe, giving it a responsibility and a decisive role in the present and future management of this liquid element. Once the stereotype has been shown to be false it can be highlighted that Extremadura holds numerous surprises for visitors in a natural environment defined by water: to the north the large mountain ranges of the Sistema Central, cleaved by a complex hydrographical network originating in its snow-capped peaks, which feeds into the large basin of the River Tajo via the rivers Tiétar, Alagón and Árrago. The River Jerte flows between these first two, dotted with gorges and natural pools and cleaving the bed of the beautiful valley it has carved out and which bears its name. In the centre and east the imposing massif of the Villuercas does the same with half of its rivers: Viejas, Ibor and Almonte. The other half, Guadalupejo, Guadarranque and Ruecas, empty their waters into a Guadiana that, boosted afterwards by the Zújar, gives the southern region its structure, with the fertile irrigated areas of the Vegas Altas and Bajas (Upper and Lower Meadows). On the other side of Extremadura, the rivers Erjas and Sever, together with the Tajo, form the natural border with Portugal. Further south, where Extremadura merges with Andalucía, the wetland area of the Sierra de Tentudía nourishes the by now Portuguese waters of the Guadiana via the rivers Ardila and Alcarrache. In the southeast the brook Cala and the rivers Viar and Bembézar cede their waters from Extremadura to the basin of the Guadalquivir, while to the northwest the River Malavao or Malena is the symbolic presence in the basin of the Duero. All these life-giving watercourses are retained and domesticated in the numerous reservoirs in the basins of the Tajo and the Guadiana: Valdecañas, Torrejón, Alcántara, Cedillo, Cijara, García de Sola, Orellana, La Serena, etc., which are used to supply water and for the production of hydroelectric energy, irrigation and leisure. Extremadura also hides a subterranean treasure: the waters that flow in numerous spots and whose properties have favoured a profitable network of spas, mineral-medicinal springs and mineral water bottling plants. In other instances they have left exquisite displays of the sculptural talent of water, in the Natural Monuments of the Caves of Fuentes de León and Cave of Castañar. This presence of water has favoured human settlement in Extremadura since the most remote prehistoric era, so that Romans, Celts, Jews and Muslims have left an outstanding heritage in the form of aqueducts, bridges, reservoirs, mills, irrigation channels and fountains, which visitors will discover to their delight in any corner of Extremadura.



# Introducción



# Agriculture & Aquaculture

# ultura

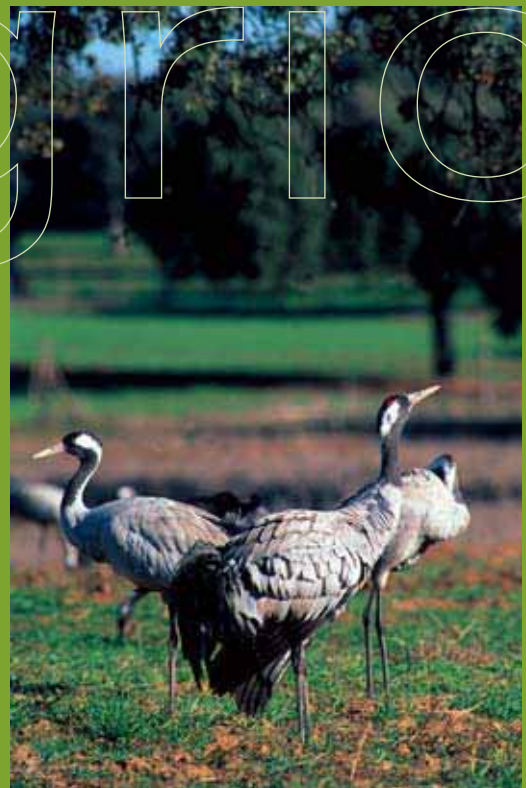


La agricultura en Extremadura, en buena parte de regadío, supone en torno al 12% del PIB de la región, sirviendo como muestra la producción de arroz, que se situó en cabeza de todo el territorio español durante 2007. Las Vegas Altas y Bajas del Guadiana, la del Tíetar y la del Alagón, componen un mosaico de cultivos de maíz, arroz, tomate, pimiento, tabaco e innumerables variedades de frutales, que en casos como la Zona de Especial Protección para las Aves Arrozales de Palazuelo y Los Guadalperales (imagen), en la provincia de Badajoz, albergan además comunidades de fauna protegida de sumo interés. Un ejemplo de sostenibilidad y biodiversidad.

#### WATER AND AGRICULTURE

In Extremadura agriculture, largely irrigated crops, makes up about 12% of the region's GDP; for example, the area was the largest rice producer in Spain in 2007. The Upper and Lower Meadows of the Guadiana, Tíetar and Alagón form a mosaic of corn, rice, tomato, pepper and tobacco crops as well as of innumerable varieties of fruit trees. In places such as the Special Protection Areas for birds of Arrozales de Palazuelo and Los Guadalperales (image), in Badajoz province, they are also home to communities of protected species of great interest: an example of sustainability and biodiversity.

# 1 Agricultura



Los arrozales son, además de una de las producciones más importantes del regadío extremeño, el hábitat de una variada avifauna. Los rastrojos del arroz (imagen izquierda) y maíz, las dehesas de su entorno, alimentan a más de 20.000 grullas invernantes en la zona de la finca Moheda Alta (imagen superior), declarada Parque Periurbano de Conservación y Ocio, en el término municipal de Navalvillar de Pela, provincia de Badajoz.

The rice fields are, as well as one of the most important productions of irrigated crops in Extremadura, the habitat for a variety of birds. The rice (left image) and corn stubble and the surrounding meadows feed more than 20,000 overwintering cranes in the area of the farm Moheda Alta (top image), declared a Peri-urban Park of Conservation and Leisure, in the municipal area of Navalvillar de Pela, in Badajoz province.



La compleja red hidrográfica de Las Hurdes y su abrupta orografía han propiciado formas de cultivo peculiares con las que los hurdanos han ido ganando terreno a la montaña con los bancales (bajo estas líneas) que forman parte esencial del paisaje de esta comarca cacereña.

The complex hydrographical network of Las Hurdes and its steep relief has favoured particular farming methods with which the local people have gradually reclaimed land from the mountains with terraces (below this section) that form an essential part of the landscape of this region in Cáceres.



El canal de Orellana (imagen superior) es la arteria principal de los regadíos de las Vegas Altas. Reparte las aguas del Guadiana, represadas en los embalses de Cíjara, García de Sola y Orellana, por fértiles cultivos de las provincias de Cáceres y Badajoz, en un recorrido total de 113 kilómetros.

The Canal of Orellana (top image) is the main artery for the irrigated land of the Upper Meadows. It distributes the water of the Guadiana, dammed in the reservoirs of Cíjara, Garcia de Sola and Orellana, to fertile farming land in the provinces of Cáceres and Badajoz, with a total trajectory of 113 kilometres.

El agua que provoca esta explosión de flores que cubre el Valle del Jerte en primavera (imagen inferior) cae directamente del cielo. La alta pluviosidad de la comarca cacereña y el deshielo de sus cumbres producen este espectáculo que cada año contemplan miles de turistas.


The water that causes this explosion of flowers that covers the Valley del Jerte in spring (bottom image) falls directly from the sky. The high rainfall of this region in Cáceres and the thawing of its mountaintops produce this spectacle, which is admired by thousands of tourists each year.





# AVRUS Y

# Natur



Extremadura cuenta con una extensa Red de Espacios Naturales Protegidos, encontrándose en torno al 30% de su territorio bajo algún tipo de protección medioambiental. La mayoría de estas áreas está vinculada de una u otra manera con el agua y muchas de ellas son específicamente humedales o ríos. Los paisajes extremeños modelados por el agua ofrecen al visitante una visión diferente e inesperada de la realidad regional. A la cabeza de los mismos se encuentra sin duda el Parque Nacional de Monfragüe -cuyos elementos vertebradores son los ríos Tajo y Tiétar- seguido del recientemente declarado Parque Natural del Tajo Internacional, la Reserva Natural Garganta de los Infiernos (imagen) o la Zona de Interés Regional Embalse de Orellana y Sierra de Pela, humedal emblemático de Extremadura que goza de protección al más alto nivel internacional.

#### WATER AND NATURE

Extremadura has an extensive Network of Protected Natural Areas, with about 30% of its total area under some sort of environmental protection. Most of these areas are linked with water in one way or another and a lot of them are specifically wetland areas or rivers. The countryside of Extremadura that is modelled by water offers visitors a different and unexpected view of the regional reality. The most important of these areas is without doubt the National Park of Monfragüe -whose structural elements are the rivers Tajo and Tiétar- followed by the recently declared Natural Park of Tajo Internacional, the Nature Reserve Garganta de los Infiernos (image) or the Area of Regional Interest of the Reservoir of Orellana and Sierra de Pela, an emblematic wetland area of Extremadura that enjoys protection at the highest international level.

aleza



1  
0  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9

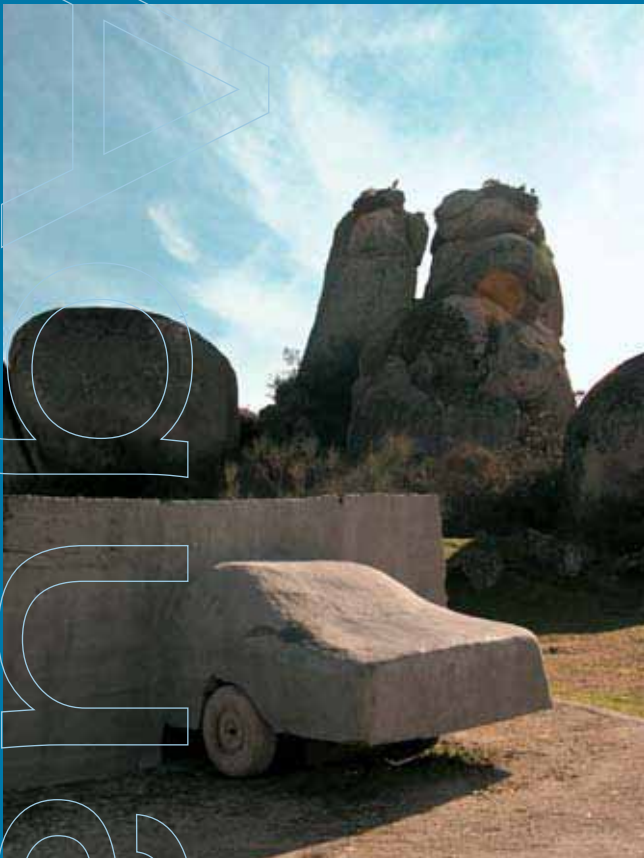
Natur



**E**l río Tajo vertebrado de los espacios protegidos emblemáticos de la región: a la izquierda, vista desde el castillo del Parque Nacional de Monfragüe; sobre estas líneas, el Parque Natural del Tajo Internacional desde el mirador del Arroyo Negrals, frontera natural entre España y Portugal. En los riscos de ambos espacios, protegida por el agua, anida la tímida cigüeña negra (imagen inferior derecha), una de las aves más buscadas por el turismo ornitológico.

The River Tajo gives two of the emblematic protected areas in the region their structure: on the left, the view from the castle of the National Park of Monfragüe; above this section, the Natural Park of Tajo Internacional from the viewpoint of Arroyo Negrals, the natural border between Spain and Portugal. In the crags of both areas, protected by the water, the timid black stork nests (bottom right image), one of the most sought out birds by bird watchers who visit the area.



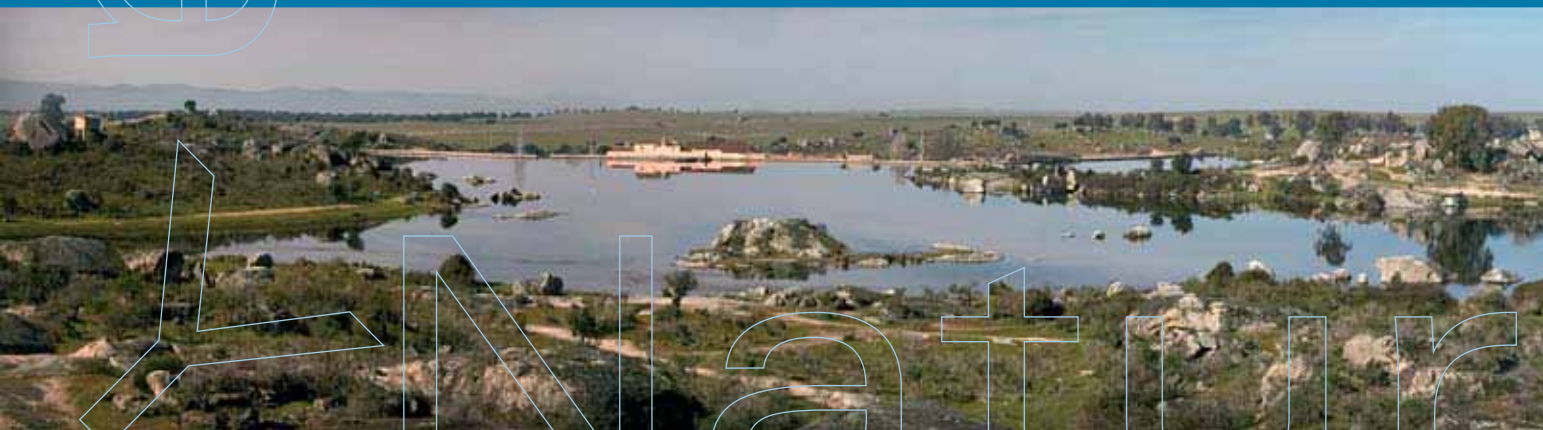


**E**l berrocal del Rugidero (derecha) es uno de los paisajes más reconocibles del Parque Natural de Cornalvo, en las cercanías de Mérida. Cuando el arroyo de las Muelas crece, el agua ruga al minar la piedra.

The granite rocks of Berrocal del Rugidero (right) form one of the most recognizable views of the Natural Park of Cornalvo, near to Merida. When the stream Las Muelas rises, the water roars as it erodes away the stone.

**L**a piedra y el agua también caracterizan el Monumento Natural de Los Barruecos (imagen inferior), en Malpartida de Cáceres. El antiguo lavadero de lanas alberga hoy el Museo Vostell Malpartida, dedicado a la obra del genial artista alemán Wolf Vostell, cuya creatividad inunda este paraje con piezas como “VOAEX” (superior izquierda).

Stone and water also characterize the Natural Monument of Los Barruecos (bottom image), in Malpartida de Cáceres. The old wool wash-house now houses the Vostell Malpartida Museum, dedicated to the work of the brilliant German artist Wolf Vostell, whose creativity inundates this spot with pieces such as “VOAEX” (top left).





aleza



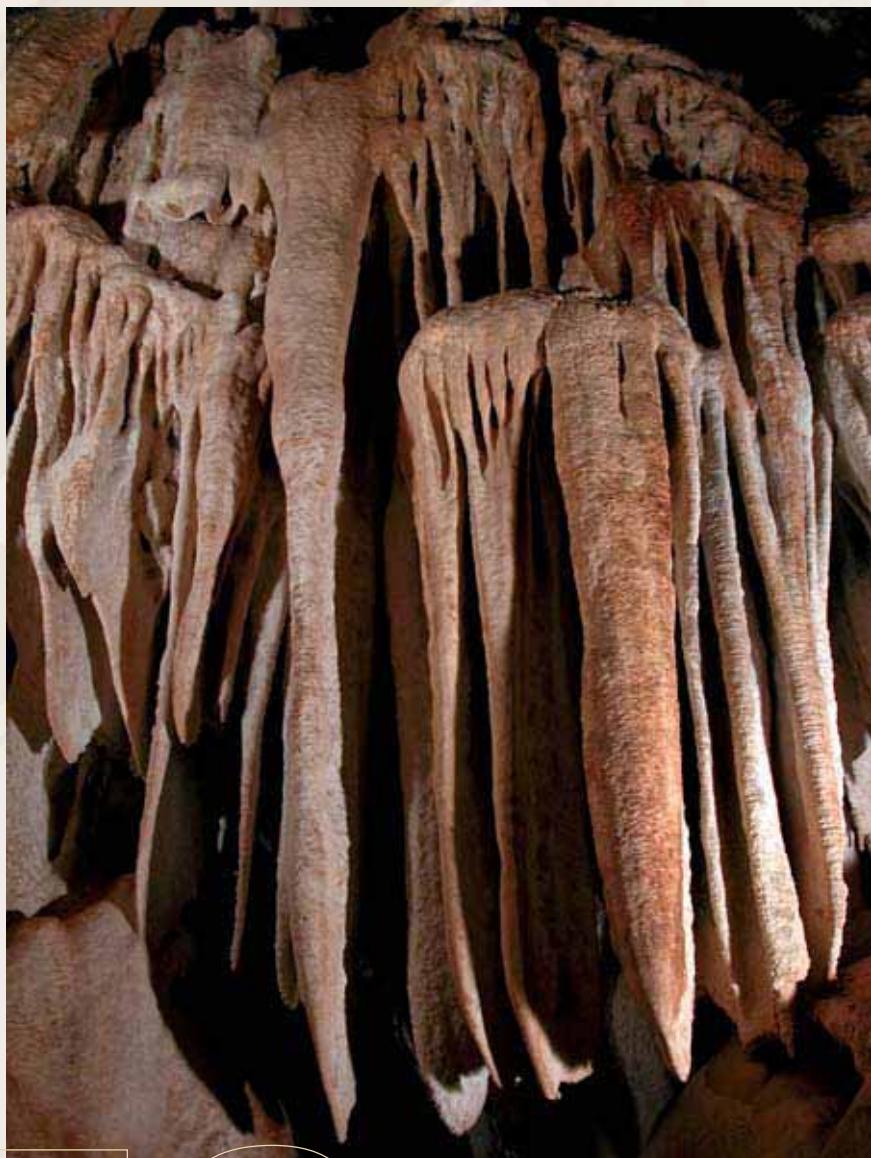
Las marmitas de gigante excavadas por el agua en el duro granito de la Reserva Natural de la Garganta de los Infiernos -Valle del Jerte- son espectaculares en el paraje conocido como Los Pilones (sobre estas líneas).

The *Marmitas de Gigante* (Giant's Cooking Pots) carved out by the water in the hard granite of the Nature Reserve of Garganta de los Infiernos -Valle del Jerte- are spectacular in the area known as Los Pilones (above this section).



**Dos muestras del talento escultórico del agua son los Monumentos Naturales de las Cuevas de Fuentes de León (derecha), en la comarca de Tentudía, y de la Cueva de Castañar, en las Villuercas. Esta última (bajo estas líneas) es la cavidad con mayor número de formaciones cristalinas de España, algunas tan inverosímiles como las flores excéntricas de aragonita.**

Two examples of the sculptural talent of water are the Natural Monuments of the Caves of Fuentes de León (right), in the region of Tentudía, and the Cave of Castañar, in Las Villuercas. This last (below this section) is the cavity with the largest number of crystalline formations in Spain, some of which are highly improbable, such as the eccentric aragonite flowers.



For  
es  
Y



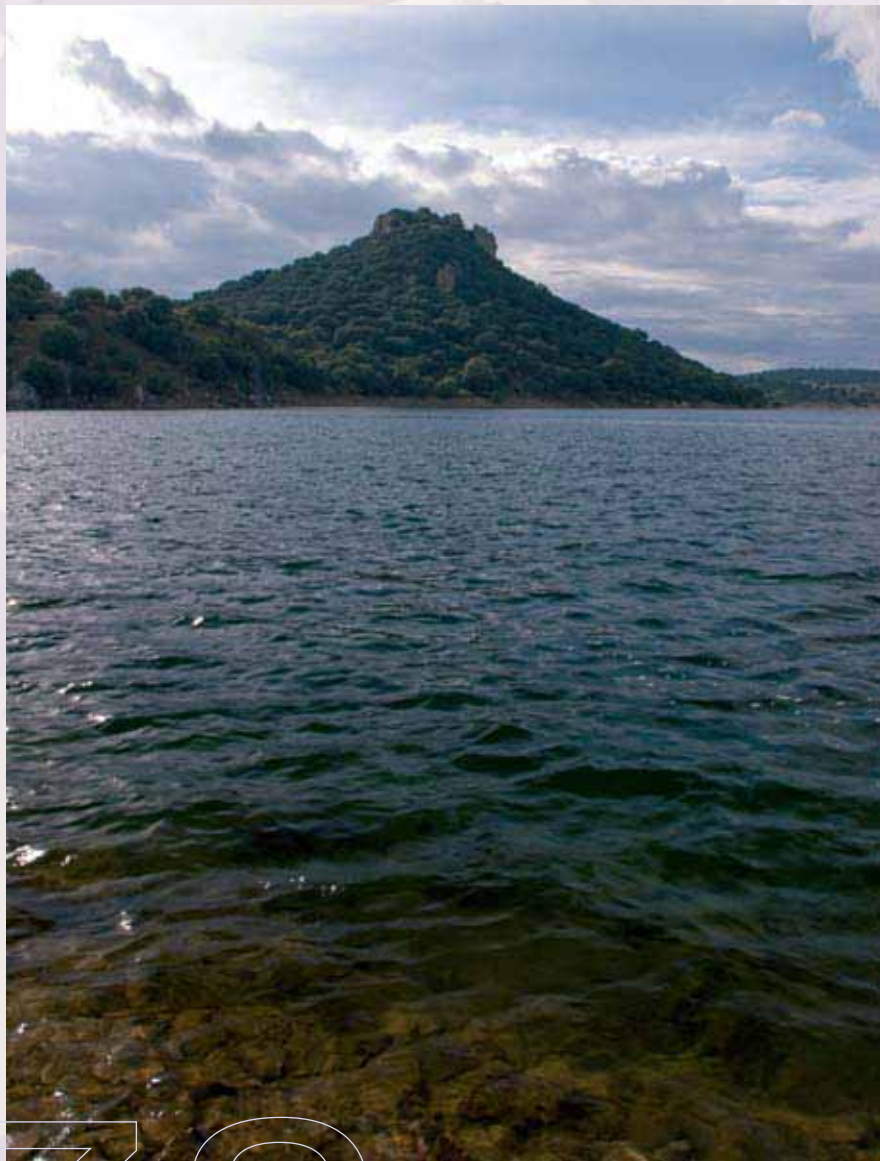
Natur

**L**a Zona de Interés Regional Embalse de Orellana y Sierra de Pela, en la provincia de Badajoz, es además Zona de Especial Protección para las Aves, Lugar de Interés Comunitario y está incluida en la lista del Convenio de Ramsar, que protege los humedales a nivel internacional. En la imagen (derecha) el cerro de Cogolludo, entre Navalvillar de Pela y Puebla de Alcocer, a cuyos pies se encuentra el yacimiento romano de Lacimurga.

The Area of Regional Interest of the Reservoir of Orellana and Sierra de Pela, in Badajoz province, is also a Special Protection Area for birds, Site of Community Interest and is included in the list of the Ramsar Agreement, which protects the wetland areas at an international level. In the image (right) is the hill Cogolludo, between Navalvillar de Pela and Puebla de Alcocer, at whose foot lies the Roman archaeological site of Lacimurga.

**E**l Viejas (imagen izquierda), en el macizo de Las Villuercas, es uno de los pocos ríos de la Península considerados vírgenes. Alberga comunidades de loros, rara especie arbórea, reliquia viva del bosque subtropical que poblaba Europa en el Terciario.

The Viejas (left image), in the massif of Las Villuercas, is one of the few rivers in the peninsula considered to be virgin. It is home to communities of parrots and rare tree species and is a living relic of the subtropical forest that covered Europe in the Tertiary era.





Los Corredores Ecológicos y de Biodiversidad son áreas fluviales incluidas en la Red de Espacios Naturales Protegidos de Extremadura. Las cumbres de la sierra de Gredos (imagen izquierda), en el norte cacereño, surten de agua el corredor del río y los pinares del Tiétar; mientras que el pico Villuercas hace lo propio con el del río Guadalupejo (abajo), que actúa como enlace natural entre las Villuercas, en Cáceres y la Siberia, en Badajoz.

The Biodiversity or Ecological Corridors are river areas included in the Network of Protected Natural Areas in Extremadura. The peaks of the Sierra de Gredos (left image), in the north of Cáceres, supplies the corridor with water from the river and the pine forest of the Tiétar; while the peak of Villuercas does the same with the water from the River Guadalupejo (below), which acts as a natural link between Las Villuercas, in Cáceres and Siberia, in Badajoz.

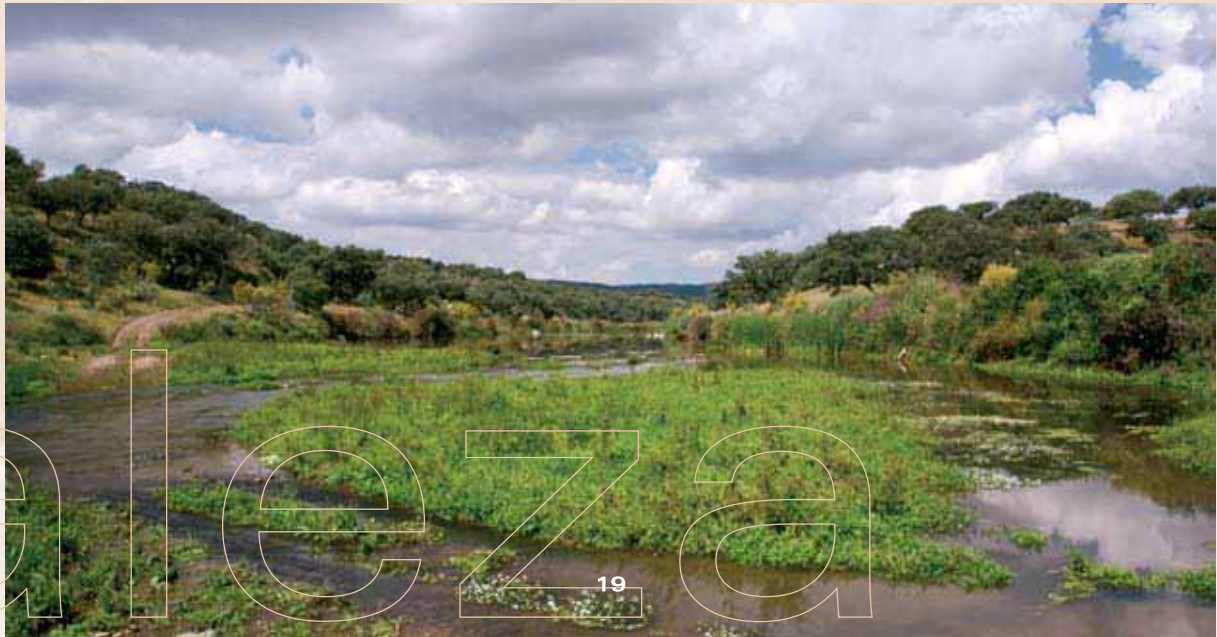


Natur



**El río Alcarrache (junto a estas líneas), afluente del Guadiana en su tramo portugués, también está declarado Corredor Ecológico y de Biodiversidad; lo mismo que el Bembézar (abajo), uno de los ríos extremeños que pertenecen a la cuenca del Guadalquivir.**

The River Alcarrache (next to this section), a tributary of the Guadiana in its Portuguese stretch, has also been declared a Biodiversity Corridor, the same as the Bembézar (below), one of the rivers in Extremadura that belongs to the basin of the Guadalquivir.



**E**l embalse de La Serena es uno de los más grandes de Europa y la mayor reserva para regadío de las Vegas del Guadiana. Además, goza de protección medioambiental a nivel europeo. En la imagen (bajo estas líneas) vista desde el castillo de Puebla de Alcocer, provincia de Badajoz.

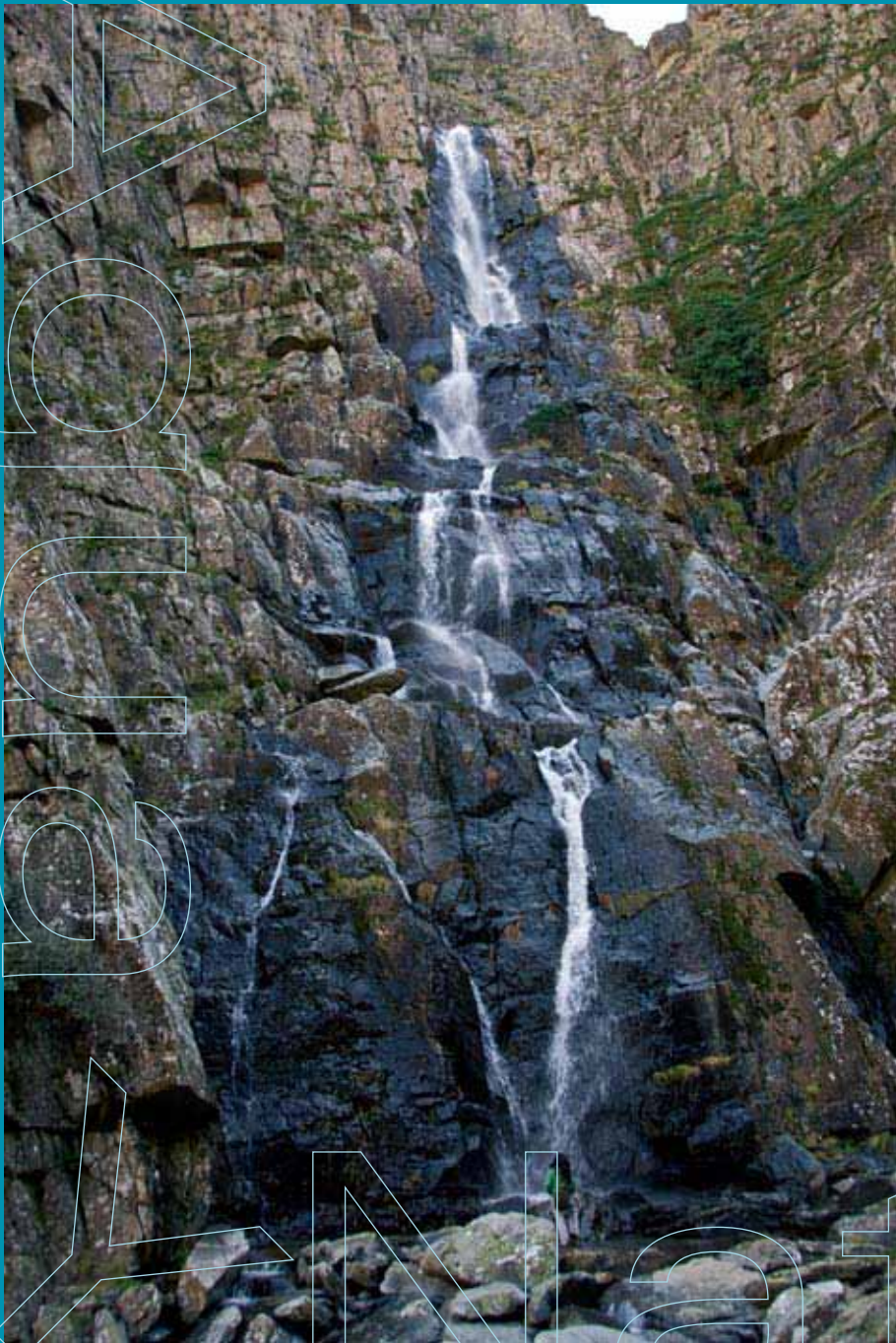
The Reservoir of La Serena is one of the largest in Europe and the biggest reserve for the irrigated meadowland of the Vegas del Guadiana. It also enjoys environmental protection at a European level. In the image (below this section) is a view from the castle in Puebla de Alcocer, in Badajoz province.





**Los Canchos de Ramiro (sobre estas líneas), en la confluencia de los ríos Alagón y Árrago, constituyen uno de los mejores emplazamientos para observar aves en la provincia de Cáceres. Buitres leonados, cigüeñas negras, alimochos, halcones peregrinos, águilas reales y perdiceras, habitan estos roquedos, que también son espacios protegidos.**

Los Canchos de Ramiro (above this section), at the confluence of the rivers Alagón and Árrago, is one of the best bird-watching sites in Cáceres province. Griffon Vultures, Black Storks, Egyptian Vultures, Peregrine Falcons and Golden and Bonelli's Eagles live in these rocky outcrops, which are also protected areas.



El chorro de la Miacera (junto a estas líneas) es uno de los saltos de agua más impresionantes de los muchos que hay en Las Hurdes, montañosa comarca del norte de Cáceres protegida en su práctica totalidad y que cuenta, además, con tres Árboles Singulares declarados por la administración regional.

The Chorro de la Miacera (next to this section) is one of the most spectacular waterfalls of the many found in Las Hurdes, a mountainous region in the north of Cáceres, practically all of which is protected and that also has three Special Trees, as declared by the regional administration.





**El río Malavao o Malena (imagen superior) nace en las cumbres de la Sierra de Gata, en la comarca cacereña de igual nombre, fronteriza con Portugal, cuya naturaleza goza de amplia protección. Se trata del único curso fluvial extremeño que rinde tributo al Duero.**

The River Malavao or Malena (top image) originates in the peaks of the Sierra de Gata, in the region of Cáceres of the same name, bordering Portugal, whose nature enjoys extensive protection. It is the only river course in Extremadura that pays tribute to the Duero.



P a t r i n

50

# monio



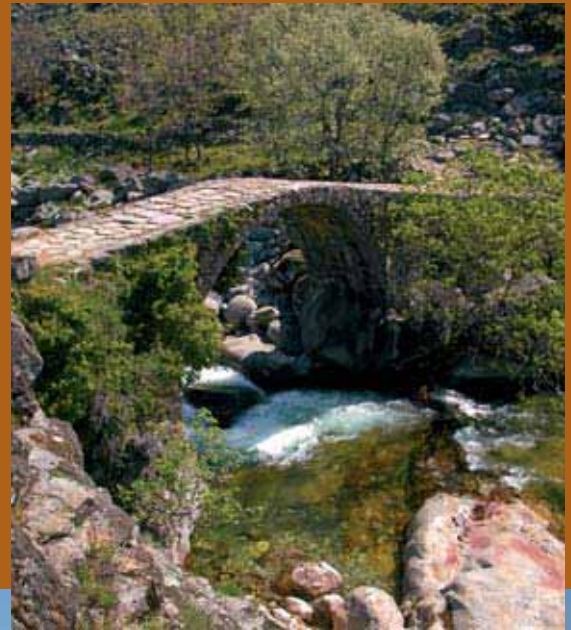
Son numerosas las estructuras creadas a lo largo de la historia para el aprovechamiento de los recursos hídricos, ya sea para su almacenamiento, para su distribución o para emplearlos como fuerza motriz. Por otra parte, el ser humano se ha visto obligado a aplicar su ingenio para protegerse del agua, sortearla para desplazarse o usarla como vía de comunicación. Así lo atestigua el impresionante patrimonio arquitectónico conservado en Extremadura: puentes, acueductos, presas, aljibes, molinos, acequias y fuentes son vestigios legados por tantas y tan diversas culturas que por estas tierras *extremas* o fronterizas pasaron. Dicha herencia monumental, integrada en los casos de Mérida, Guadalupe y Cáceres en conjuntos declarados Patrimonio de la Humanidad, ofrece al visitante la faceta histórica de Extremadura, en contraposición a las nuevas estructuras vinculadas al uso del agua, que hablan de una región dinámica y moderna. En la imagen, el acueducto romano de Los Milagros, en Mérida.

**WATER AND HERITAGE**  
Numerous structures have been created throughout history to exploit the water resources, be they for their storage, distribution or to use them as a motive power. On the other hand, human beings have had to apply their ingenuity to protect themselves from the water, get around it to travel or to use it as a transport link. The incredible architectural heritage conserved in Extremadura bears witness to this: bridges, aqueducts, reservoirs, cisterns, mills, irrigation channels and fountains are traces left by the many and very diverse cultures that have passed through Extremadura or its borders. This monumental heritage, integrated into ensembles that have been declared World Heritage Sites in Mérida, Guadalupe and Cáceres, show visitors the historic side of Extremadura, in contrast to the new structures linked to water use, which reveal a dynamic and modern region. In the image is the Roman aqueduct of Los Milagros, in Mérida.



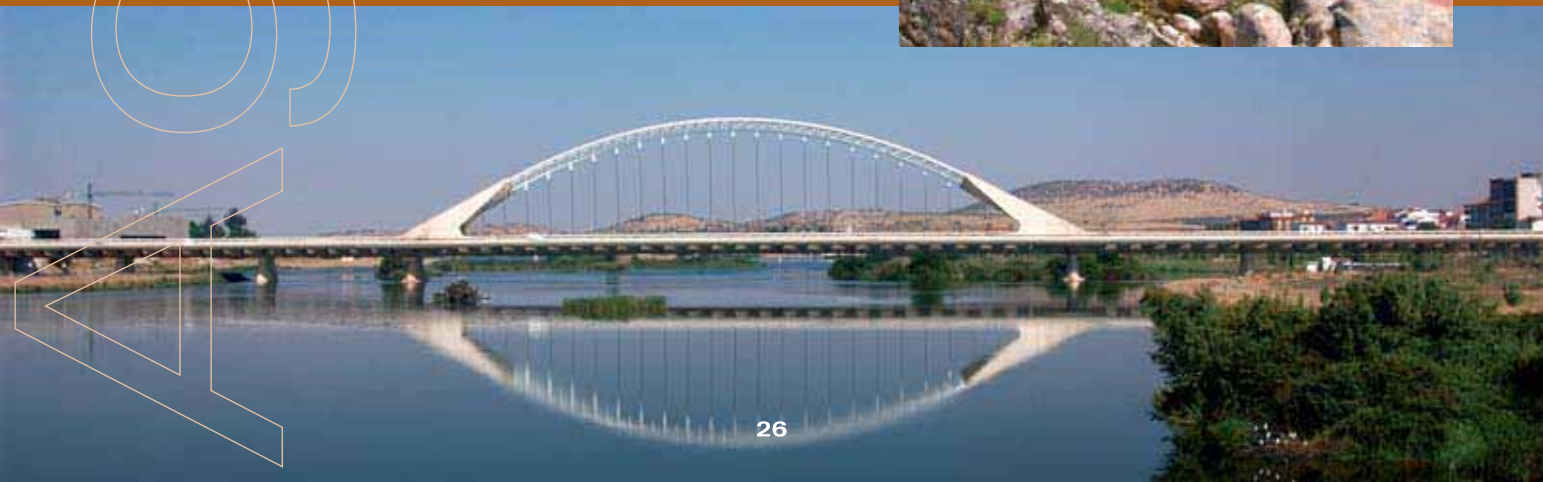
(Imagen izquierda) “...y se abaja después bajo las horcas caudinas del majestuoso puente romano de Alcántara -una de las mayores hermosuras que en España puede verse- y entra en Portugal a morir rindiendo sus fatigadas aguas al Atlántico!”. Miguel de Unamuno.

(Left image) “...and afterwards it goes down under the stern test of the majestic Roman bridge of Alcántara -one of the greatest beauties that you can see in Spain- and enters Portugal to die offering its weary waters to the Atlantic!”. Miguel de Unamuno.



**El Puente de Lusitania (bajo estas líneas), en Mérida, es obra del arquitecto Santiago Calatrava y vino a solucionar el deterioro que sufría, debido al tráfico rodado, el puente romano sobre el Guadiana.**

The Bridge of Lusitania (below this section), in Merida, is a work by the architect Santiago Calatrava, which came to solve the deterioration suffered by the Roman bridge over the Guadiana due to road traffic.



La Alcazaba de Badajoz (imagen derecha), a orillas del río Guadiana, fue construida por los almohades en el siglo XII, aunque tiene su origen en la cerca que levantó Ibn Marwan al fundar la ciudad en el siglo IX. Se trata de la mayor alcazaba de Europa.

The *Alcazaba* (citadel) of Badajoz (right image), on the banks of the River Guadiana, was built by the Almohades in the 12<sup>th</sup> century, although it has its origins in the wall built by Ibn Marwan when he founded the city in the 9<sup>th</sup> century. It is the biggest citadel in Europe.

El Puente Nuevo (página anterior centro) permite cruzar la Garganta de los Infiernos, en el Valle del Jerte, por el viejo camino que Carlos V utilizó para atravesar la sierra de Tormantos y llegar a su retiro en el Monasterio de Yuste, en la comarca de La Vera.

The *Puente Nuevo* or New Bridge (centre of previous page) enables the Garganta de los Infiernos to be crossed, in the Valley del Jerte, by the old road that Carlos V used to cross the Sierra de Tormantos and reach his retreat in the Monastery of Yuste, in the region of La Vera.

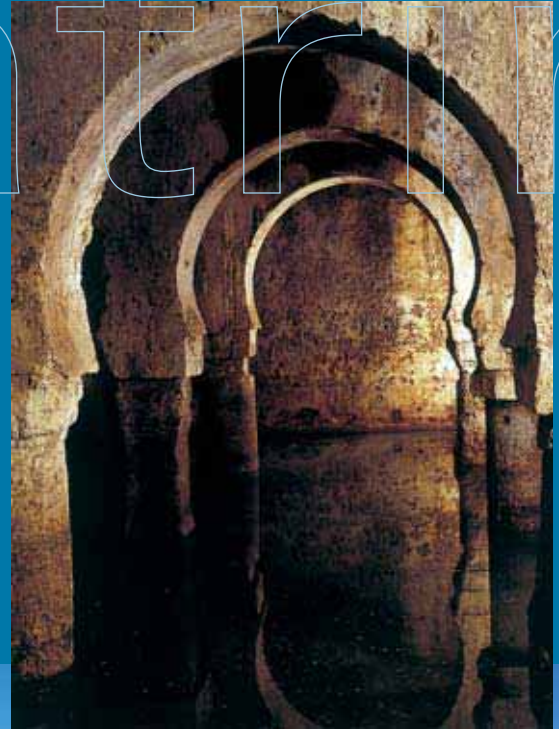


En Villanueva de la Vera, las aguas de la fuente de la plaza (junto a estas líneas) han presenciado muchas veces la muerte del *Pero Palo*, el pelele alrededor del que gira esta Fiesta de Interés Turístico Regional que se celebra en dicha localidad cacereña durante el Carnaval.

In Villanueva de la Vera the water of the fountain in the square (next to this section) has, on many occasions, witnessed the death of *Pero Palo*, the straw doll around which this Festival of Regional Tourist Interest revolves, celebrated in this town in Cáceres during its Carnival.

**E**l Aljibe del Palacio de las Veletas (junto a estas líneas), de los siglos XI-XII, está reconocido como el mejor conservado de España. Se encuentra en el casco histórico de Cáceres, ciudad Patrimonio de la Humanidad, que ha presentado su candidatura a Capital Europea de la Cultura 2016.

The *Aljibe* (cistern) of the Palace de las Veletas (next to this section), dating from the 11-12<sup>th</sup> centuries, is recognised to be the best conserved in Spain. It is in the historic quarter of Cáceres, a World Heritage city, which has presented its candidacy for the European Capital of Culture 2016.



**D**esde 1963, los restos de la ciudad romana de Augustóbriga reposan, dentro del casco urbano de Talavera la Vieja, bajo las aguas del embalse de Valdecañas, que refrena el río Tajo en cuanto se adentra en la provincia de Cáceres. La columnata conocida como Los Mármoles (imagen inferior), fue rescatada piedra a piedra de la inundación.

Since 1963, the remains of the Roman city of Augustóbriga have lain, within the urban area of Talavera la Vieja, beneath the waters of the Reservoir of Valdecañas, which restrains the River Tajo as it enters Cáceres province. The colonnade known as Los Mármoles (bottom image) was saved from the flooding stone by stone.



**E**n Ovejuela, comarca de Las Hurdes, este antiguo molino de aceite (imagen derecha) ha sido rehabilitado y transformado en Centro de Interpretación de la Miel, uno de los principales productos de la zona.

In Ovejuela, a region of Las Hurdes, an old oil mill (right image) has been restored and transformed into a Centre of Interpretation of Honey, one of the main products of the area.




**L**a presa de Alcántara (sobre estas líneas), de 130 metros de altura, estuvo considerada durante mucho tiempo como la más grande de la Europa occidental. Hoy marca el límite del Parque Natural del Tajo Internacional.

The dam of Alcantara (above this section), 130 metres high, was considered to be the biggest in Western Europe for a long time. Today it marks the boundary of the Natural Park of Tajo Internacional.

Ocio.

Y Salud



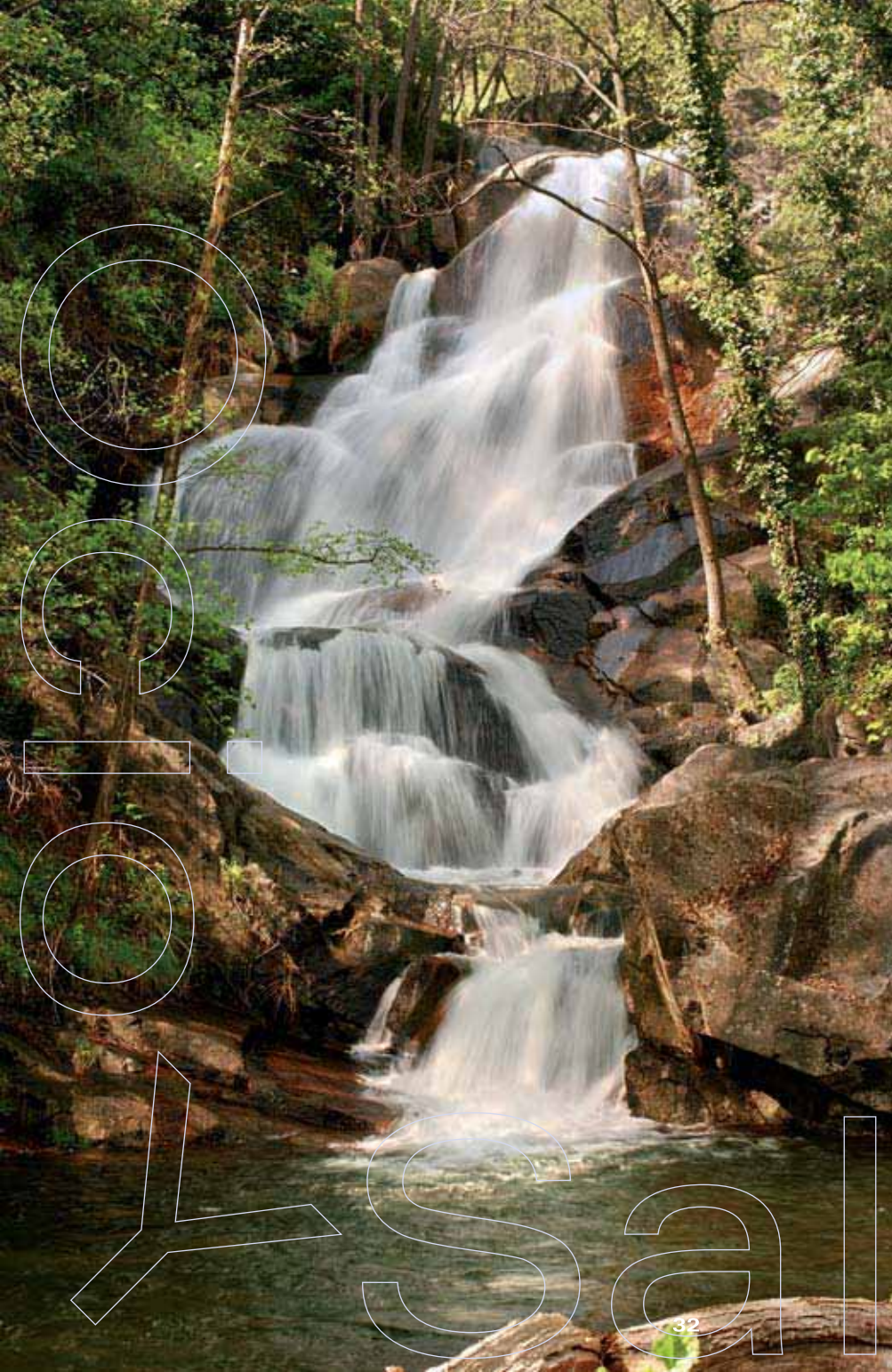


El agua no es sólo un bien necesario, sino que constituye también un elemento para la mejora de la calidad de vida y el disfrute de la población. En este sentido, Extremadura es un destino privilegiado que ofrece numerosas posibilidades al visitante: las grandes masas de agua presentes en su territorio permiten la práctica de toda clase de actividades náuticas y modalidades de pesca fluvial deportiva. Las gargantas y los ríos, con numerosas zonas habilitadas para el baño, hacen las delicias de locales y foráneos en los meses de verano, y la red de balnearios distribuida por toda la geografía extremeña, permite disfrutar en plena naturaleza de los beneficiosos efectos terapéuticos de sus aguas. En la imagen las termas de Alange, en la provincia de Badajoz.

#### HEALTH AND LEISURE

Water isn't only an essential asset; it is also an element that can be used to improve people's quality of life and enjoyment. In this sense,

Extremadura is a privileged destination that offers numerous possibilities to visitors: the large masses of water present within the region enable all types of nautical activities and river fishing to be carried out. The gorges and rivers, with many areas that have been made suitable for bathing, delight locals and visitors alike in the summer months, and the spa network spread across the whole of Extremadura enables visitors to enjoy the beneficial therapeutic effects of their waters in the heart of nature. In the image are the thermal springs of Alange, in Badajoz province.



o

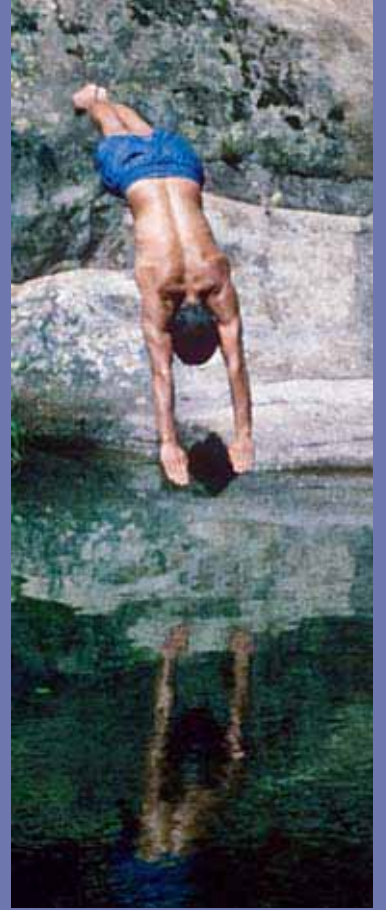
o

o

o

l

sai



ud

Los ríos y gargantas de la Sierra de Gata, Las Hurdes, la comarca de La Vera, el Valle del Ambroz y el de Jerte (imagen izquierda), ofrecen innumerables saltos de agua o *chorros*, pozas y piscinas naturales, idóneas para el baño (imagen centro). Rodeadas de una vegetación exuberante, son una opción cada vez más demandada, sobre todo en los meses estivales.

The rivers and gorges of the Sierra de Gata, Las Hurdes, the region of La Vera, the Valley del Ambroz and Jerte (left image), present innumerable waterfalls or *chorros*, pools and natural swimming pools, perfect for bathing (centre image). Surrounded by lush vegetation, these areas are getting more and more popular, particularly in the summer months.

Un total de ocho establecimientos componen la red de balnearios de Extremadura: Alange, El Raposo (Puebla de Sancho Pérez), y Baños de Valdefernado (Valdecaballeros) en la provincia de Badajoz; Baños de Montemayor (bajo estas líneas), El Salugral (Hervás), Valle del Jerte (Valdastillas), Fuentes del Trampal (Montánchez) y Baños de San Gregorio (Brozas) en la de Cáceres. Los beneficios de sus aguas ya eran conocidos, en la mayoría de los casos, por romanos y árabes.

In total there are eight establishments that make up Extremadura's spa network: Alange, El Raposo (Puebla de Sancho Pérez) and Baños de Valdefernado (Valdecaballeros) in Badajoz province and Baños de Montemayor (below this section), El Salugral (Hervas), Valle del Jerte (Valdastillas), Fuentes del Trampal (Montánchez) and Baños de San Gregorio (Brozas) in Cáceres province. In the majority of cases the benefits of their waters were already known by the Romans and Arabs.

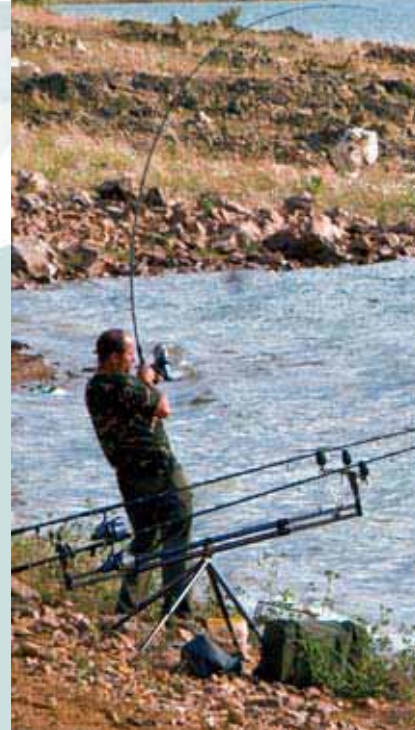




Los humedales extremeños ofrecen la posibilidad de practicar durante todo el año una de las actividades cuya práctica ha crecido más en los últimos tiempos: el turismo ornitológico. Junto a esta líneas, observatorio de aves en los arrozales de la Dehesa Moheda Alta, en Navalvillar de Pela.

Extremadura's wetland areas offer the possibility of enjoying, throughout the year, one of the activities that has grown the most in recent years: bird watching. Next to this section is the bird observatory in the rice fields of the Dehesa Moheda Alta, in Navalvillar de Pela.





Las cuencas del Tajo y el Guadiana permiten la práctica de deportes como el piragüismo, la vela y la motonáutica, siendo además un destino de primer orden para la pesca deportiva. En la imagen superior, un pescador practicando *carpfishing* en el embalse de Orellana, una nueva modalidad de pesca sin muerte de grandes carpas, que goza de notable aceptación en toda Europa, y para la que el embalse pacense es un auténtico referente. En la página anterior, abajo, piragüismo en el río Pontones, en la localidad cacereña de Arroyo de la Luz, y junto a estas líneas, embarcaciones en Orellana.

In the basins of the rivers Tajo and Guadiana it is possible to do sports such as canoeing, sailing and motor boating and they are also first class destinations for sport fishing. In the top image there is a person carp fishing in the Reservoir of Orellana, a new way of fishing without killing the large carp, which enjoys outstanding popularity across Europe and for which this reservoir in Badajoz is a real reference point. On the bottom of the previous page, canoeing in the River Pontones, in the town of Arroyo de la Luz in Cáceres and, next to this section, vessels in the Orellana.



**diseño**  
laruinagrafica@gmail.com

**fotografías**  
Carlos Montero  
Archivo de Dirección General de Turismo

**textos**  
Agustín Gallardo

**traducción**  
Atrix





JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Cultura y Turismo

