



# BULGARIA

ECOTURISMO Y  
TURISMO RURAL



[www.bulgariatravel.org](http://www.bulgariatravel.org)

# Algunos datos específicos sobre Bulgaria



Los amantes de la naturaleza pueden disfrutar plenamente de las riquezas de la naturaleza búlgara gracias a la amplia red de eco senderos que guían a los visitantes por hermosas localidades y dan acceso a sitios extraordinarios y lugares naturales de interés. Las rutas son de diferente longitud y dificultad y son adecuadas para gente de diferentes intereses.

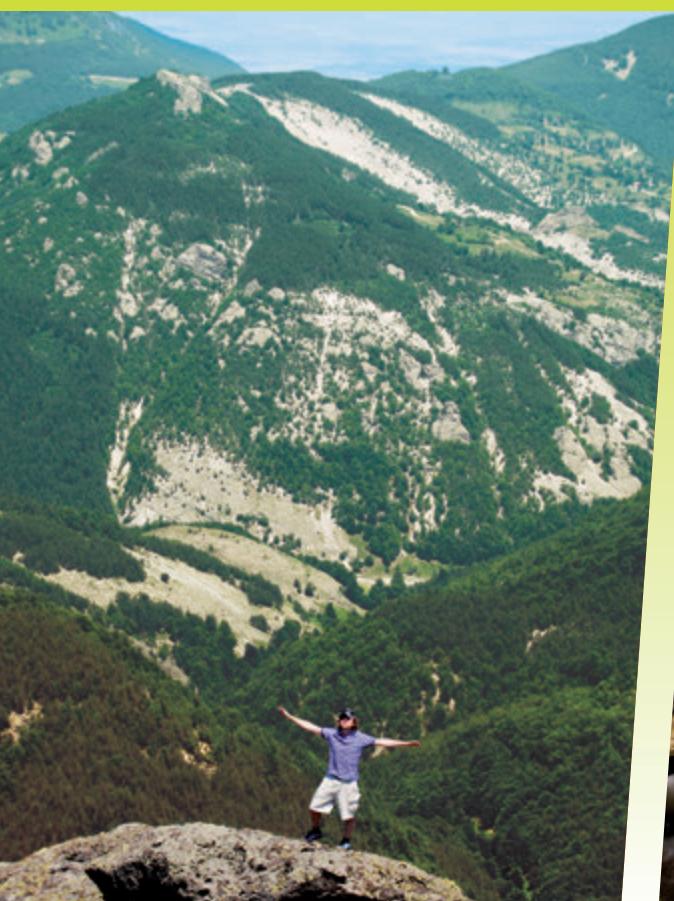


Los parques nacionales y las reservas naturales guardan cuidadosamente la riqueza de la naturaleza búlgara. El clima peculiar y el relieve variado del país se combinan de una manera singular condicionando una exuberancia extraordinaria de la flora y la fauna. Muchas especies raras, en peligro de extinción o endémicas habitan las reservas naturales búlgaras. Asimismo, por el territorio del país pasa la Vía Póntica – la ruta de las aves migratorias de Europa a África.



La gente búlgara es amable y hospitalaria y sabe recibir sus huéspedes. Puede sentir esta hospitalidad también en las aldeas búlgaras. Allí le recibirán encantados, le agasajarán con ricas comidas y bebidas, le prepararán manjares aromáticos según recetas antiguas locales y le alojarán en una auténtica antigua casa rural. Junto con todo esto los amos de la casa organizarán en su honor una fiesta folclórica, un paseo en medio del hermoso paisaje o un descanso agradable que le dejará recuerdos imborrables.

# INTRODUCCIÓN



Para conocer a Bulgaria tienen que sumergirse en su autenticidad, paladear los frutos de su naturaleza, recorrerla con la mochila en la espalda e ir recolectando un ramo de recuerdos y sensaciones. La diversidad de su naturaleza constituye un factor importante para el buen desarrollo del ecoturismo, se puede ir a pasear por los parques nacionales y las reservas naturales siguiendo alguno de los múltiples senderos que existen, observar aves y animales, y realizar visitas a cuevas y a lugares naturales de interés.

Una densa red de eco rutas se extiende por toda Bulgaria y siguen marcándose constantemente nuevos trayectos accediendo de esta manera a un número cada vez mayor de sitios de interés y lugares curiosos.

Las actividades turísticas naturales se combinan perfectamente con las posibilidades de practicar el turismo rural y alternativo. Es posible también conocer de cerca el auténtico folklore búlgaro, así como alojarse en antiguas casas rurales en las regiones de Rila, Pirin, Rodope, Strandza, los Balcanes, Tracia, el Danubio y el mar Negro. Muchos pueblos pequeños ya reciben a sus huéspedes disfrutando de los diversos eventos que los dueños organizan: recorridos a caballo, presentación de oficios artesanales locales, paseos hasta sitios naturales, noches folclóricas y otras actividades en medio de la naturaleza.

# BIODIVERSIDAD

Bulgaria se han registrado más de 29 000 especies animales. El país posee una riqueza extraordinaria de plantas, se han constatado alrededor de 3700 especies, 170 de las cuales son endémicas y otras 200 lo son exclusivas de la península Balcánica.

## PARQUES NACIONALES

### El parque Rila

El parque nacional Rila es el más grande de Bulgaria. Está situado a 100 km al sur de Sofía abarcando las partes centrales de la montaña de Rila. Dentro de los límites del parque hay 4 reservas naturales. La mayor parte de los bosques de Rila son súbulares donde predominan los bosques de pícea, pino de Macedonia y pino silvestre. El número de las especies endémicas en el territorio del parque es de 57. Aquí habitan más de 3000 especies de animales y unas 99 especies de aves.

El parque es uno de los lugares preferidos por los amantes de la montaña y la naturaleza. La mayoría de los senderos y las rutas turísticas están señalizadas con diferentes marcas para invierno y verano. Una amplia red de rutas cubre todo el territorio del parque, siendo estas de diferentes tipos y dificultad.



### El parque de Pirin

El parque nacional de Pirin presume de una gran diversidad vegetal y se considera uno de los lugares más interesantes del país desde el punto de vista botánico. En su territorio crecen cerca de 1300 especies de plantas. La que más interés provoca es la flor de las nieves que es el símbolo de la Unión búlgara de turismo.

Pirin alberga también gran número de especies raras de animales y otras en peligro de extinción. En el territorio del parque pueden observarse 160 especies de aves. Existen unas 45 especies de mamíferos, un 50% de todos los que habitan Bulgaria.



## El parque Balkan Central



El parque Balkan Central conserva una diversidad extraordinaria de animales y plantas de la parte central de los Balcanes. Se extiende sobre una superficie de 716 m<sup>2</sup> en el corazón de Bulgaria, incluye bosques seculares de haya, cimas amplias, una sucesión de picos de difícil acceso y nueve reservas naturales.

Casi 580 km de senderos turísticos señalizados llevan al visitante por medio de las maravillas del mundo salvaje del parque. Existen condiciones para el turismo peatonal, en bicicleta, equitación, foto safaris y observación de aves, plantas y grandes mamíferos. Pueden albergarse y descansar en 25 objetos-paradores, refugios y bases de entidades.



## El parque Vitosha



El parque nacional Vitosha es uno de los más visitados en el país. Por su proximidad a la capital el parque es un lugar preferido por los aficionados a pasear por la naturaleza, los alpinistas y las familias con niños. Se han creado condiciones óptimas para recorridos, paseos y recreo en mitad de la hermosa naturaleza.

En el parque se encuentran más de 500 especies de reptiles, sobre 200 especies de aves y hasta 13 especies de murciélagos.

La flora de Vitosha también es extraordinariamente rica. Aquí habitan alrededor de 500 especies de algas de agua dulce y más de 600 tipos de hongos.



## Srebarna

La reserva natural Srebarna está situada a 16 km al oeste de la ciudad de Silistra y a 2 km al sur del río Danubio. Incluye el lago del mismo nombre y los territorios que están en su alrededor. En la reserva se encuentran más de 65 especies de plantas superiores, sobre todo la caña y otras variedades acuáticas. El mundo animal consta de 41 especies de mamíferos, 15 especies de reptiles, animales terrestres y 23 especies de peces.

La riqueza más grande de Srebarna son las aves, 221 especies. En otoño la reserva se convierte en una parada para las aves que migran de Europa a África. Al lado de la reserva existe un museo de ciencias naturales con piezas de aves disecadas de todas las especies que habitan la reserva.

## RESERVAS NATURALES



## Rusenski Lom



A 30 km al sur de la ciudad de Ruse se encuentra el parque Rusenski Lom. Es una combinación impresionante de cuevas, formaciones rocosas, monumentos históricos y zonas de gran biodiversidad.

En la zona pública de descanso en el valle del río Malki Lom y en los bosques que están a su alrededor, los visitantes pueden gozar de variadas posibilidades de ocio en la naturaleza. En la parte histórica de Risenski Lom se encuentran las iglesias rupestres de Ivanovo y los restos de la fortaleza medieval Cherven.

El parque ofrece muy buenas condiciones para practicar el turismo de cuevas y el turismo en bicicleta. Los visitantes que buscan sensaciones extremas, pueden practicar aquí bajadas en canoa, recorridos a caballo y en bicicleta o hacer escalada libre.

## Ropotamo

La reserva de Ropotamo se encuentra a 50 km al sur de Burgas. El limán del río Ropotamo constituye uno de los fenómenos naturales más interesantes de Bulgaria. En las lagunas ribereñas de poca profundidad crecen lirios de agua y bosques frondosos cubren las orillas.

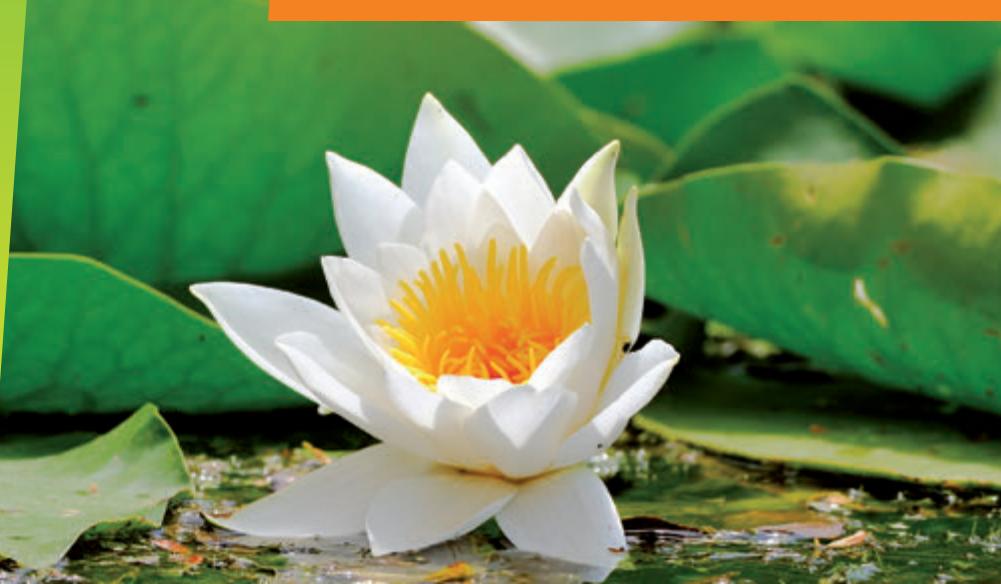
El río tiene zonas tanto de agua dulce, como de agua salada debido a las corrientes marinas que entran en él. Por lo tanto, muchas especies de peces habitan Ropotamo, tanto de río como de mar. En la reserva se pueden observar también interesantes aves. Las especies animales que habitan Ropotamo son 257, de las cuales 71 están en peligro de extinción.



La reserva natural Vodni lili (Lirios de agua) forma parte de la reserva de Ropotamo. Su mayor atractivo es el amplio campo de lirios de agua y leucojum. El bosque que la rodea es también rico en interesantes y raras especies vegetales.

El acceso a la reserva es limitado, los visitantes pueden ingresar al área protegida por un puente especial de madera. Las condiciones que se han creado en la reserva ofrecen la posibilidad a los visitantes de disfrutar de una hermosa vista al gran número de los lirios de agua que allí existen.

## Vodni lili



## Kamchia



La reserva natural Kamchia se halla a lo largo del curso inferior del río Kamchia. Aquí se encuentra el bosque secular ribereño más grande de Bulgaria. La reserva es un lugar maravilloso para la observación de aves, hay cerca de 200 especies. Algunas de ellas están amenazadas de extinción a nivel mundial.

En el río habitan también tortugas y serpientes de agua. Pueden verlos si deciden dar un paseo en barca por Kamchia.

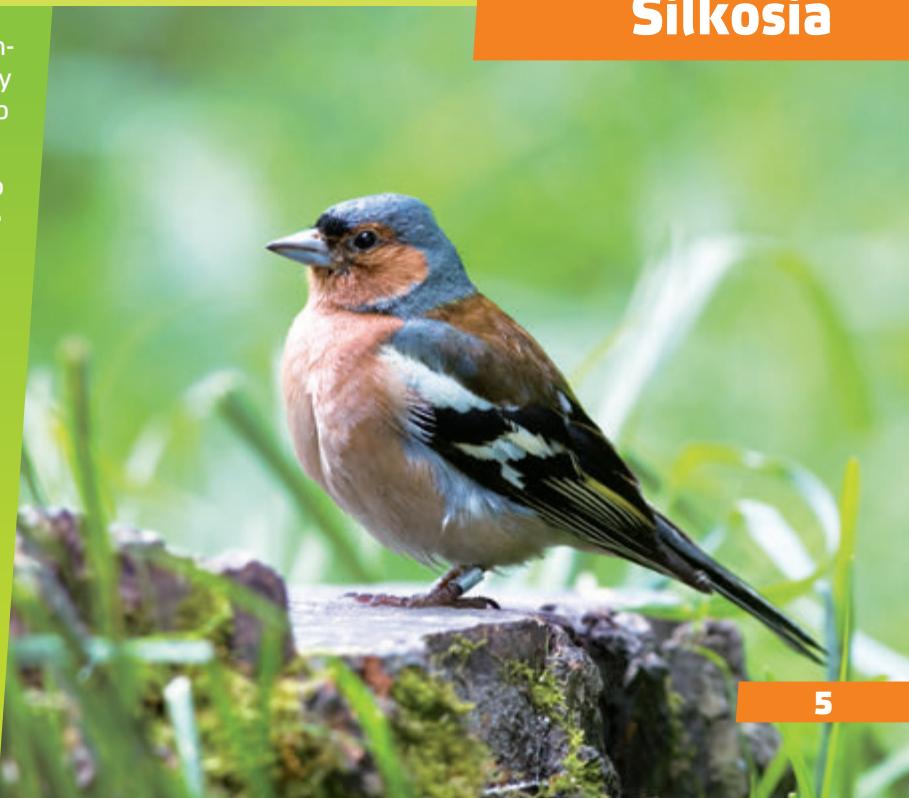


Silkosia es una reserva forestal situada en la montaña de Strandzha, entre los pueblos de Bulgari y Kosti, y comprende una parte de la cuenca del río Veleka. Es la reserva más antigua del país.

Reúne una gran variedad de plantas, algunas poco difundidas, otras típicas de otras latitudes, lo que hace al lugar muy interesante desde el punto de vista científico. En la parte inferior de la reserva hay zonas pantanosas.

La fauna de Silkosia también es muy rica. De la familia de los anfibios aquí se encuentran el sapo verde, la ranita de San Antonio y la rana griega. En la reserva anidan también muchas aves interesantes: la oropéndola, el ruiseñor, la curruca cabecinegra, la curruca zarcera, el mirlo, el arrendajo, el pinzón común, diferentes tipos de pájaros carpinteros, aves rapaces y otras. De la familia de los mamíferos aquí habitan el gato montés, la garduña, la marta, el lobo y el jabalí.

## Silkosia



## El lago ribereño Atanasovsko

El lago ribereño Atanasovsko, ubicado al norte de Burgas, está conectado con el Mar Negro por su parte norte mediante un canal, por eso el lago es salado y su área sur se utiliza para la extracción de sal. En el lago se encuentran más de 230 especies de plantas superiores, entre las cuales tenemos la espadaña de hoja caduca, la artemisa rusa y la lavanda del mar Negro. Muchas de las plantas en la reserva están en peligro de extinción y están protegidas por la ley. Aquí se encuentran también muchos mamíferos, algunos de ellos muy poco habituales, como son: el arvicolino, el gato montés, la nutria, así como el mamífero más pequeño de Europa, la musarañita que es una especie muy rara.

La mayor riqueza del lago Atanasovsko son las aves. En esta pequeña área se encuentra más del 70% de todas las aves típicas de Bulgaria, más de 300 especies, 12 de las cuales están en peligro de extinción a nivel mundial.



## Danubio

Los sedimentos fluviales del Danubio han formado varias islas. Su forma cambia constantemente ya que el agua sigue modelándolas.

En las islas Vardim, Tzibar y Persina / Belene se están protegiendo colonias enteras de especies de aves amenazadas. Estas islas albergan garzas, cormoranes, cigüeñas negras y otras especies raras. Aquí se encuentran también especies de plantas poco habituales como el sauce, el roble, el ciprés de los pantanos y otras plantas interesantes.

Belene es la isla búlgara más grande del río Danubio. Sus pantanos constituyen el hogar de muchos peces y aves, estando el resto de su superficie cubierta de bosques. Desde el puerto de la ciudad de Svishtov se organizan excursiones en barca hasta la isla que es un sitio ideal para la observación de diferentes aves curiosas.



# Ecosenderos

## Rodope

El eco sendero de la parte sur del Rodope empieza cerca del pueblo de Jagodina. El sendero es de 18,5 km de largo e incluye las localidades situadas entre tres ríos. La ruta le llevará hasta varias cascadas en la zona, así como a Diavolskia most (el Puente del Diablo), un sitio local de interés.

## Tran

El eco sendero de Tran incluye los cañones de los ríos Erma y Jablanitza, a 80 km al noroeste de Sofía. Hay varias rutas con diferente grado de dificultad. La ruta más larga es de 13,2 km. A lo largo del trayecto han sido edificadas varias plataformas de observación. El paseo pasa por siete puentes y varias zonas de recreo.

## Koprenská

La eco ruta Koprenská comienza cerca de la aldea de Kopilovtzi, a 130 km de Sofía. El recorrido dura aproximadamente cinco horas y es recomendable hacerlo con guía.

El sendero les llevará a la localidad al pie del pico Kopren (2119 m). La longitud total del trayecto es de unos 20 km, pasando una parte del sendero muy cerca a la frontera serbia. Se pasa también muy cerca de dos hermosas cascadas.

## Emenska (Negovanska)

En el área protegida a 25 km de Veliko Tarnovo se encuentra la eco ruta Emenska (Negovanska). El paseo dura casi tres horas. Las colinas descubren una vista bonita al río. A lo largo de la ruta hay numerosos prados donde se puede descansar. La ruta pasa principalmente por el así llamado Emenski cañón. Después de atravesarlo se encontrarán con la cascada Momin skok (el Salto de la joven). De la cascada se forma un remanso donde pueden bañarse o pescar. El final del camino les llevará hasta la presa Negovanka.

## Vía Ferrata

El sendero Vía Ferrata se encuentra en la región de Dryanovo. La marcha dura cerca de tres horas, siendo el punto de partida el monasterio de Dryanovo. La ruta tiene un grado de dificultad relativamente bajo. El sendero discurre por las orillas del río Dryanovska, cerca de Sini vir (Remanso azul) y conduce a la meseta de Strinava.

## Krushunska



El eco sendero Krushunska se encuentra en la región de los Balcanes Occidentales. La ruta pasa por la localidad Maarata que está al lado del pueblo de Krushuna. La distancia de Sofía al pueblo es 190 kilómetros y desde Pleven son 57 km. El sendero representa un sistema de peldaños que permiten subir por las pendientes. Conduce a la cueva de Krushuna. El agua proveniente de la cueva forma un sistema de pequeños lagos y cascadas, conocido bajo el nombre de las cascadas de Krushuna. La región cuenta con dos cascadas más.

El recorrido dura más o menos una hora y media. Es posible contratar un guía de montaña.

## Zgorigrad

En la región del pueblo Zgorigrad, a 6 km de Vratsa, empieza la eco ruta Borov kamak (Piedra de pino) o la ecoruta Zgorigradska. La ruta sigue el río Leva por las laderas de los Balcanes de Vratsa. Al subir un sistema de puentes y escaleras se llega a la catarata Borov kamak, cuya altura es de 63 metros. Desde allí el camino continúa hasta una pradera de montaña, donde pueden descansar antes de emprender el final de la ruta hasta el albergue "Parshevitsa". El descenso desde el albergue a Vratsa dura unas dos horas y media.

## Chernelka

El eco sendero Chernelka transita por un pintoresco cañón cárstico en la parte central del valle del Danubio, entre los pueblos Gortalovo y Kartozhabene, a unos 12 km de la ciudad de Pleven. Siguiendo el curso del río Chernelka. A lo largo de 7 kilómetros, el río ha formado un hermoso cañón de 60 a 200 metros de ancho y de 10 a 30 metros de altura de la corona rocosa. 18 puentes sobre el río facilitan a los visitantes el tránsito de un lado al otro del cañón.

## Dryanovo

El inicio del ecosendero de Dryanovo está cerca del monasterio de Dryanovo. La marcha dura entre tres y cuatro horas. El grado de dificultad es algo más alto debido a las secciones empinadas. El sendero sigue el curso del río Andaka. En la región se encuentra la famosa cueva Bacho Kiro. Mediante un sistema de puentes y escaleras se pasa por encima de un precipicio y se revela una vista panorámica a la garganta del río. La subida continúa hacia la localidad Boruna donde desde el borde de la majestuosa peña se puede observar toda la zona. Desde la colina el camino continúa hacia el pintoresco pueblo de Dolni varpishta.

## Byalata reka

El ecosendero Byalata reka (el Río Blanco) se encuentra en el Parque Nacional del Balkan Central. El sendero comienza al noroeste de la ciudad de Kalofer, cerca del monasterio de Kalofer. Por ocho puentes de madera la ruta cruza las corrientes rápidas y espumosas del río montañoso que moldea la ruta en forma de un ocho con una longitud de 1830 m. Por todo el trayecto hay paneles informativos que cuentan sobre las especies animales y vegetales que habitan el parque.



## Spirka Bazovets

El eco sendero Spirka Bazovets (Estación Bazovetz ) se encuentra a 20 km de Tryavna. El sendero entra en la parte central de la Cordillera de los Balcanes subiendo un tramo empedrado a lo largo de 3 km. El punto más alto es el pico Bazovets (897 m). Luego el camino desciende ofreciendo una vista preciosa hacia varias aldeas montañosas. En medio de la ruta pueden descansar aprovechando un refugio construido para tal fin.

## Strandzha

La eco ruta de Strandzha comienza en la proximidad de la aldea de Stoilovo. Allí se encuentran también la hermosa cascada Dokuzak. El paseo dura 2,5 horas por un terreno fácil de transitar.

Al principio el sendero sigue un estrecho camino forestal que atraviesa un hermoso bosque mixto. Pasados unos 20 minutos se llega a una instalación singular llamada "francotirador de bosque", donde se puede aprender más sobre la flora típica de Strandzha. Luego tienen que ascender por un terreno abrupto para acceder a la cresta de la Meseta de Bosnia que ofrece un panorama espectacular. El punto final de la ruta es la localidad de Kukulyat.

## Dostapna sreda – Beklemeto

La ruta Dostapna sreda – Beklemeto (Ambiente accesible – Beklemeto) es circular y tiene una longitud total de 1,6 km. Ofrece a las personas con discapacidad física un acceso a la vida silvestre del Parque Nacional del Balkan Central.

Un punto de partida desde el norte es la ciudad de Troyan, desde el sur – el pueblo de Karnare. La ruta cruza hermosos prados de altas montañas y ofrece una vista panorámica a la alfombra de plantas y a la increíble belleza de la naturaleza de los Balcanes.

# LOS PRINCIPALES SITIOS



# ECOTURISMO Y TURISMO RURAL



- 1 La reserva natural Srebarna
- 2 Ruse
- 3 La reserva de Ropotamo
- 4 La reserva natural Kamchia
- 5 Zemzelen
- 6 Beli plast
- 7 las Piedras enclavadas
- 8 Las rocas de Belogradchik
- 9 las Rocas maravillosas
- 10 Devin
- 11 cueva Ledenika
- 12 cueva Magura
- 13 cueva Uhlovitza
- 14 cueva Haramiyska
- 15 la Garganta del Diablo
- 16 cueva Jagodinska
- 17 cueva Bacho Kiro
- 18 Etara /Gabrovo/
- 19 Dobrich
- 20 Zlatograd
- 21 Leshten
- 22 Bozhentsi
- 23 Shiroka Luka
- 24 Smilyan
- 25 Arda
- 26 Mogilitza
- 27 Momchilovtzi
- 28 Koprivlen
- 29 Gramatikovo
- 30 Kosti
- 31 Brashlyan
- 32 Bulgari
- 33 Trigrad
- 34 Leshten
- 35 Kovachevitsa
- 36 Ognyanovo
- 37 Zheravna
- 38 Medven
- 39 Chiflik
- 40 Ribaritsa
- 41 Shipkovo
- 42 Rozhen
- 43 Delchevo
- 44 Koprivshitsa
- 45 Kotel
- 46 Tryavna
- 47 Elena
- 48 Arbanasi

# SITIOS NATURALES DE INTERÉS



## Kamennata svatba

Kamennata svatba (la Boda pétreas) es un hermoso y extraordinario grupo de formaciones rocosas. El fenómeno natural se encuentra a 5 km de Kardzali, cerca del pueblo de Zimzelen. Las formaciones rocosas que sugieren formas de personas y animales se han formado a consecuencia de los procesos de erosión. Los óxidos de metales pintan las rocas en diversos colores.



## Kamennite gabi

Kamennite gabi (los Hongos pétreos) es un fenómeno rupestre vecino a la aldea de Beli Plast, a unos 19 km de la ciudad de Kardzhali. "Los Hongos" miden unos 2,5 m de alto y sus pies están teñidos de color rosa debido a la existencia de un mineral específico. Otro mineral da el color verde a los sombreros de los hongos. Las rocas han obtenido estas formas extrañas como resultado de la actividad volcánica submarina. El agua se ha retirado y los procesos de erosión han ido retocando las rocas.



## Pobitite kamani

Uno de los fenómenos rupestres más interesantes son los Pobitite kamani (las Piedras enclavadas), situados a unos 20 km de Varna, camino a Sofía. Las rocas se ubican sobre una extensa área. Parecen columnas y son de diferente altura, teniendo algunas 5 m de alto. La mayoría de las columnas tienen forma cónica y son huecas. Las rocas que poseen forma diferente llevan nombres como Kamennite strazi (los Guardianes de piedra), Kamilata (el Camello), Trona (el Trono) y Kamennata gora (el Bosque pétreo).



## Chudnite skali

Chudnite skali (las Rocas maravillosas) son un fenómeno natural impresionante situado en la orilla de la presa Tzonevo, a unos 2 km del pueblo de Asparuhovo y a 90 km de Varna. El fenómeno natural representa un macizo de una docena de majestuosas rocas blancas de formas de extraordinaria belleza. Originados bajo la actividad del agua y el viento sobre la piedra caliza, las Rocas maravilloosas parecen inaccesibles castillos blancos.

## Slonat

El fenómeno rupestre Slona (el Elefante) se halla a 4 km de Devin. La interesante formación rocosa se asemeja a un gran elefante de tronco largo. Se puede ver desde el camino que va de Devin hacia el pueblo de Nastan, a unos cien metros de la salida de Smolyan. La figura es algo abstracta, así que tienen que mirar detenidamente para poder reconocerla. Pueden preguntar a los lugareños cómo llegar al sitio.

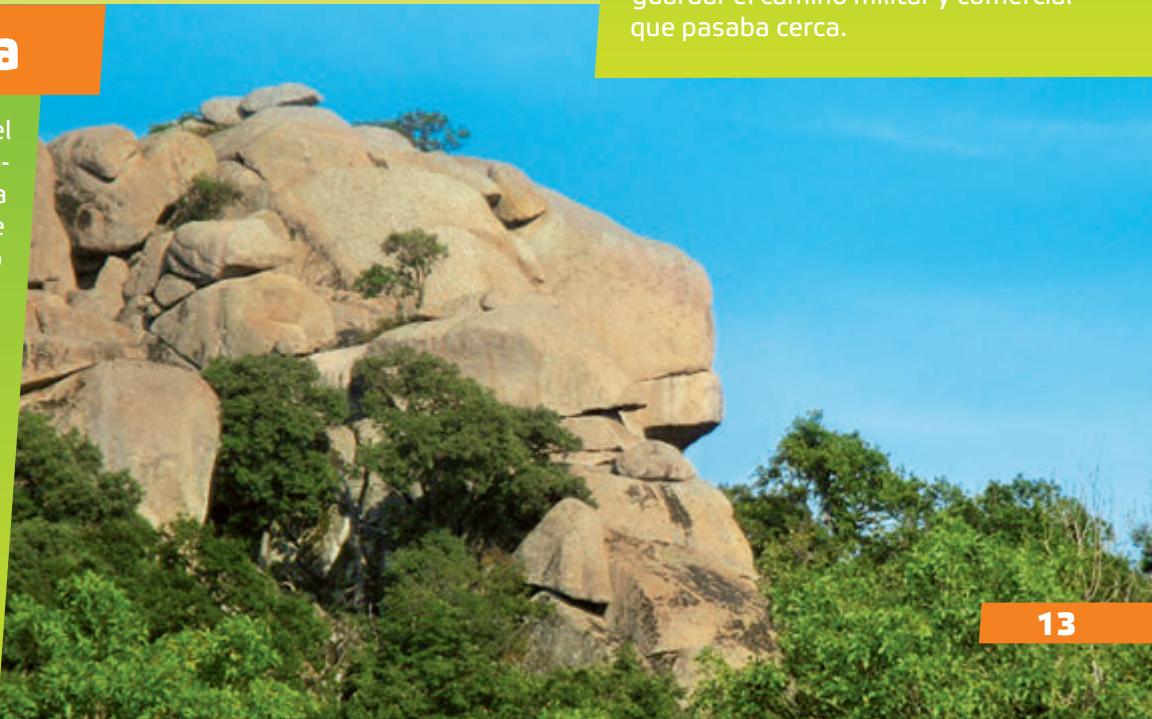


## Las rocas de Belogradchik

Las rocas de Belogradchik constituyen quizás el fenómeno natural más famoso de Bulgaria. Se encuentran cerca de Belogradchik, a unos 175 km de Sofía y a 66 km de Montana. Las rocas cubren un área de casi 30 km de largo y 3 km de ancho. Durante millones de años las condiciones climáticas han modificado y esculpido las figuras, sobre las que se cuentan muchas leyendas. La gente ha denominado algunas de las peñas de acuerdo con los objetos y los seres a los que se parecen. Justo encima de Belogradchik está situada la fortaleza Kaleto. Esta fue construida en la época romana y su finalidad era guardar el camino militar y comercial que pasaba cerca.

## Lavskata glava

Lavskata glava (la Cabeza del león) es un interesante fenómeno rupestre cuya silueta parece una cabeza de león. Se halla a la mitad del trayecto entre Primorsko y Sozopol, siguiendo el curso del río Ropotamo. Verán la hermosa peña en uno de los sitios más altos de la reserva natural Ropotamo. Según dicen las leyendas, la Cabeza del león guarda un inmenso tesoro de oro. Es difícil llegar a la misma roca, pero se ve muy bien desde la carretera.



# CUEVAS

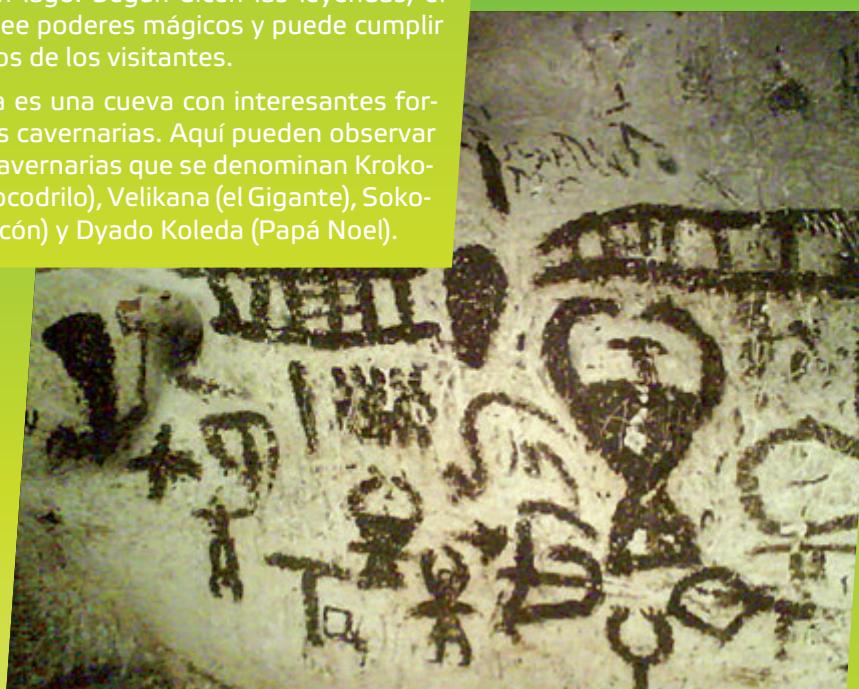
## Ledenika

El nombre de la cueva Ledenika proviene de las interesantes formas de hielo que los visitantes pueden descubrir en su antesala en los meses de invierno.

La cueva se encuentra a 16 km de Vratsa. Su longitud es de 300 metros y tiene formadas 10 salas. Las galerías exteriores mantienen una temperatura de -7 a -15 grados. En el interior de la cueva la temperatura llega a los 8 grados.

El agua que llenaba la cueva hace muchos años se ha retirado poco a poco y actualmente sólo queda un lago. Según dicen las leyendas, el lago posee poderes mágicos y puede cumplir los deseos de los visitantes.

Ledenika es una cueva con interesantes formaciones cavernarias. Aquí pueden observar figuras cavernarias que se denominan Kroko-dila (el Cocodrilo), Velikana (el Gigante), Sokola (el Halcón) y Dyado Koleda (Papá Noel).



## Magura

Una de las cuevas más interesantes del país se llama Magura y se encuentra cerca de Belogradchik. Las galerías que se han descubierto hasta ahora en el interior de la cueva tienen una longitud total de cerca 2500 m.

Restos humanos prehistóricos convierten Magura en una de las cuevas más ricas en pinturas rupestres de Europa. Algunas imágenes de la cueva representan un antiguo calendario. Se considera que el sitio es un antiguo santuario.

La cueva es famosa por la estalagmita más grande que se ha encontrado en el país. Se denomina Padnalia bor (el Pino caído) y tiene la impresionante altura de más de 11 metros.

La cueva Magura se utiliza para la producción de vinos espumosos que maduran en las galerías de la cueva en condiciones naturales.

## Jagodinska

La cueva Jagodinska está situada en la proximidad inmediata al pueblo de Jagodina, en la parte occidental del Rodope. La temperatura de la cueva es 6 grados durante todo el año. La cueva Jagodinska tiene tres niveles, estando sólo uno de ellos iluminado y acondicionado para visitas turísticas. Es posible llegar a los demás niveles si se organiza un grupo suficientemente grande de gente que desea emprender una escalada en la cueva. Tal visita puede ser acordada con los guías turísticos de la cueva.

Muchos novios eligen la cueva para una romántica ceremonia nupcial. En el interior de la cueva hay muchas estalactitas, estalagmitas y perlas cavernícolas.



## **Uhlovitsa**



Una de las cuevas búlgaras más bellas es Uhlovitsa. Se encuentra a 3 km del pueblo de Mogilitsa, cerca de la frontera con Grecia, a una altura sobre el nivel del mar de 1040 m. Un sendero empinado conduce hasta la entrada de la cueva, cuya subida nos ocupará unos 30-40 minutos.

Las paredes de Uhlovitsa están decoradas con preciosas coralitas. La temperatura en el interior es constante y no supera los 10-11 grados.

La cueva tiene un segundo nivel conectado con el primero por medio de una escalera de metal. De él descienden cuatro precipicios, por lo que han llamado el nivel Zalata na propastite (la Sala de los precipicios).



## **Bacho Kiro**

La cueva Bacho Kiro es la primera acondicionada en Bulgaria. Se encuentra cerca del monasterio de Dryanovo.

La cueva tiene cuatro plantas y las galerías y túneles son de alrededor de 3.600 metros de largo. Muchos arqueólogos las han investigado y han encontrado restos interesantes de la Edad de Piedra, tales como puntas, cuchillos y objetos elaborados en hueso.



## **Dyavolskoto garlo**

Dyavolskoto garlo (la Garganta del Diablo) también se encuentra en la región de Trigrad, en la montaña de Rodope. La cueva es profunda y no tan larga, por lo que está clasificada como un precipicio.

En la Garganta del Diablo está la cascada subterránea más alta de los Balcanes.

La galería principal se llama Buchashtata zala (la Sala rugiente) por el ruido ensordecedor que hace el río. Según cuenta la leyenda, de esta cueva Orfeo descendió a los infiernos para rescatar a Eurídice.



## **Haramiyska**

La cueva Haramiyska está situada en las peñas por encima de la carretera que conduce al pueblo de Trigrad en Rodope. Para visitar la cueva es necesario organizar un grupo dispuesto a embarcarse en una aventura y contratar un guía que les proporcione el equipamiento necesario y les ayude a explorar los secretos de la cueva.

La aldea búlgara es la salvaguarda del espíritu y las tradiciones del pueblo, de sus costumbres centenarias y de su folklore rico en sabiduría popular. Sólo en las zonas rurales se pueden degustar platos tradicionales preparados de una manera específica, escuchar bellas canciones populares y conocer leyendas y cuentos locales. Muchos pueblos de Bulgaria han logrado mantener su ambiente auténtico de desde hace varios siglos y permiten a los invitados aprender más sobre la historia y los hábitos del pueblo. Se han conservado muchas e interesantes costumbres antiguas que se guardan y respetan hasta hoy día.



## Tejeduría

Uno de los oficios artesanales más típicos de Bulgaria es el arte del tejido, que es conocido y se ha venido desarrollando desde la época de los tracios. Las tradiciones se transmiten de generación en generación y las jóvenes aprenden el arte de sus madres y abuelas. Cada maestro añade algo de sí mismo, haciendo de cada obra suya una pieza única. Las ciudades de Chiprovtsi y Kotel son conocidas por sus artesanos tejedores y por los maravillosos dibujos de sus alfombras, desde 2014 los tejidos de Chiprovtsi están incluidos en la Lista representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de UNESCO.



## Arte de tallar la madera

El arte de tallar la madera es una tradición profundamente arraigada en Bulgaria. El tallado en madera servía para la decoración de los techos y los muebles en las casas, además era un elemento obligatorio el espectacular iconostasio en todas las iglesias.



# ARTESANÍA



## Alfarería

Hermosos platos decorados con dibujos, cántaros y ollas también forman parte de la imagen de Bulgaria. La cerámica artesanal se practica por nuestras tierras desde tiempos remotos. Casi cada pueblo búlgaro tenía sus maestros alfareros que creaban artículos maravillosos y únicos. La decoración es variada y una parte muy característica del folklore búlgaro. En las diferentes regiones del país la decoración es diferente, siguiendo las tradiciones de los antiguos maestros.

## Cuchillería

La elaboración de cuchillos constituía un oficio artesanal popular en las regiones de Gabrovo, Sliven, Vidin, Panagyurishte y Sopot. Los hábiles artesanos creaban diferentes tipos de cuchillos y espadas con mangos de madera, metal y hueso ornamentados. La decoración era complicada y costaba mucho tiempo, teniendo algunas obras un valor muy alto debido a la capa de oro y las piedras preciosas que llevaban. Hoy en día este oficio artesanal sigue vivo. Muchos coleccionistas y conocedores de todo el mundo buscan las obras de los artesanos búlgaros por su fina elaboración y decoración única.



## Orfebrería

La orfebrería es un arte conocido desde hace mucho tiempo en nuestra tierra y ha sido perfeccionado a lo largo de los años. En la Necrópolis de Varna se ha descubierto el oro elaborado más antiguo en Europa. Data de finales del quinto milenio a.C. y se extiende hasta el siglo IV a.C.

Las mujeres búlgaras durante la Edad Media y el Renacimiento no eran menos vanidoras que las mujeres de Europa Occidental y El Oriente. Tenían hermosas joyas de la más diversa índole, adornos para la cabeza, cinturones y hebillas, adornos de metal para la ropa y accesorios. Los orfebres búlgaros creaban joyas exquisitas e inigualables y artículos de metales preciosos. Son realmente impresionantes las hebillas y joyas elaboradas con gran maestría, que adornaban orgullosamente los trajes tradicionales de la mujer búlgara.

## COMPLEJOS ARTESANALES



## Etara

Uno de los lugares más interesantes de Bulgaria, donde todavía se puede ver cómo los hábiles artesanos producen objetos y adornos variados, está ubicado a pocos kilómetros de Gabrovo. El complejo etnográfico Etara recrea el modelo a escala de la ciudad artesanal de Gabrovo de la época del Renacimiento búlgaro. El complejo dispone de varios talleres, la mayoría de los cuales están abiertos al público. Aquí se puede observar el trabajo de diversos artistas y comprar productos elaborados allí mismo, delante de sus ojos.

## Staria Dobrich

En el corazón del actual Dobrich, en el sitio del antiguo Odun charshia, hoy día se encuentra el complejo etnográfico Staria Dobrich (el Antiguo Dobrich). En los talleres los artesanos demuestran a los visitantes sus habilidades. Algunos de esos maestros son herederos de una larga tradición familiar. Ante sus ojos se revelarán los secretos de diferentes oficios artesanales, el arte de elaborar el cuero, el torneado de la madera, la orfebrería, la alfarería, la herrería, la costura, el arte del tejido, la tonelería, el arte de hacer abrigos y muchos más.

## Centro Artesanal de Sopot

En el centro artesanal de Sopot los herederos de los sabios maestros demuestran y transmiten su experiencia a los visitantes. La producción de los maestros del Gremio artesano es muy diversa: obras de madera, armas de fuego grabadas, cuchillos grabados... cada uno es una pieza única. También talla en madera e incrustaciones sobre culatas de armas de caza, pipas hechas a mano, pinturas e iconos.

## Zlatograd

El complejo etnográfico areal de Zlatograd es un lugar peculiar, situado en el corazón de la montaña de Rodope, cerca de la frontera con Grecia. Está situado en el centro de Zlatograd y es de fácil acceso.

Los artesanos les darán la bienvenida en su tienda con mucho gusto, les prestarán especial atención y responderán a todas sus preguntas. En el área del complejo funcionan muchos talleres para la elaboración de diferentes artículos, como abrigos, cordones de cuero y guarniciones para caballos, cuchillos, joyas, recipientes de cobre, tallas de madera, cerámica y tejidos. En cada uno de ellos pueden comprarse algún producto o encargarlo.

## Samovodska charshia

El Samovodska charshia de Veliko Tarnovo surgió en el siglo XIX y rápidamente se convirtió en un importante punto comercial para la ciudad. Los viernes los campesinos de las aldeas cercanas se reunían allí para vender sus productos. Actualmente Samovodska charshia es un complejo etnográfico que conserva su aspecto auténtico. Hay talleres en funcionamiento, muchas tiendas de antigüedades y varias galerías pequeñas de arte.



# PUEBLOS



## Rodope

Muchos pueblos búlgaros atraen a los visitantes con un ambiente acogedor, comida deliciosa y actividades naturales. Entre los destinos más populares están los pueblos de la montaña de Rodope – Smilyan, Arda, Mogilitza, Momchilovtzi, Jagodina, Trigrad, Leshten, Ognyanovo y Kovachevitsa. Aquí, en medio de hermosos paisajes y aire cristalino degustarán sabrosos platos, disfrutarán de la paz y la tranquilidad del ambiente y se sentirán halagados por la hospitalidad de la gente local.

## la Cordillera de los Balcanes

Los pueblos de la Cordillera de los Balcanes son numerosos y diversos, y conservan muchas obras maestras arquitectónicas. Son especialmente interesantes para los visitantes los pueblos Zheravna, Medven, Miikovtsi, Chiflik, Ribaritsa y Shipkovo.

## Pirin

En la montaña de Pirin están algunos de los pueblos más interesantes del país – Delchevo, Rozhen, Musomishta y Koprivlen. Aparte del alojamiento en una casa antigua y la comida tradicional, aquí se puede gozar de una serie de diversas actividades como la pesca, el senderismo, rutas a caballo, colección de hierbas medicinales y setas.



En la mística montaña de Strandzha los pueblos preservan tanto sus viejas casas, como sus tradiciones antiguas. Sólo aquí se puede ver la antigua danza de los nestinari (bailarines) sobre las brasas. Las aldeas de Gramatikovo, Brashlyan, Kosti y Bulgari ofrecen excelentes condiciones de ocio y vacaciones en Strandzha.

## Strandsza



# NOCHES FOLCLÓRICAS



El folclore búlgaro es rico, variado e inspirador. Sólo una noche de música folclórica, vino tinto y joró (danza popular búlgara) les puede demostrar el valioso e invaluable legado que ha guardado el pueblo búlgaro durante los siglos.

Las áreas folclóricas del país son siete, siendo la música, la danza, los trajes y las leyendas en cada una de ellas diferentes y únicas.

En muchos pueblos de Bulgaria se organizan eventos folclóricos que permiten a los visitantes conocer las tradiciones y las costumbres locales. En combinación con los platos tradicionales, las tardes folclóricas pueden convertirse en una experiencia inolvidable.

## PRODUCTOS BIOLÓGICOS



Los pueblos búlgaros cuidan celosamente y con amor sus tradiciones relacionadas con la producción de alimentos ecológicos y orgánicos. De este modo de vida natural pueden disfrutar también los visitantes. Temprano, por la mañana, les agasarán con leche recién ordeñada y banitza (hojaldre enrollado de queso) preparado por la ama de la casa. Las frutas y las hortalizas que se utilizan para la preparación de la comida son cultivadas cuidadosamente en el jardín de la casa.

Se han conservado también las tradiciones búlgaras en la extracción y la aplicación de aceites esenciales. La recogida de rosas en el Valle de las Rosas constituye un atractivo ritual, acompañado de un ambiente festivo. En Kazanlak, en el Museo de la Rosa, pueden aprender más sobre este proceso, el único en su género en todo el mundo. En las regiones de Kazanlak y Karlovo se produce el 80% del aceite de rosa de Bulgaria. La recogida y la producción de aceite de rosa tiene lugar entre los meses de mayo a junio. Las rosas deben ser recogidas por la madrugada, cuando las gotas de rocío sobre los pétalos aún no se han evaporado por el sol.



# Centro de información turística

CENTRO DE INFORMACIÓN TURÍSTICA NACIONAL  
EL MINISTERIO DE TURISMO  
1040 Sofia, pl. „Sv. Nedelja“ №1  
Tel.: +359 2 9335826; +359 2 9335821; +359 2 9335811  
E-mail: edocs@government.bg

SOFIA, el subterráneo al lado de la Universidad de Sofía „St. Kliment Ohridski“  
Tel.: +359 2 491 83 44; +359 2 491 83 45  
E-mail: tourist@info-sofia.bg

TROJAN, 5600; ul. „Vassil Levski“ № 133  
Tel.: +359 670/ 6 09 64  
E-mail: infotroyan@yahoo.com; troyantour@abv.bg

SMOLJAN, 4700; bul. „Bulgaria“ №5  
Tel.: +359 30162530; E-mail: toursmolyan@abv.bg

TETEVEN, 5700; pl. „Sava Mladenov“ №9  
Tel.: +359 678 52200 115; E-mail: vita\_tur@abv.bg

TRJAVNA, 5350; ul. „Angel Kanchev“ № 33  
Tel.: +359 677 2247; E-mail: tourinfo-tryavna@globcom.net

BANSKO, Ciudad de Bansko, Plaza. "Vazrazhdane" №4  
Tel.: +359 749 885-80; +359 749 88633  
E-mail: infocenter@bansko.bg

BELOGRADCHIK, 3900; ul. „Poruchik Dvorjanov“ № 1A  
Tel.: +359 936 53291; E-mail: ticbelogradchik@gmail.com

KOPRIVSHTITSA, pl. „20-ti April“ №6  
Tel.: +359 7184 21 91; E-mail: info@koprivshtitza.com

SHIROKA LAKA, 4710; obl. Smoljan  
Tel.: +359 3030 2222; E-mail: pesponedelnik@abv.bg

MALKO TARNOVO, pl. „Preobrazhenie“  
Tel.: +359 59523017; E-mail: tic\_mtarnovo@mail.bg

IVANOVO, 7088; ul. „Olimpijska“ №75  
Tel.: +359 8116 22 85; E-mail: tur\_iv@abv.bg

ELENA, 5070; ul. „Ilarion Makariopolski“ №13  
Tel.: +359 6151 7430; E-mail: otic@elena.bg

SANDANSKI, Ciudad de Sandanski, c. /"Makedonia" № 28  
Tel.: +359 746 30549; E-mail: tour\_centre@abv.bg

„UZANA“ – GABROVO, pl. „Vasrazhdane“ №3  
Tel.: +359 884 898976, +359 882 050176  
E-mail: academiauzana@gabrovo.bg

DURANKULAK, 9670; obsht. „Shabla“, obl. Dobrich  
Tel.: +359 888 476601; +359 887 308753  
E-mail: lebalkan@lebalkan.org

VRATSA, Ciudad de Vratsa, c./., „Pop Sawa Katrafilov“ № 27-29  
Tel.: +359 92 660318; E-mail: naturcenter@abv.bg

DEVIN, 4800; pl. „Osvobozhdenie“ №5  
Tel.: +359 876 535435; E-mail: tic\_devin@mail.bg

## INFORMACION GENERAL SOBRE BULGARIA

Ubicación: la República de Bulgaria está situada en Europa, en la parte este de la península Balcánica. Limita al este con el mar Negro, al sur con Grecia y Turquía, al oeste con la República de Macedonia y Serbia, y al norte con Rumania.

Clima: Bulgaria se encuentra en el límite entre la zona climática templada y la mediterránea. En la parte norte del país el clima es templado continental, mientras que al sur se siente sensiblemente la influencia climática mediterránea.

Temperaturas medias de invierno: 0° C hasta -2°C

Temperaturas medias de verano: alrededor de los 20-22°C

Territorio: 110.910 km. cuadrados

Población: 7 364 570 (año 2011)

Idioma oficial: búlgaro

Capital: Sofía

Divisa: Lev búlgaro (1 € = 1,955 BGN)

Número único europeo de emergencias: 112

Altura media sobre el nivel del mar: 470 m.

Punto más alto: pico Musala (2925 m.)

Zona horaria: GMT+2 (EST+7)

Religión principal: cristiano-ortodoxa oriental

## MINISTERIO DE TURISMO

Bulgaria, 1000, Sofia, c./. Saborna" №1  
Central telefónica +359 2 904 68 09  
Fax: +359 2 44 70 899  
e-mail: edoc@tourism.government.bg  
www.tourism.government.bg

## CARACTERÍSTICAS TODO EL AÑO

