



## Mampodre (montaña leonesa) 16, 17 y 18 de marzo



### Mampodre, sábado 16 de marzo

14 Km, +1.100m , -1.100m MIDE 2-2-4-4

Maraña, 1.250 m | Mampodre o Peña de la Cruz, 2.192 m | Peña del Convento, 2.156 m | Cervunal, 2.137 m | Maraña, 1.250 m

### Peña Ten, domingo 17 de marzo

15 Km, +950m , -950m MIDE 2-2-3-4

Uña/Puente de las Vegas 1.200 m | Canal de las Predices 1.428 m | Collada de las Corbas 1.800 m | Peña Ten 2.142 m | Puerto Fonfría 1.640 m | Valle de Carcedo | Uña

### Susarón, lunes 18 de marzo

12 Km, +800m , -800m MIDE 2-2-3-3

Puebla de Lillo 1.138 m | Senda Cervatina | Susarón 1.878 m | Puebla de Lillo



### **Imprescindible el uso de crampones y piolet**

El participante en la actividad declara poseer la capacidad física-deportiva adecuada para la realización de esta actividad, así como conocer el uso del material técnico requerido para el buen desarrollo de la misma.

# Día 1, Mampodre, sábado 16 de marzo

14 Km, +1.100m , -1.100m MIDE 2-2-4-4

Maraña, 1.250 m | Mampodre o Peña de la Cruz, 2.192 m | Peña del Convento, 2.156 m | Cervunal 2.137 m | Maraña, 1.250 m

---



En la misma aldea de Maraña (1.250 m) vadeamos el río, avanzando por el camino que rodea (S.E.) el Monte la Viesca, elevándose luego junto al Reguero de Mampodre (S.W.) hacia las altas praderías. Una vez en la base del circo de cumbres continuamos el ascenso (S.W.) bajo la abrupta Peña del Convento y atravesando las pedreras que se deslizan por la ladera situada bajo el Collado de Mampodre nos dirigimos (W.) al Collado de Valverde (2.085 m).

Después superamos (N.) la ladera que culmina en las rocosas Peñas del Mediodía (2.148 m), efectuando al bajar un flanqueo por la vertiente del Valle de Valverde a fin de tomar la senda (N.W.) que va sorteando espigones calizos hasta dar con la breve y airosa cresta cimera del **Mampodre o Peña de la Cruz (2.192 m)**.



De vuelta al Collado de Valverde (2.085 m) podemos alcanzar el segundo objetivo del día, la **Peña del Convento (2.175 m)**. Descendemos y enfilamos hacia el Cervunal (S.) dejando el Valcerra (2.165 m) a nuestra izquierda, una vez sobrepasado encontraremos el **Cervunal (2.137 m)** tercer y último pico del día del que descendemos cruzando su cima (N.W.) hasta llegar al Collado Cervunal (2.030 m).

Regresaremos por el, con acierto denominado Valle de Valverde, siguiendo el curso de su arroyo que va girando del N.W. al Este y se junta con las aguas del caudaloso manantial de la Fuentona en las cercanías de Maraña (1.250 m).

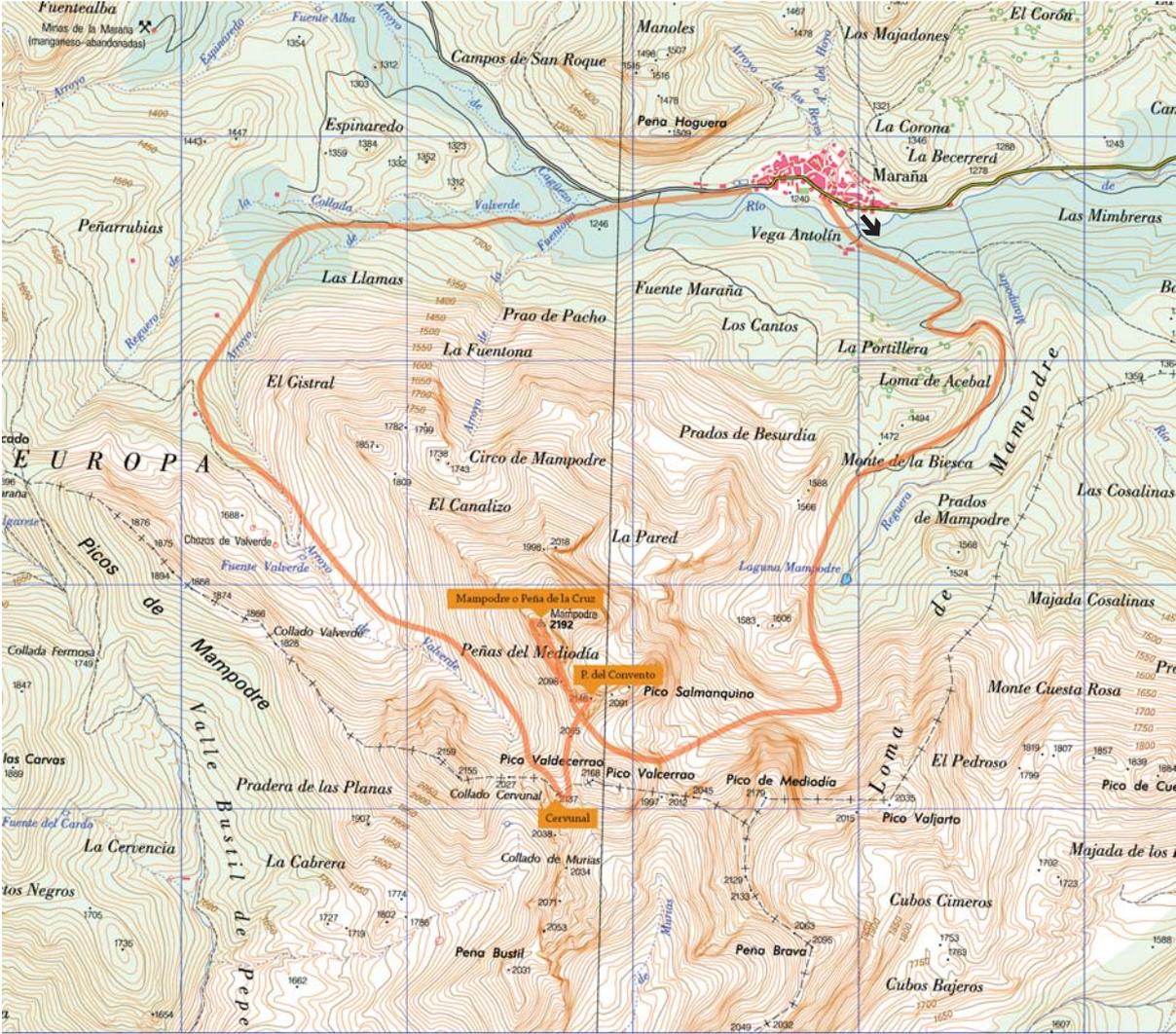
### Fuentes y más información:

<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=237es>

<http://escalandocumbres.blogspot.com.es/2011/03/pena-la-cruz-mampodre.html>

<http://aranyones.forogratias.es/mampodre-t1267.html>

# Mapa día 1, Mampodre o Peña de la Cruz

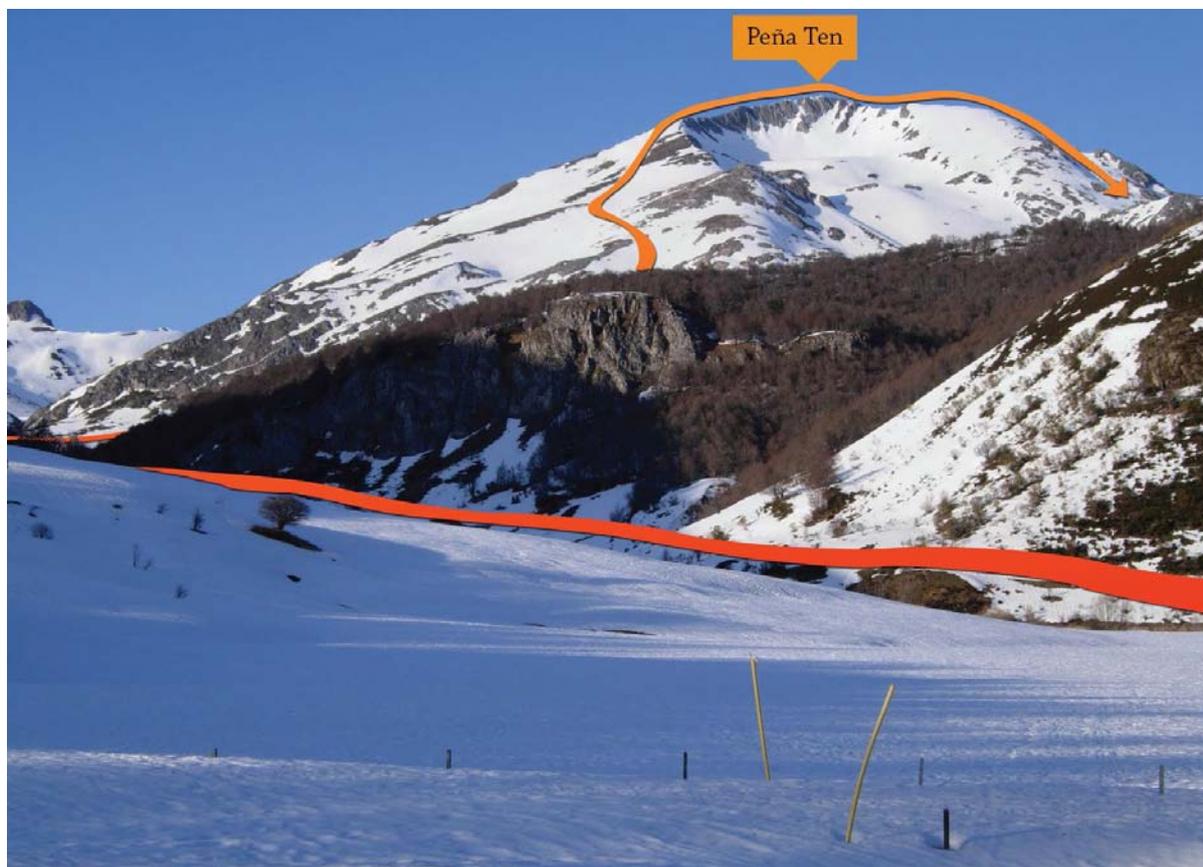


# Día 2, Peña Ten, domingo 17 de marzo

15 Km, +950m , -950m MIDE 2-2-3-4

Uña/Puente de las Vegas 1.200 m | Canal de las Predices 1.428 m | Collada de las Corbas 1.800 m | Peña Ten 2.142 m | Puerto Fonfria 1.640 m | Valle de Carcedo | Uña

---



Dejamos el pueblo (1.200 m) siguiendo la pista (N.W.) de la margen izquierda del Esla hacia el Valle de Valdosín, la cual es también accesible desde la carretera del Puerto de Tarna vadeando el río. por el Puente de las Vegas. Rodeando la peña del Castiello por su izquierda hasta llegar a la confluencia de arroyos (1.300 m) en lugar de continuar (N.N.W.) al Puerto de Ventaniella nos dirigimos (N.E.) al contrafuerte que separa los Valles de la Castellana y las Corbas, elevándonos por su cresta, entre vegetación y roquedo, a **Peña Ten (2.142 m)**.

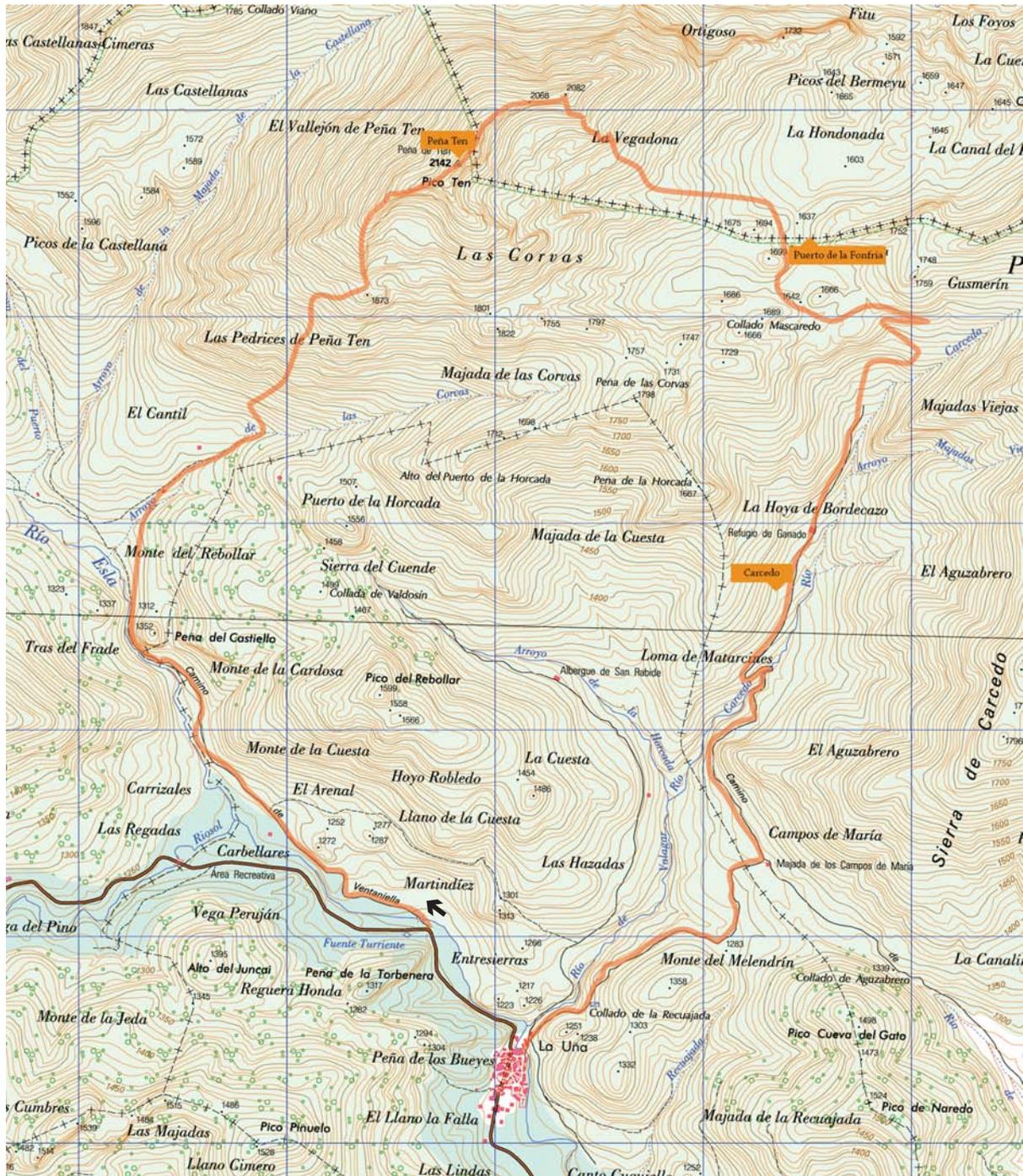
El descenso lo efectuaremos por el cresterío oriental y las pedreras del circo hasta el Puerto de Arcenorio o de la Fonfria (1.648 m). Acto seguido bajamos (S.) a la Vega los Carros, tomando la pista que recorre (S.S.W.) el Valle Carcedo hasta la Uña (1.200 m).

## Fuentes y más información:

<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=285es>

<http://cumbres-amazastur.blogspot.com.es/2011/04/pena-de-ten.html>

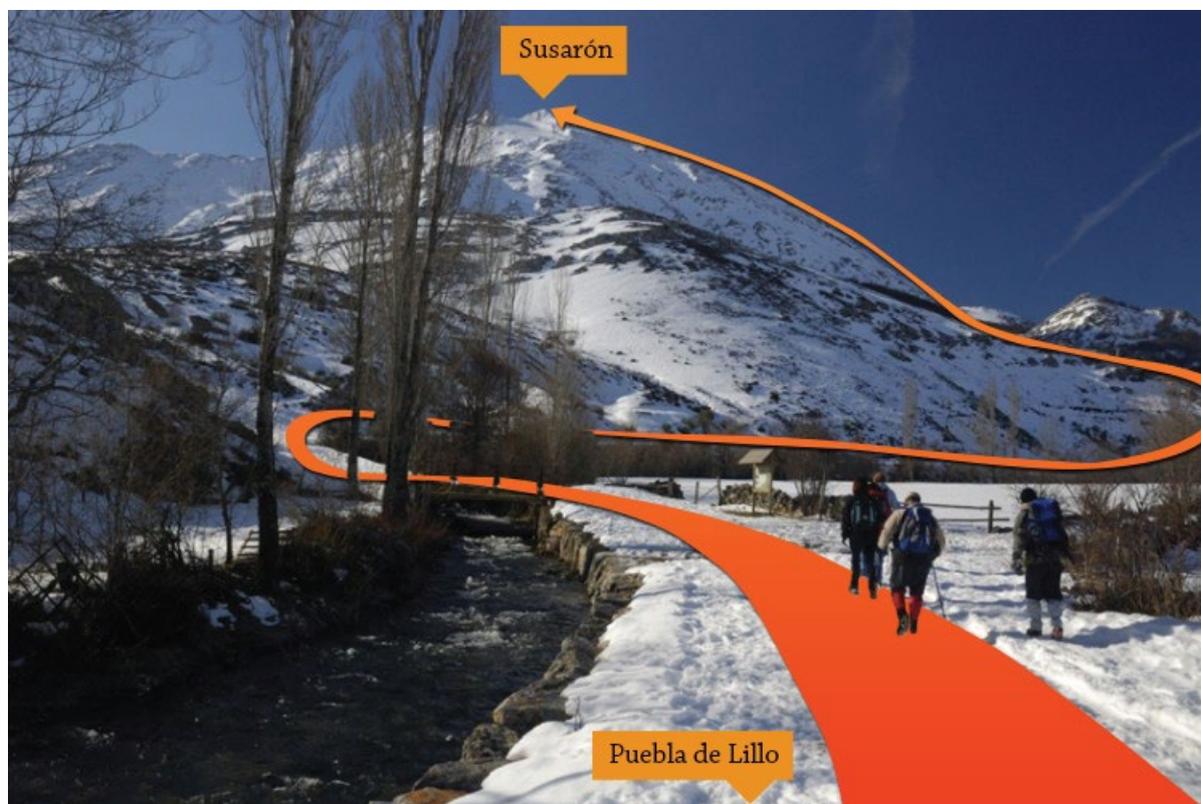
# Mapa día 2, Peña Ten



# Día 3, Susarón, lunes 18 de marzo

12 Km, +800m , -800m MIDE 2-2-3-3

Puebla de Lillo 1.138 m | Senda Cervatina | Susarón 1.878 m | Puebla de Lillo



Salimos de Puebla de Lillo (1.200 m) en dirección NW desde las proximidades del Torreón, el camino discurre con el Pico del Águila siempre a nuestra derecha manteniendo la altura. A la derecha del camino queda la Ermita de Pegarvas y ya siguiendo el arroyo Rebueno hasta que el camino se bifurca tomando la senda de la izquierda (S). Seguimos cuesta arriba junto al arroyo la Tábalo. En el siguiente cruce de caminos tomamos de nuevo el camino de la izquierda (NE) habiendo alcanzado el punto más alto de la ruta Cervatina.

Siguiendo en dirección E iniciamos la vuelta hacia Puebla de Lillo hasta la zona de la Tejera, donde abandonamos la senda para iniciar la subida al **Susarón (1.878 m)**, desde su cima se puede ver el embalse del Porma. Volvemos a bajar por donde hemos subido y recuperamos la senda hasta llegar a Puebla de Lillo de nuevo.

## Fuentes y más información:

<http://gmgorfoli.blogspot.com.es/2009/02/2009-02-15-lillo-ruta-la-cervatina.html>

# Mapa día 3, Susarón



# Cómo llegar

Coches particulares (se coordinará a los participantes para compartir vehículos).

Por la A-1 (sin peajes)  
425 km, 4 horas 48 minutos

- A** Plaza Castilla
1. Dirígete hacia el norte en Plaza Castilla hacia Calle Mateo Inurria 57 m
  2. Sal de la rotonda en Paseo de la Castellana 400 m
  3. Toma el ramal de la izquierda en dirección M-30/A-1/R-2/Burgos/M-607/Colmenar 87 m
  4. Incorpórate a Paseo de la Castellana 1,1 km
  5. Cuando llegues a la bifurcación, mantente a la derecha, sigue las indicaciones para M-30/A-2/Zaragoza/A-1/Burgos/M-11/Aeropuerto e incorpórate a M-30 950 m
  6. Toma la salida por Av. Burgos/A-1 en dirección Burgos Continúa hacia A-1 228 km
  7. Toma la salida 3 para incorporar a E-80 en dirección BU-30/Valladolid/A-231/León 4,3 km
  8. Gira ligeramente a la derecha hacia A-231 (indicaciones para BU-30/N-120/Burgos Oeste/León) 78,2 km
  9. Toma la salida 85 hacia CL-615, en dirección Saldaña/Carrión de los Condes/Palencia 270 m
  10. En la rotonda, toma la primera salida en dirección CL-615 Pasa una rotonda 53,8 km
  11. Gira ligeramente a la izquierda hacia Av. Asturias/CL-615/CL-626 Continúa hacia CL-615 Pasa una rotonda 14,3 km
  12. Gira ligeramente a la derecha hacia LE-215 13,3 km
  13. Gira a la izquierda hacia N-621 7,3 km
  14. Gira a la derecha hacia N-625 6,9 km
  15. Gira ligeramente a la derecha 54 m
  16. Gira ligeramente a la izquierda en N-625 11,1 km
  17. Gira a la izquierda. 4,2 km
  18. Gira a la derecha 63 m
- B** Maraña  
León

Por la A-6 (con peajes)  
435 km, 4 horas 50 minutos

- A** Plaza Castilla
1. Dirígete hacia el norte en Plaza Castilla hacia Calle Mateo Inurria 140 m
  2. Sal de la rotonda en Av. de Asturias 1,3 km
  3. Gira a la derecha hacia Calle Sinesio Delgado 130 m
  4. Gira a la derecha hacia Calle Sinesio Delgado 3,0 km
  5. Gira ligeramente a la izquierda hacia Av. de Miraflores 250 m
  6. Continúa por Av. Complutense. 140 m
  7. Continúa recto hacia Ctra. Dehesa de la Villa 750 m
  8. En la bifurcación, mantente a la izquierda; sigue las indicaciones para A-6/A Coruña e incorpórate a A-6 35,4 km
  9. Continúa por AP-6. 7,1 km
  10. Gira ligeramente a la derecha para continuar por AP-6 Carretera parcialmente con peajes 58,8 km
  11. Continúa por A-6. Carretera parcialmente con peajes 76,8 km
  12. Gira ligeramente a la izquierda para continuar en A-6 (indicaciones para Benavente/A Coruña) 84,8 km
  13. Toma la salida hacia A-66/León/Oviedo 2,2 km
  14. Incorpórate a A-66 44,0 km
  15. Toma la salida 160 hacia Ardón/Valdevimbre 450 m
  16. En la rotonda, toma la primera salida 600 m
  17. Gira ligeramente a la izquierda 38 m
  18. Gira ligeramente a la derecha hacia Calle Real 6,2 km
  19. Gira totalmente a la derecha hacia Calle Real 3,3 km
  20. Gira a la derecha hacia LE-523 22 m
  21. Gira a la izquierda hacia LE-523 7,1 km
  22. Continúa por Av. Villa de Lili. 850 m
  23. Continúa por Av. Picos de Europa. 550 m
  24. Continúa por N-625. Pasa 2 rotondas 79,1 km
  25. Gira ligeramente a la derecha hacia N-625 52 m
  26. Gira ligeramente a la izquierda hacia N-625 6,9 km
  27. Gira ligeramente a la derecha 54 m
  28. Gira ligeramente a la izquierda en N-625 11,1 km
  29. Gira a la izquierda. 4,2 km
  30. Gira a la derecha 63 m
- B** Maraña  
León

## Alojamiento



### Albergue "El Mampodre", Maraña

En pleno parque regional de Picos de Europa. Antiguo edificio rehabilitado en piedra y madera. Cuenta con calefacción central y servicio de comidas. 28 plazas en literas, repartidas en cuatro dormitorios.

<b>viernes</b> 15 de marzo	<b>sábado</b> 16 de marzo	<b>domingo</b> 17 de marzo	<b>lunes</b> 18 de marzo
	desayuno cena dormir	desayuno cena dormir	desayuno
dormir			

## Precio

**68,50 €**

Federados licencia "B" o superior

**76 €**

Otros (incluye seguro 2,5 €/día)

Ingreso de la totalidad en la **cuenta del club**, antes del **4 de marzo**:

**2100 5522 72 2100264522**

Concepto: Apellido-Nombre + "Mampodre"

Enviar justificante a [cesargppegaso@gmail.com](mailto:cesargppegaso@gmail.com)

## Contacto con el coordinador

César / 665 88 32 60 (a partir de las 20:30h) / [cesargppegaso@gmail.com](mailto:cesargppegaso@gmail.com)

## Inscripción

Desde el **18 de febrero** en nuestra web [www.montanapegaso.com](http://www.montanapegaso.com)