



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

PICOS DE EUROPA

LLAMBRIÓN Y TORRE DEL FRIERO

17 y 18 de septiembre 2016

Sábado 17: Opción A: TORRE DEL LLAMBRIÓN POR CANAL DE LA JÉNDUDA

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Salida: Fuente Dé	1.080 m	-	-	-	-
Canal de la Jénduda	1.700 m	2, 15 km	+ 620 m	1.30 h	1.30 h
PR 25	1.880 m	2, 92 km	+ 180 m	0.30 h	2 h
La Vueltona	1.940 m	4.37 km	+ 60 m	0.30 h	2.30 h
Cabaña Verónica	2.320 m	6.75 km	+ 380 m	1 h	3.30 h
Collada Blanca	2.373 m	7.70 km	+ 53 m	0.15 h	3.45 h
Torre del Llambrión	2.642 m	9.25 km	+ 269 m	1.45 h	5.30 h
Tiro Callejo	2.572 m	9.75 km	- 70 m	0.45 h	6.15 h
Jou del Llambrión (desvío hacia la Torre de la Palanca)	2.260 m	10.50 km	-322 m	0.30 h	6.45 h
Torre de la Palanca (opcional)*	2.614 m	12.70 km*	+ 354 m	1.30 h	8.45 h*
Las Colladinas	2.180 m	11.20 km	-200 + 120 m	0.30 h	7.15 h
Vega de Liordes	1.940 m	13.60 km	-240 m	1 h	8.15 h
Tornos de Liordes	1.780 m	15.40 km	-160 m	0.30 h	8.55 h
Llegada: Fuente Dé	1.080 m	18. 50 km	-700 m	1.45 h	10:00 h

*Los tiempos no contabilizan la ascensión a la Torre de la Palanca.

Gráfico 1: Perfil ascensión Fuente Dé a la Torre del Llambrión (sin la Torre de la Palanca) y descenso.

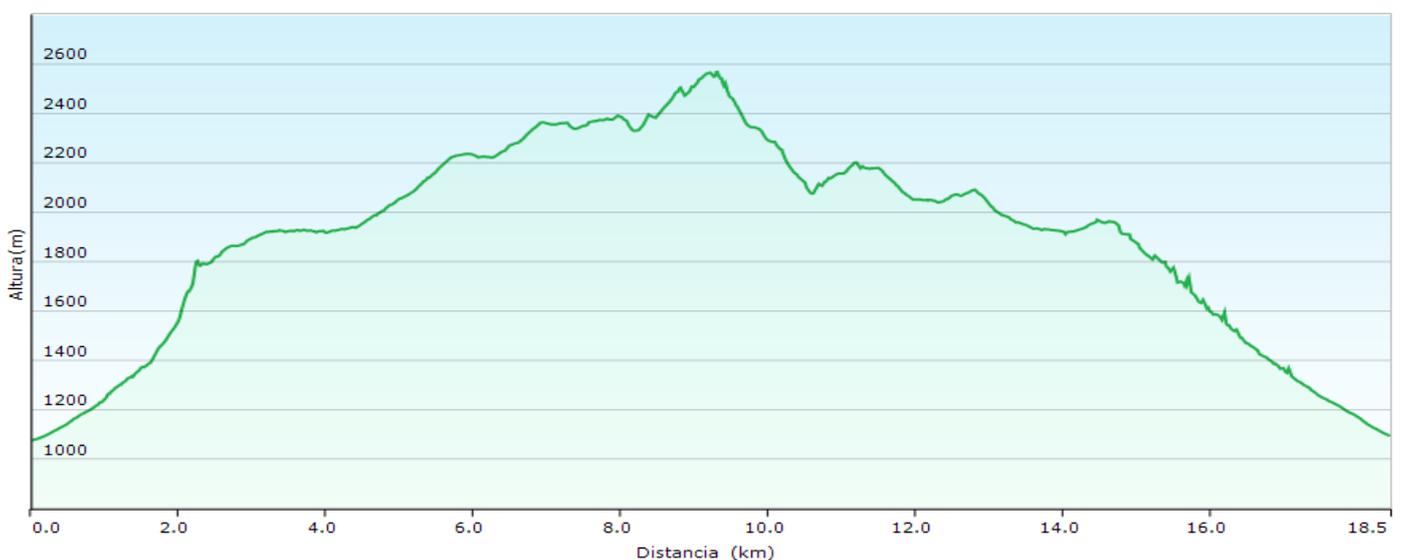


Gráfico 2: Perfil ascensión desvío a la Torre de la Palanca (desde el Jou de Llambrión). Bajada por el mismo camino a punto de desvío.



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

La ruta parte del aparcamiento de Fuente Dé, tomando la **senda que asciende en dirección NW** y que toma progresivamente dirección NE, **ignorando el desvío a la izquierda** por el PR-25 (y que es la bajada de la actividad). El camino gira de nuevo a la izquierda. Por esa zona tomaremos alguno de los senderos poco visibles marcados por hitos que toman dirección NW.

El sendero transcurre entre matorral y pedreras hasta poder encarar la **canal de la Jenduda** en dirección N., debiendo prestar especial cuidado en el posible desprendimiento de piedras.

Alcanzaremos un **paso donde se ha dispuesto una cuerda** para facilitar la ascensión. La piedra está resbaladiza por lo que se hace necesario disponer el peso perpendicular a los apoyos, y ayudarse de las lazadas y nudos en la cuerda. Seguiremos por la Canal, aún con fuerte pendiente, hasta llegar a un jardín, del que saldremos por una pequeña pedrera con suave pendiente tras lo que **tomaremos el sendero a la derecha**.

Pasaremos por los lagos de Lloroza y seguiremos por la senda, **hasta empalmar, en dirección ascendente, con el PR25**, la gran pista que recorre gran parte del Macizo Central.

Se continua por la pista en dirección NW hasta pasar la Cabaña Verónica y la Collada Blanca, donde nos encontraremos con el nevero de Traslambrión (o en su defecto, con la hoya donde se asienta el mismo la mayor parte del año).

Se atraviesa esta zona y nos dirigimos a una **marcada canal situada al E de de Tiro Callejo** y más próxima a la cumbre. Tras una **trepada de unos 60 metros por la ladera e un terreno muy descompuesto** que exige máxima atención, llegamos a la chimenea que nos conduce a la cumbre.

La subida de la **chimenea es una trepada por el canalizo que está muy protegido por los costados**. La única dificultad en la chimenea es el último paso con el que se pisa cumbre, son dos metros totalmente verticales que aunque no son expuestos exigen más atención que el resto de la trepada.

A los 5 primeros metros más o menos hay una pequeña repisa que se sigue por debajo de unas piedras que hacen una especie de túnel, donde se pasa justo con la mochila. Pasado este tramo **se llega a un tramo totalmente vertical**

de unos 2 metros, que sale hacia la derecha (hasta ahora hemos ido de derecha a izquierda). Es el paso de salida a la arista.

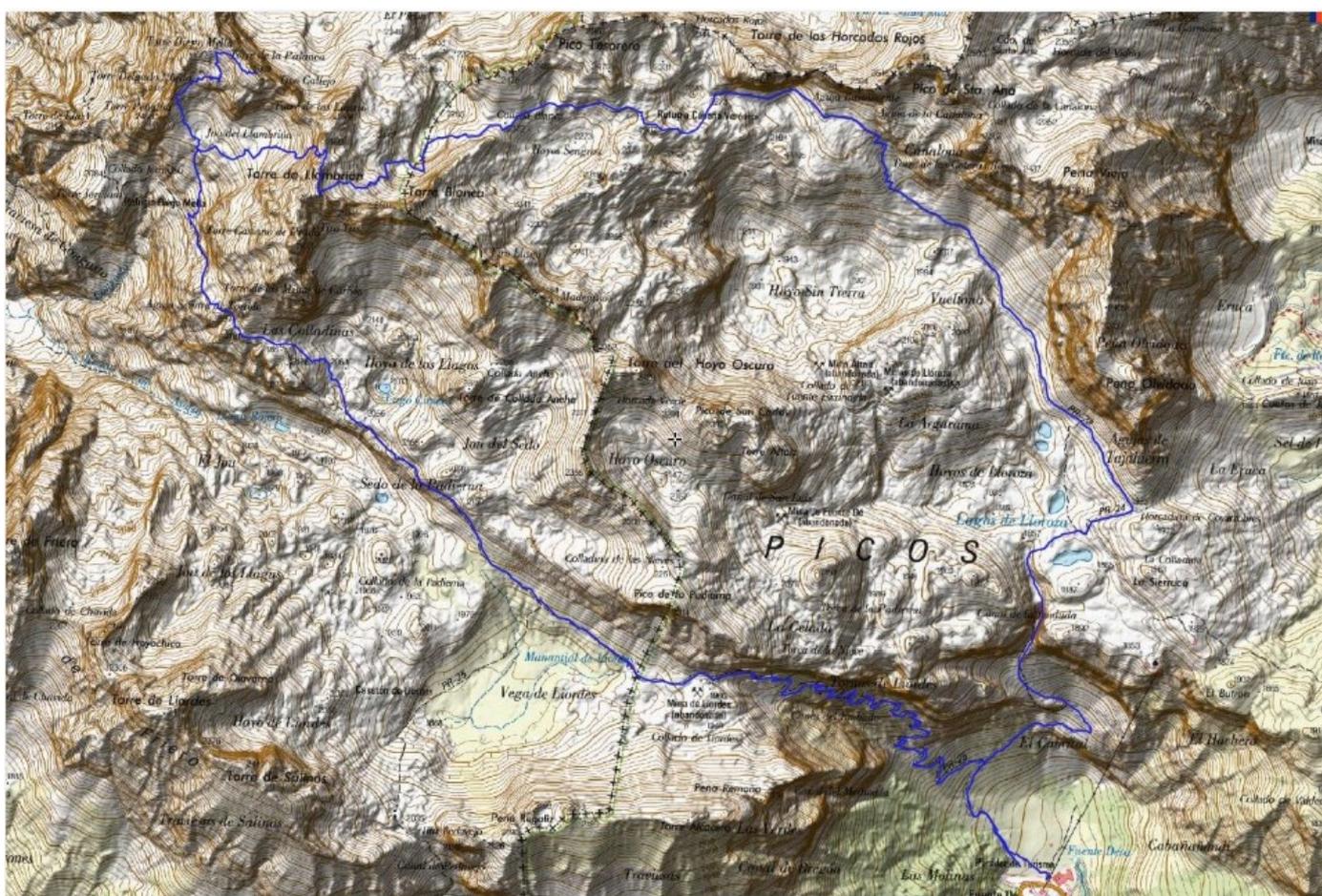
Para el descenso **se tira por la cresta de Tiro Callejo** hasta llegar, destrepando con mucho cuidado, al Jou de Llambrión, punto en el que **podremos desviarnos quien desee hacer la Torre de la Palanca**, cima que se puede acometer en 1 hora y 30 minutos a buen ritmo y que demanda varias trepadas cortas poco expuestas.

Desde el punto del desvío comienza el descenso con sube y bajas constantes (el más largo de los cuales será el de las Colladinas) para ir descendiendo poco a poco hasta la Vega de Liordes.

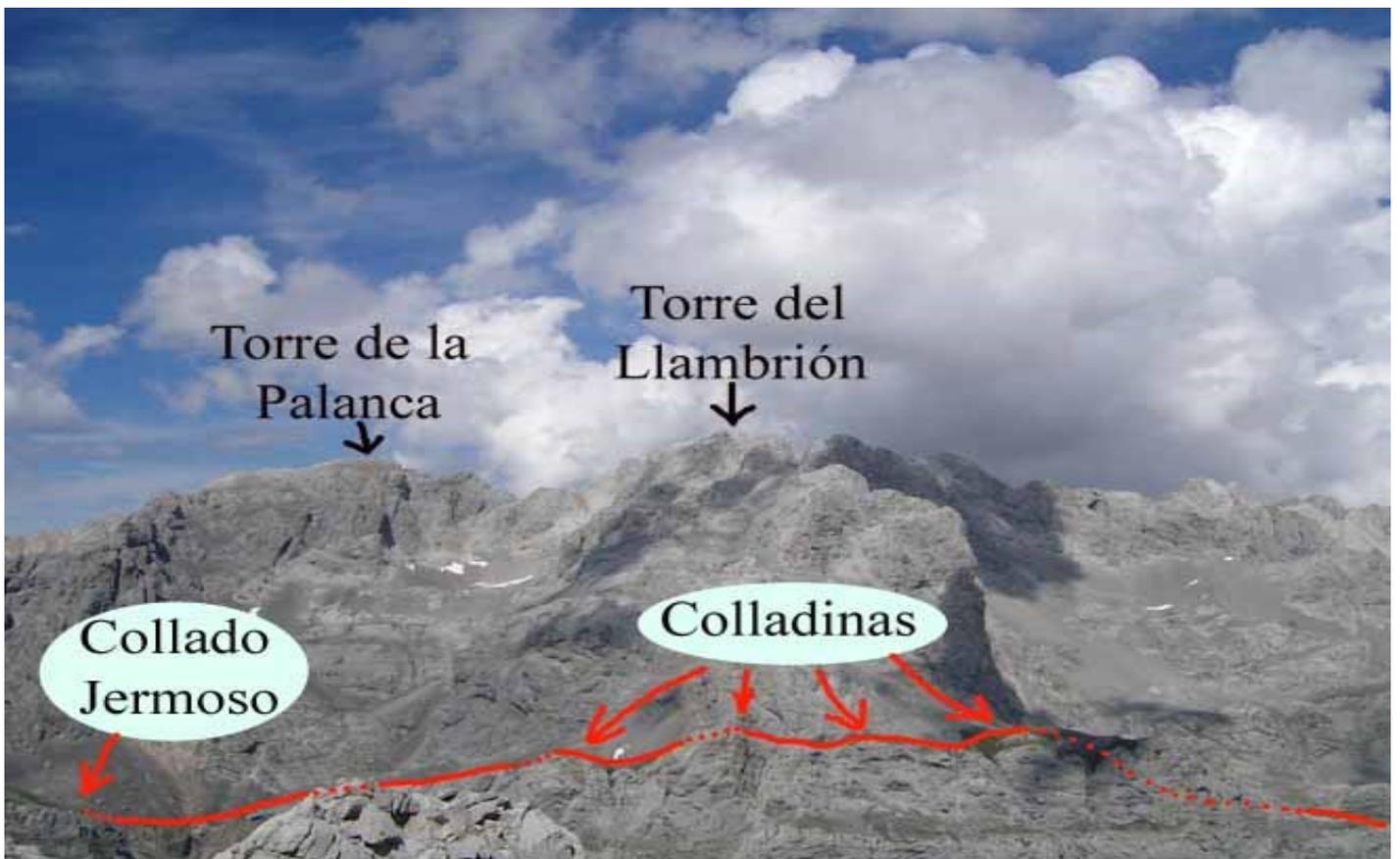
De ahí el camino se va haciendo más senda y más empinado **descendiendo abruptamente y haciendo multitud de curvas cerradas por los Tornos de Liordes**. Es esta zona hay que tener especial cuidado para evitar resbalones, ya que el camino serpentea por la ladera rocosa de la montaña y el desnivel de caída es muy elevado.

Finalmente, **el camino termina en el punto en el que nos desviamos hacia el canal de la Jénjuda**, volviendo por el mismo tramo hasta el aparcamiento de Fuente Dé.

Gráfico 3: Mapa ascensión Fuente Dé a la Torre del Llambrión (con la Torre de la Palanca) y descenso.



Los mapas se pueden descargar, junto al track, de la web del club.



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.

Horarios ruta 		<ul style="list-style-type: none"> 10 h. solo Llambrión (Estimado de marcha efectiva sin paradas) 11.30 h. Llambrión + Torre de la Palanca Salida sol: 8:05 h Puesta del sol: 20:31h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 		
Distancia Desniveles		 18.5 Km. (+2.2 con T. Palanca)	 +1.815 m (+353 m con T. Palanca)	 -1801 m (+353 m con T. Palanca)
Tipo recorrido		 Circular		
Dificultad		Física 5 Muy Alta	Técnica 5 Muy Alta	
M	4	<ul style="list-style-type: none"> Pasos en los que es necesario el uso de las manos. Paso expuesto con peligro de caída al vacío en caso de terreno resbaladizo. Posible paso por neveros. 		
I	4	<ul style="list-style-type: none"> En parte de la ruta existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. En parte de la ruta la elección del itinerario depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 		
D	5	<ul style="list-style-type: none"> Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. Paso por pedreras. Tramos que requieren el uso de las manos hasta el II + Sup. de la escala UIAA. Pendientes con desniveles superiores al 45%, aunque se suben andando. Aristas y crestas estrechas y aéreas. 		
E	5	<ul style="list-style-type: none"> Desnivel acumulado de subida +1.817 m. Desnivel acumulado de bajada: -1.801 m. Longitud: 18.5 km. Tiempo de marcha sin paradas: +/- 10 horas. (2.2km adicionales al hacer la Torre de la Palanca). 		
Perfil del Participante		Alta forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. Experiencia en realizar trepas/destrepes y caminar por crestas rocosas con alto nivel de exposición. Imprescindible no tener vértigo.		
Material Obligatorio		Botas montaña/ Gafas de sol. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula). <u>Casco de alpinismo.</u>		
Material Recomendado		Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (3l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal /Manta térmica/Arnés y línea de vida/ Descensor		
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062.	Club: 144.175 Hz Coordinador: 655 973 160	Guardia civil montaña: 985 84 80 56 G.R.E.I.M Cangas de Onís
Cartografía		IGN: Hojas 1/50.000: 55 (Beleño), 56 (Carreña), 80 (Burón) y 81 (Potes).		

Sábado 17: Opción B: TORRE DEL LLAMBRIÓN VÍA TELEFERICO

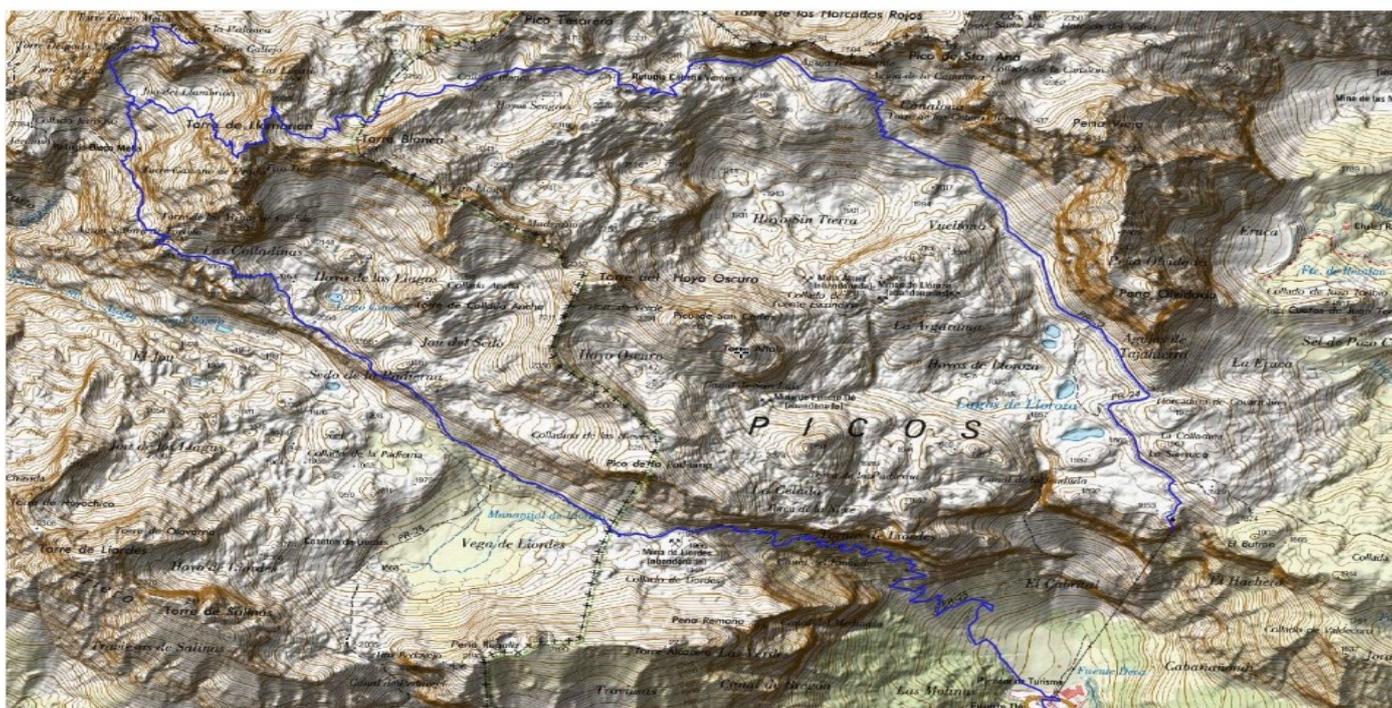
RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Salida: Fuente Dé. Punto de acceso al Teleférico	1.080 m	-	-	-	-
El Cable	1.847 m	1.45 km (T)	767 m (T)	5 minutos	5 minutos
PR 25	1.880 m	2,92 km	+ 33 m	0.15 h	0.15 h
La Vueltona	1.940 m	4.37 km	+ 60 m	0.30 h	0.45 h
Cabaña Verónica	2.320 m	6.75 km	+ 380 m	1 h	1.45 h
Collada Blanca	2.373 m	7.70 km	+ 53 m	0.15 h	2 h
Torre del Llambrión	2.642 m	9.25 km	+ 269 m	1.45 h	3.45 h
Tiro Callejo	2.572 m	9.75 km	- 70 m	0.45 h	4.30 h
Jou del Llambrión (desvío hacia la Torre de la Palanca)	2.260 m	10.50 km	-322 m	0.30 h	5 h
Torre de la Palanca (opcional)	2.614 m	12.70 km*	+ 354 m	1.30 h	6.30 h
Las Colladinas	2.180 m	11.20 km	-200 + 120 m	0.30 h	5 h
Vega de Liordes	1.940 m	13.60 km	-240 m	1 h	6 h
Tornos de Liordes	1.780 m	15.40 km	-160 m	0.30 h	6.30 h
Llegada: Fuente Dé	1.080 m	18. 50 km	-700 m	1.30 h	8 h

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

La misma que la Opción A pero comenzando la actividad desde El Cable (punto de llegada del teleférico de Fuente Dé)

Gráfico 4: Mapa ascensión El Cable a la Torre del Llambrión (con la Torre de la Palanca) y descenso.



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.

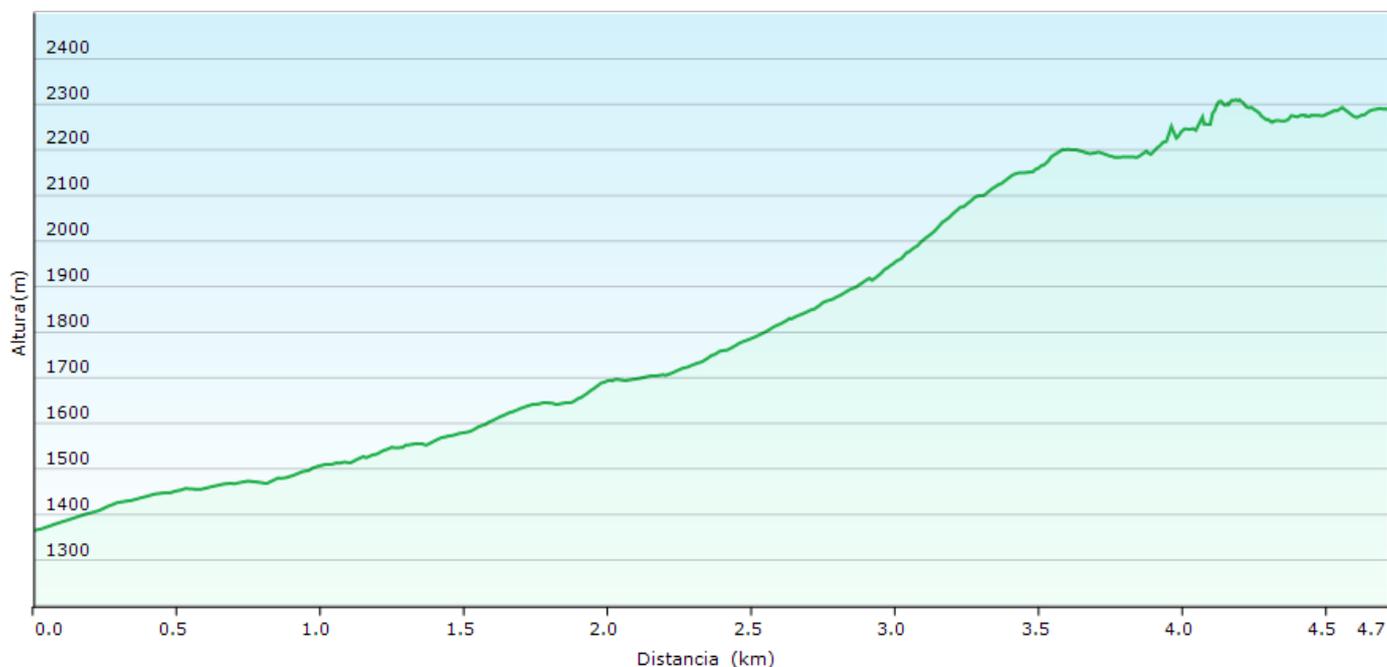
Horarios ruta 		<ul style="list-style-type: none"> • 8 h. solo Llambrión (Estimado de marcha efectiva sin paradas). • 9.30 h. Llambrión + Torre de la Palanca • Salida sol: 8:05 h Puesta del sol: 20:31h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 		
Distancia Desniveles		 17.8 km (+2.2 con T. Palanca)	 +1.170 m (+353 m con T. Palanca)	 -1.801 m (+353 m con T. Palanca)
Tipo recorrido		 Circular		
Dificultad		Física 4 Alta	Técnica 5 Muy alta	
M	4	<ul style="list-style-type: none"> • Pasos en los que es necesario el uso de las manos. • Paso expuesto con peligro de caída al vacío en caso de terreno resbaladizo. • Posible paso por neveros. 		
I	4	<ul style="list-style-type: none"> • En parte de la ruta existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. • En parte de la ruta la elección del itinerario depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 		
D	5	<ul style="list-style-type: none"> • Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. • Paso por pedreras. • Tramos que requieren el uso de las manos hasta el II + Sup. de la escala UIAA. • Pendientes con desniveles superiores al 45%, aunque se suben andando. • Aristas y crestas estrechas y aéreas. 		
E	4	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida: +1.170 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 1.801 m. • Longitud: 17.8 km. • Tiempo de marcha sin paradas: +/- 8 horas (2.2km adicionales al hacer la Torre de la Palanca). 		
Perfil del Participante		Alta forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. Experiencia en realizar trepadas/destreps y caminar por crestas rocosas con alto nivel de exposición. Imprescindible no tener vértigo.		
Material Obligatorio		Botas montaña/ Gafas de sol. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula). <u>Casco de alpinismo.</u>		
Material Recomendado		Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (3l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal /Manta térmica/Arnés y línea de vida/ Descensor		
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062.	Club: 144.175 Hz Coordinador: 655 973 160	Guardia civil montaña: 985 84 80 56 G.R.E.I.M Cangas de Onís
Cartografía		IGN: Hojas 1/50.000: 55 (Beleño), 56 (Carreña), 80 (Burón) y 81 (Potes).		

Domingo 18: Opción A: TORRE DEL FRIERO

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Salida: PK 14 ctra. LE-2703 (Sta. María de Valdeón)	1.360 m	-	-	-	-
Collado Peranieva	1.587 m	1,75 km	+ 227 m	0.45 h	0.45 h
Collada de la Chavida	2.200 m	3,9 km	+ 613 m	1.30 h	2.45 h
Torre del Friero	2.445 m	5, 5 km	+ 245 m	30 h	4:15 h
Collada de la Chavida	2.200 m	7.1 km	-245 m	0.15 h	4.30 h
Collado Peranieva	1.587 m	9.25 km	-613 m	1 h	5.30
Llegada: PK 14 ctra. LE2703 (Sta. María de Valdeón).	1.360 m	11 km	-227m	0.30 h	6:00 h

Gráfico 5: Perfil ascensión a la Torre del Friero (ida y vuelta por el mismo camino)



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

La ascensión más fácil y de menor desnivel a esta imponente Montañón comienza en el **Pk 14 de la carretera LE-2703** que va desde Santa Marina de Valdeón hasta el puerto de Pandetrave. Este punto es una pronunciada curva.

Allí cogeremos una **senda en dirección N** que va ascendiendo suavemente por una zona de monte bajo y piedras hasta llegar, con una subida cada vez más fuerte hasta el **collado de la Chavida**, donde comienza propiamente la subida como tal.

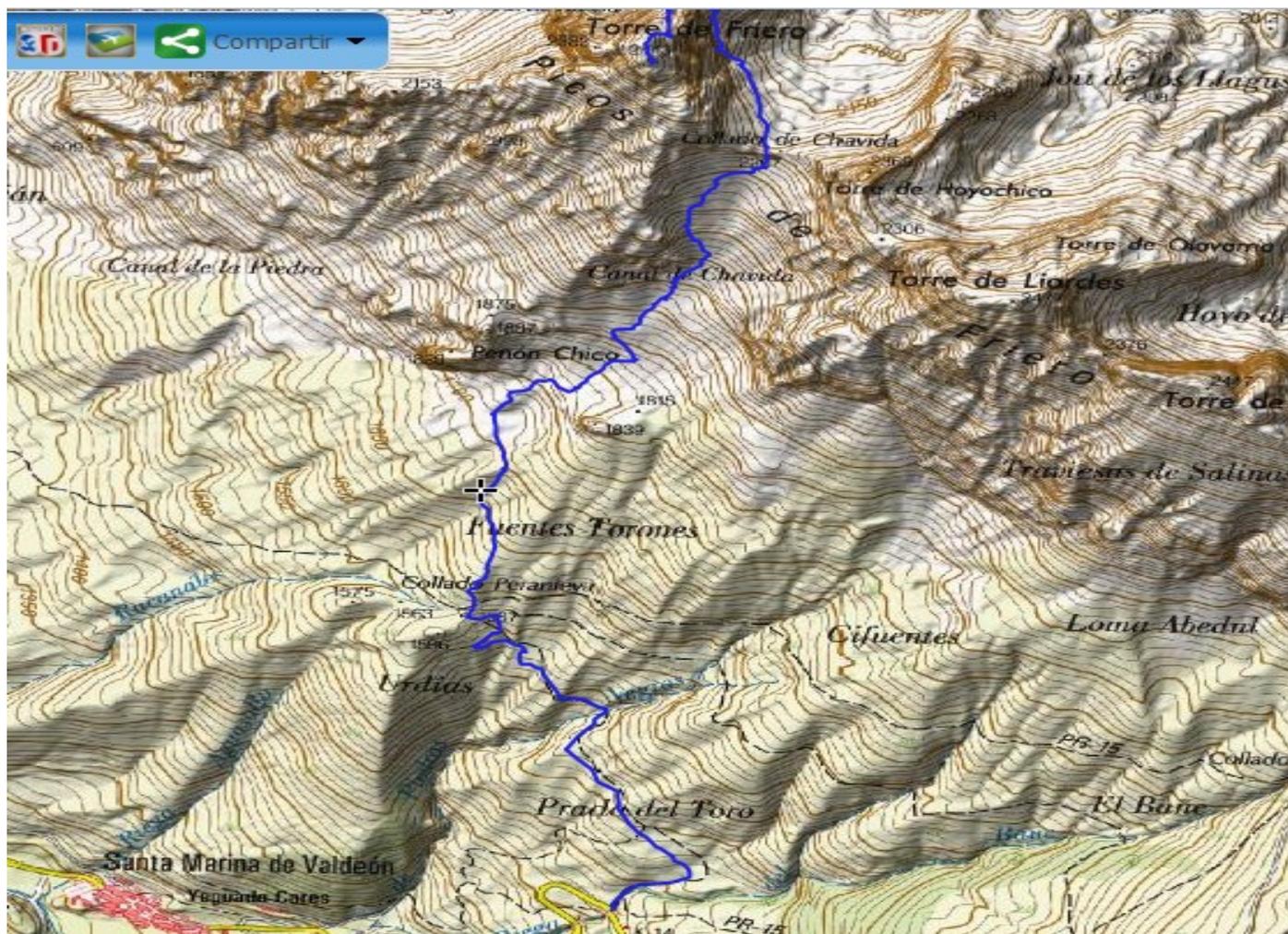
Desde ésta y por su **lado N cogemos una especie de gran cornisa inclinada** durante unos 250m, **bordeando la vertical pared E** del pico. Llegaremos a un hombro que hay que cruzar. Tras él veremos debajo nuestro el impresionante corredor N de casi 1.000 m de altura.

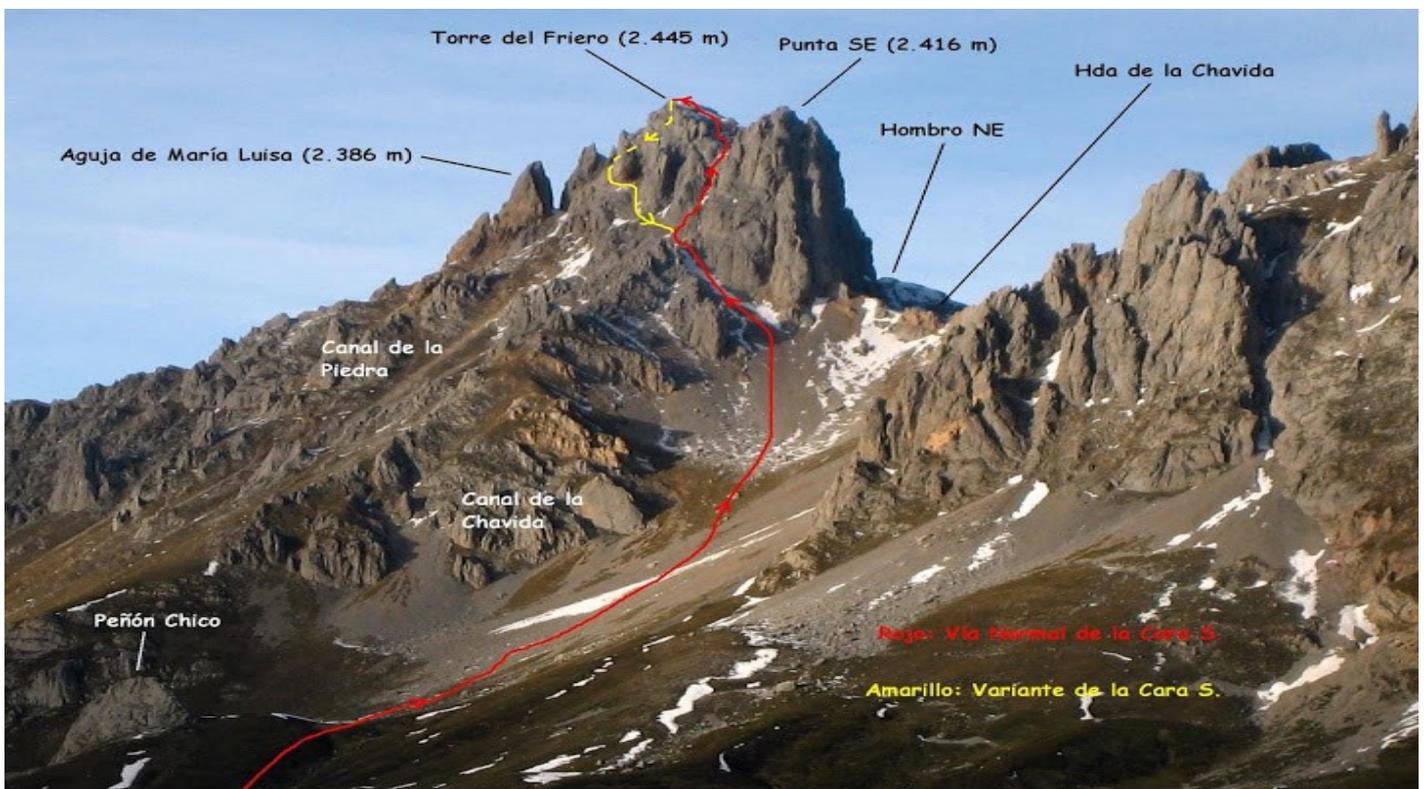
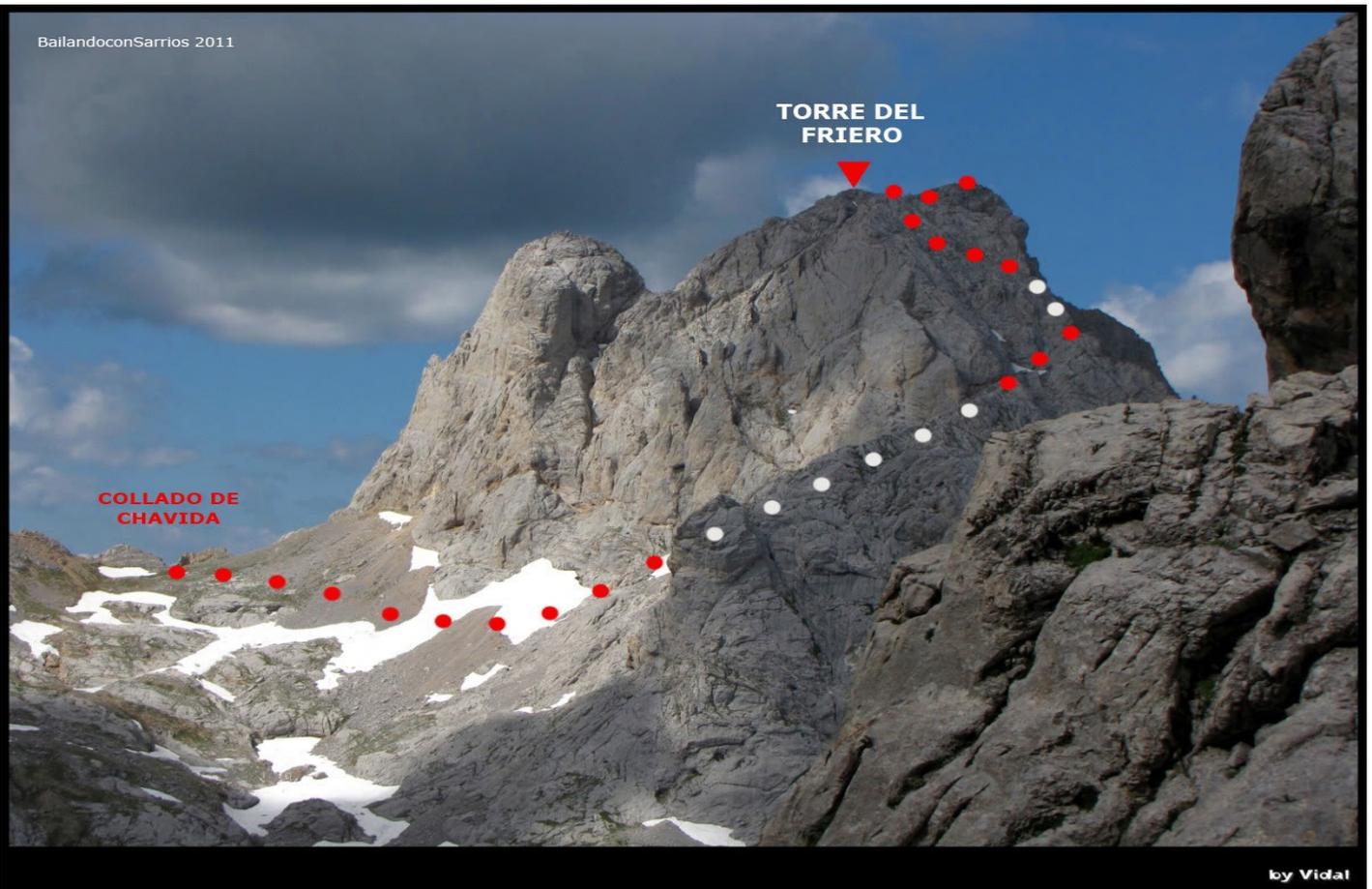
Pasamos a la cara N y por canaletas trepamos hasta la cumbre. Hay que fijarse bien por donde hemos subido para posteriormente coger correctamente la bajada.

La ascensión por la ruta normal no es complicada, **se puede considerar de IIº**, pero no hay que tener vértigo. Su subida nos exigirá trepadas, no es una ruta para principiantes.

La bajada se realiza por el mismo camino, teniendo mucho cuidado al destrepar de la cima.

Gráfico 6: Mapa ascensión a la Torre del Friero (ida y vuelta por el mismo camino).





INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.

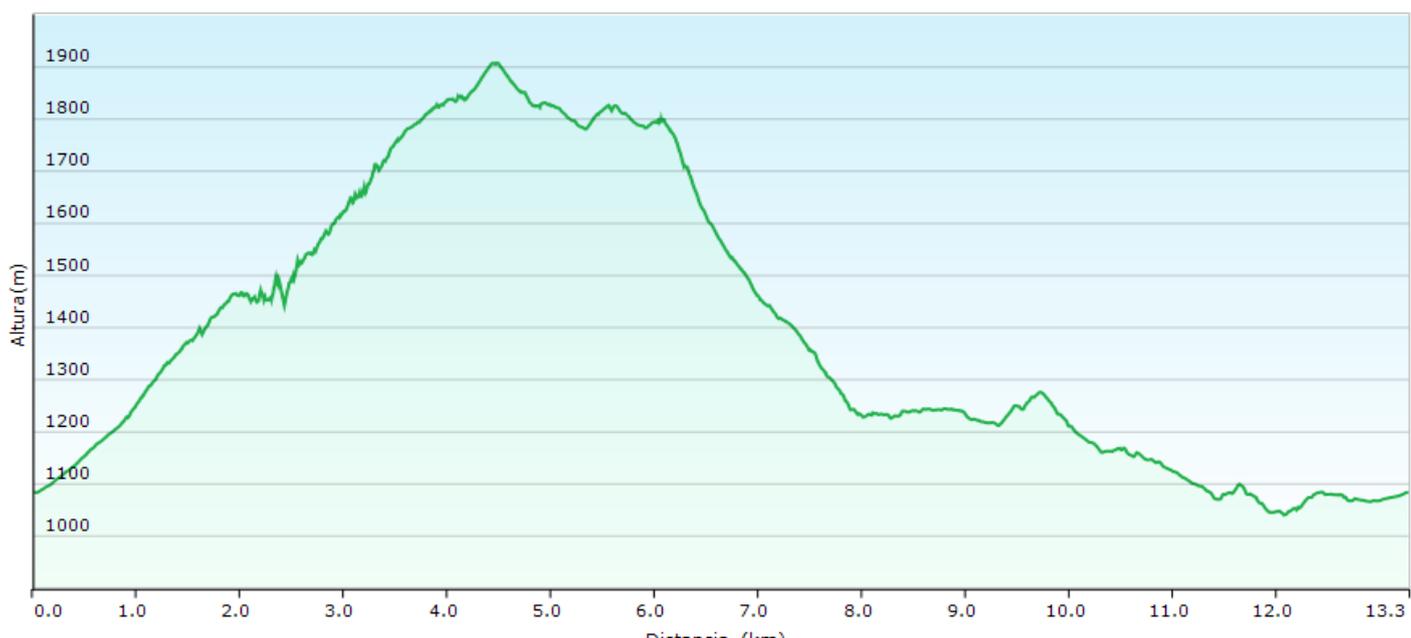
Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 6h. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 8:07 h Puesta del sol: 20:30h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 		
Distancia Desniveles	 11 Km.	 + 1.100 m	 - 1100 m
Tipo recorrido	 Ascensión ida y vuelta.		
Dificultad	Física	4 Alta	Técnica 5 Muy Alta
M	4	<ul style="list-style-type: none"> • Pasos en los que es necesario el uso de las manos. • Pasos expuestos con peligro de caída al vacío. • Posible paso por neveros. 	
I	3	<ul style="list-style-type: none"> • En parte de la ruta existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. • En parte de la ruta la elección del itinerario depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 	
D	5	<ul style="list-style-type: none"> • Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. • Paso por pedreras. • Pendientes con desniveles superiores al 45%, aunque se suben andando. • Aristas y crestas estrechas y aéreas. • Pasos de nivel II de la escala UIAA. 	
E	3	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida +1.100 m. • Desnivel acumulado de bajada - 1.100 m. • Longitud: 11 km. Tiempo de marcha sin paradas: +/- 6 horas. 	
Perfil del Participante	Alta forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. Experiencia en realizar trepadas/destrepes y caminar por crestas rocosas con alto nivel de exposición. Imprescindible no tener vértigo.		
Material Obligatorio	Botas montaña/ Gafas de sol. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula). <u>Casco de alpinismo.</u>		
Material Recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (3l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal /Manta térmica		
Teléfonos Emergencias	Emergencias: 112. Guardia civil: 062.	Club: 144.175 Hz Coordinador: 655 973 160	Guardia civil montaña: 985 84 80 56 G.R.E.I.M Cangas de Onís
Cartografía	IGN: Hojas 1/50.000 : 80 (Burón).		

Domingo 28: Opción B: Pico Valdecoro

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Salida: Fuente Dé	1.080 m	-	-	-	-
Collado de Valdecoro	1.784 m	3,7 km	+ 704 m	1:10 h	2 h
Cueto Redondo	1.914 m	4,45 km	+ 130 m	0:45 h	2: 45 h
Joracao	1.820 m	5,52 km	-94 m	0:30 h	3: 15 h
Pico Valdecoro Oriental	1.740 m	6.10 km	-80 m	0:30 h	3: 45 h
Joyo de Igüedri	1.240 m	9.75 km	-500 m	1 h	4.45 h
Llegada: Fuente Dé	1.080 m	13,3 km	-160 m	1.15 h	6:00 h

Gráfico 7: Perfil ascensión al Valdecoro.



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Saldremos del **aparcamiento de Fuente Dé**. Iremos por la pradera para ir en dirección a la pista de la senda del Hachero o Butrón, donde encontraremos un poste indicativo.

Seguiremos por la senda hasta un cruce y allí **seguiremos subiendo a la derecha** (a la izquierda se va por la canal de los Tornos de Liordes) a media ladera sin ninguna pérdida hasta comenzar alguna curva y llegar a nuevo cruce, siguiendo hacia la derecha (nota: por la izquierda iríamos rumbo a la canal de la Jénduda).

Por la senda llegaremos a los restos de las minas, donde encontraremos las estructuras y un antiguo teleférico. Continuaremos subiendo por la senda con continuos zig-zag para llegar a un nuevo cruce, y esta vez **giremos a la derecha y abandonaremos la senda del Hachero** o Butrón para continuar por debajo de las verticales paredes de roca hacia el collado Valdecoro.

En el collado, **seguiremos hacia la izquierda** por un claro sendero que nos subirá hasta alcanzar la collada de la Junciana (1864m), en donde hay que girar a la derecha y subir por la ladera hasta la **cima del pico Cueto Redondo**. Allí encontraremos un hito y buzón de cumbre.



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.

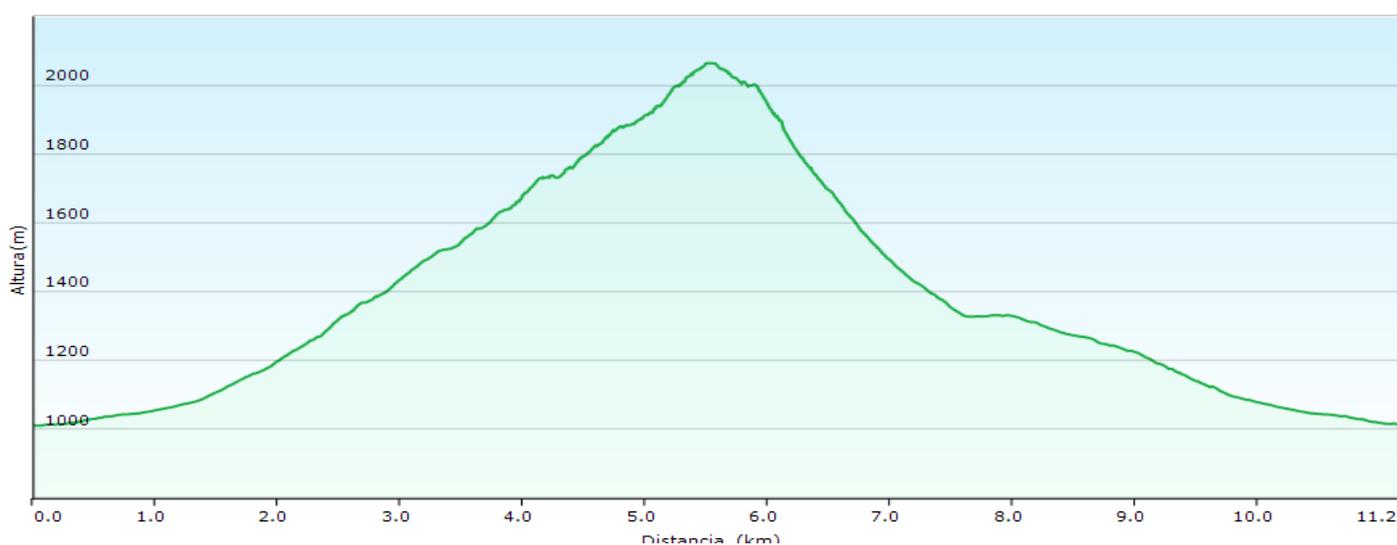
Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 6h. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 8:07 h Puesta del sol: 20:30h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 		
Distancia Desniveles	 13,3 Km.	 + 1.100 m	 - 1.100 m
Tipo recorrido	 Circular.		
Dificultad	Física 2 Baja	Técnica 2 Baja	
M	3	<ul style="list-style-type: none"> • Hay varios factores de riesgo 	
I	3	<ul style="list-style-type: none"> • En parte de la ruta existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. • En parte de la ruta la elección del itinerario depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 	
D	3	<ul style="list-style-type: none"> • Caminos con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. 	
E	3	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida +1.100 m. • Desnivel acumulado de bajada – 1.100 m. • Longitud: 13,3 km. Tiempo de marcha sin paradas: +/- 6:00 Horas. 	
Perfil del Participante	Alta forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. Experiencia en caminar por crestas rocosas con bajo nivel de exposición.		
Material Obligatorio	Botas montaña/ Gafas de sol. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula).		
Material Recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (3l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal /Manta térmica		
Teléfonos Emergencias	Emergencias: 112. Guardia civil: 062.	Club: 144.175 Hz Coordinador: 655 973 160	Guardia civil montaña: 985 84 80 56 G.R.E.I.M Cangas de Onís
Cartografía	IGN: 81 (Potes).		

Domingo 28: Opción C: Pico Escamellau

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Salida: Vegas Fernandiello	1.025 m	-	-	-	-
Vegas de Sotres	1.075 m	1,25 km	+ 50 m	0.15 h	0.15 h
Lago de las Moñetas	1.706 m	4,0 km	+ 631 m	1.45 h	2 h
Horcada de los Grajos	2.002 m	5,30 km	+ 298 m	0:45 h	2: 45 h
Escamellau	2.075 m	5. 60 km	+ 73 m	0:45 h	4: 30 h
Vallejas de Juan Vieyu	1.150 m	8.45 km	- 925 m	1 h	5.30 h
Vegas de Sotres	1.075 m	9,90 km	-75 m	0.15 h	5.45 h
Llegada: Vegas Fernandiello	1.025 m	11,2 km	-160 m	0.15 h	6:00 h

Gráfico 9: Perfil ascensión al Escamellau



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Dejamos los vehículos en las **Vegas de Fernandiello**, pasado el pueblo de Sotres.

Proseguimos por la pista unos kms hasta alcanzar otro grupo de cabañas, **las Vegas de Toro o de Sotres**. Encima nuestro se levanta imponente el Escamellau. En diagonal a nuestra derecha se abre un amplio valle, Las Moñetas. Un poco más a la derecha, delimitando el valle de las Moñetas, se levanta la mole de Peña Castil y, por debajo y a la derecha de ésta sube una canal, la Canal de Fresnedal.

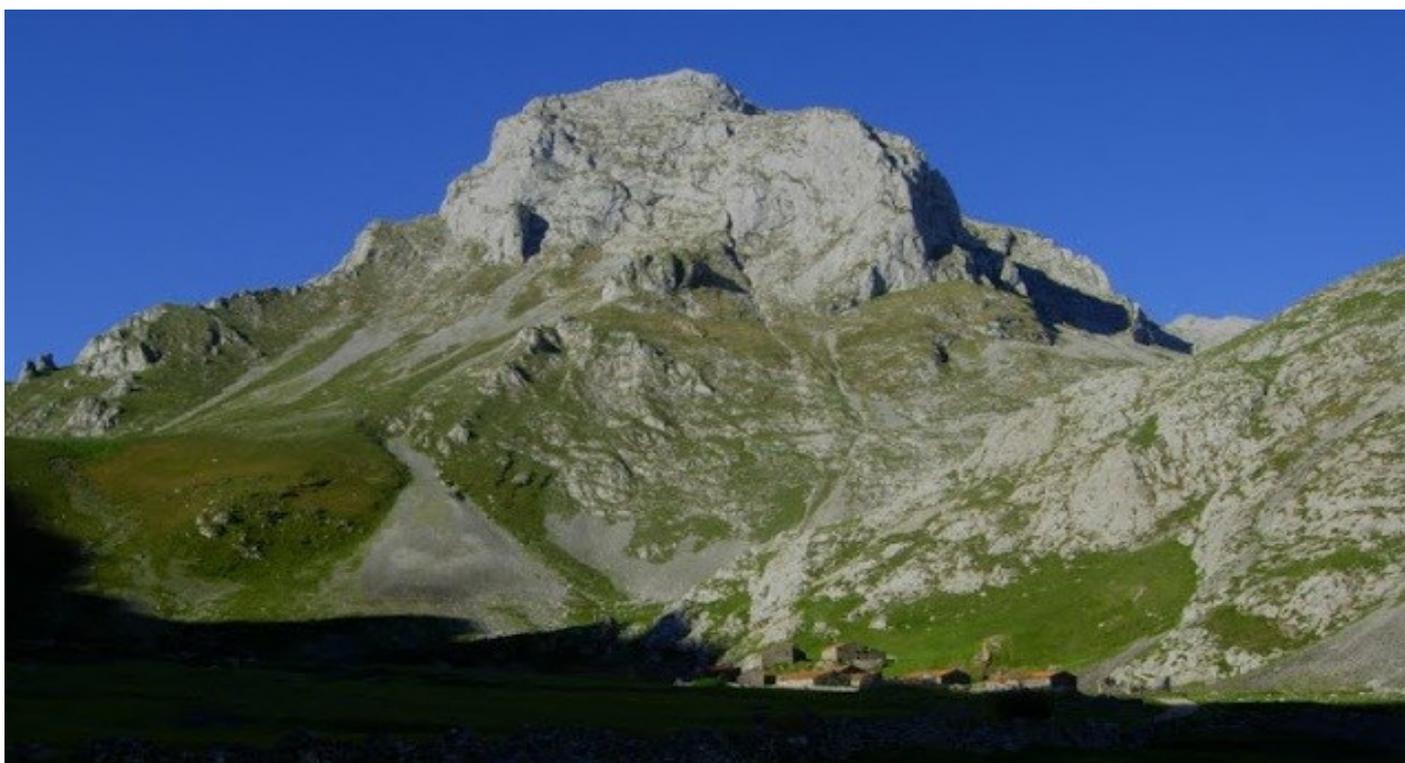
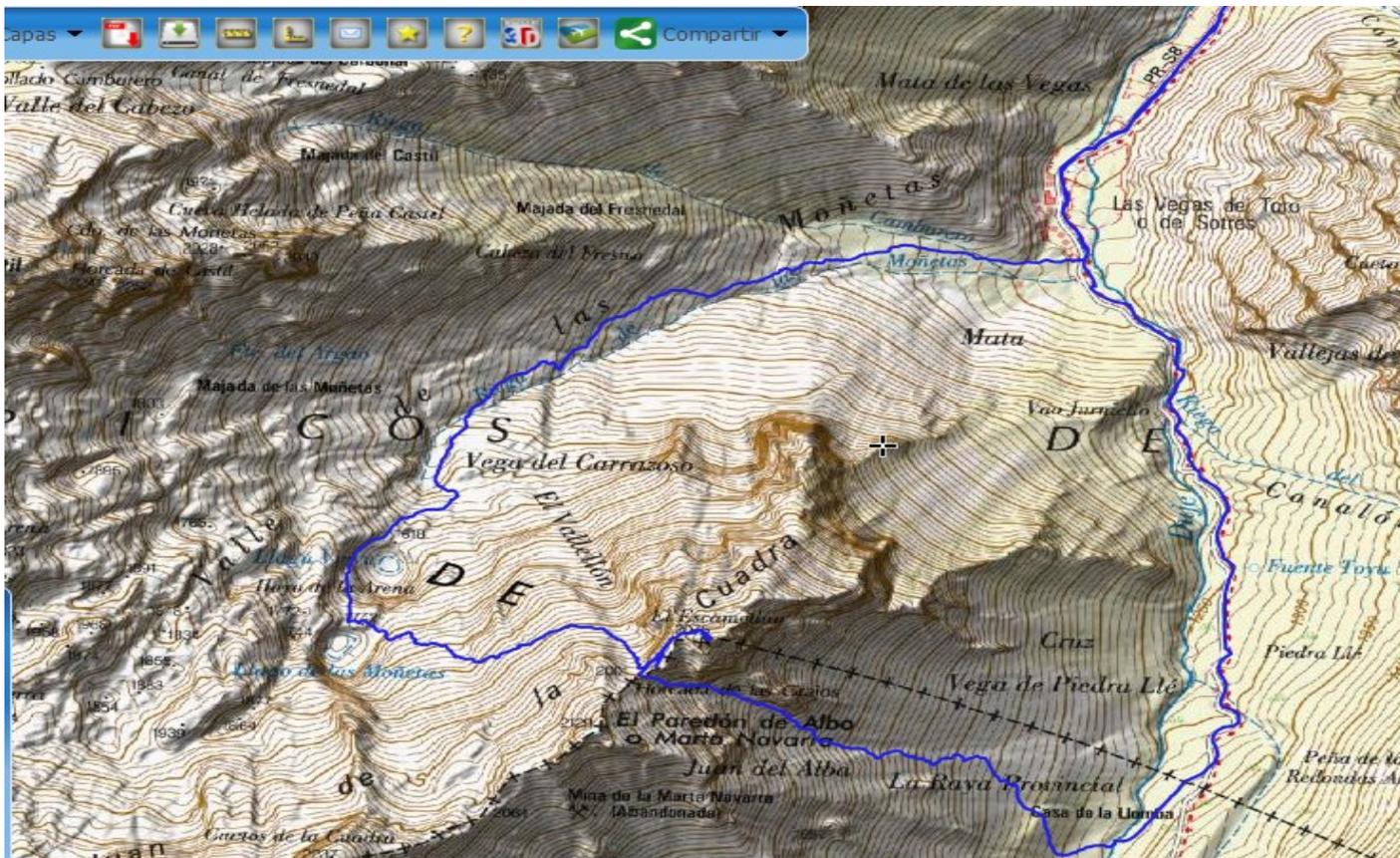
Entraremos en el valle de las Moñetas, dirigiéndonos por su **lado derecho hacia la Canal de Fresnedal**, poco antes de alcanzar una cabaña y fuente que se encuentra en su base veremos una **senda que hacia la izquierda** se interna de lleno en el valle de las Moñetas. Seguimos ésta hasta las proximidades del **Llago Vieyu**, una hondonada situada un poco antes de alcanzar el Lago de las Moñetas.

De allí **giramos a la izquierda** para entrar en el Vallejón, que es la canal que baja de la Horcada de los Grajos. Subimos por dicho canalón hasta el final alcanzando la Horcada de los Grajos, pasamos a la vertiente de Áliva, atravesamos hacia la izquierda y **trepamos a la cumbre (F)**.

Hay que prestar mucha atención ojo a las simas que hay, son bastante profundas.

La bajada se realiza por el mismo camino hasta tomar la senda en sentido SE, primero de manera abrupta y después de manera más sostenida hasta nuevamente las Vegas de Sotres, donde se retoma la pista de subida y se hace un breve tramo hasta el lugar donde hemos dejado los vehículos.

Gráfico 10: Perfil Mapa ascensión al Escamellau



INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD.

Horarios ruta 	<ul style="list-style-type: none"> • 6h. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 8:07 h Puesta del sol: 20:30h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. 		
Distancia Desniveles	 11,2 Km.	 + 1.075 m	 - 1.075 m
Tipo recorrido	 Circular.		
Dificultad	Física 2 Baja	Técnica 2 Baja	
M	3	<ul style="list-style-type: none"> • Hay varios factores de riesgo 	
I	3	<ul style="list-style-type: none"> • En parte de la ruta existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. • En parte de la ruta la elección del itinerario depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. 	
D	4	<ul style="list-style-type: none"> • Paso por pedreras. • Pendientes con desniveles superiores al 45%, aunque se suben andando. • Pasos de nivel I de la escala UIAA. 	
E	3	<ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida +1.100 m. • Desnivel acumulado de bajada – 1.100 m. • Longitud: 11,2 km. Tiempo de marcha sin paradas: +/- 6:00 Horas. 	
Perfil del Participante	Alta forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. Experiencia en caminar por crestas rocosas con bajo nivel de exposición. Experiencia en trepadas y destrepes con cierto grado de exposición.		
Material Obligatorio	Botas montaña/ Gafas de sol. Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula).		
Material Recomendado	Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (3l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal /Manta térmica		
Teléfonos Emergencias	Emergencias: 112. Guardia civil: 062.	Club: 144.175 Hz Coordinador: 655 973 160	Guardia civil montaña: 985 84 80 56 G.R.E.I.M Cangas de Onís
Cartografía	IGN: 56 (Carreña).		

NORMAS DE SEGURIDAD. ADVERTENCIAS.

- **El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**
- Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios programados estará sujeta a la decisión de los organizadores (coordinador y/o responsables de seguridad) que informarán a los participantes, antes o durante la actividad, si esta se podrá realizar o no bajo el amparo del Club.
- No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador lo indique.
- **Ningún participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los responsables de la actividad, su decisión de apartarse del programa y asumirá todas las consecuencias de su decisión.
- Todos los grupos deben contar, al menos, con mapa, brújula, altímetro (o GPS) y emisora.
- El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, protección solar,) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse.
- Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida.
- Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.
- Los participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
- Si durante la marcha algún participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los organizadores (Coordinador) o, de no ser posible, a cualquier integrante de la marcha, ya que es la única forma de poder ayudarlo antes de que se pueda producir un accidente.
- Todo participante en la marcha, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar a los organizadores cualquier incidente que observe y que, a su entender, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades, en el auxilio de cualquier integrante del grupo.
- Todo participante deberá ir provisto del material designado como obligatorio para el desarrollo de la actividad, en adecuado estado para su uso y poseyendo los conocimientos necesarios para su correcta utilización.
- **El notorio incumplimiento de estas premisas por parte de algún participante reserva a los organizadores el derecho a rehusar de su participación en ella.**

ALOJAMIENTO

Desde viernes 17 hasta domingo 19 de septiembre:

Albergue Turístico Briz, Espinama, Camaleño (Cantabria). <http://www.alberguebriz.com/>



INSTALACIONES:

Sus instalaciones disponen de 30 plazas, repartidas en 5 habitaciones con capacidad para 4, 6 ó 10 personas, completamente equipadas, por lo que no se necesita sacos ni alquiler de ropa de cama.

Los servicios se encuentran ubicados en cada planta. Todo el Albergue cuenta con calefacción central, agua caliente, hilo musical y WiFi gratis.

Las toallas **no están incluidas** pero se pueden alquilar por 1€ la pieza.

TRANSPORTE

En coches particulares.

La organización de vehículos será gestionada por el organizador.

PRECIO

- Federados con licencia A o superior: **46 €**
- No federados: **52 €** (incluye seguro 3€/día).

El total incluye:

Viernes 17 septiembre	Sábado 18 septiembre	Domingo 19 septiembre
	Desayuno	Desayuno
	Cena	
Pernocta	Pernocta	

Nota: los gastos de gestión y 2 días de seguro para los No Federados también está incluido.

IMPORTANTE:

El **precio del servicio de teleférico**, para quienes deseen realizar la opción B del sábado, **NO está incluido** en el precio y se abonarán aparte directamente al comprar el billete. A día de hoy los precios son los siguientes:

- Adulto sin federar: 11 € un solo trayecto.
- Adulto federado: 10 € un solo trayecto.

INSCRIPCIONES

Directamente en la web del club www.montanapegaso.com a partir del 28 de septiembre de 2016.

Pago: Precio total correspondiente (federado A o no Federado), mediante tarjeta a través de la web del club.

DE NO HACER EFECTIVA ESTA CANTIDAD EN EL PLAZO DE 2 DÍAS DESDE EL APUNTE, SE CONSIDERARÁ ANULADA LA PREINSCRIPCIÓN.

Cualquier circunstancia excepcional deberá ser autorizada por el responsable de actividades del Club.

ANULACIONES

Las condiciones quedarán sujetas al Apartado 7 del "PROTOCOLO DE PARTICIPACIÓN DE ACTIVIDADES":

COORDINADOR

NOMBRE	J.Javier Crespo
CORREO ELECTRONICO	xabibikf@hotmail.com
TELÉFONO	655 973 160

CÓMO LLEGAR.

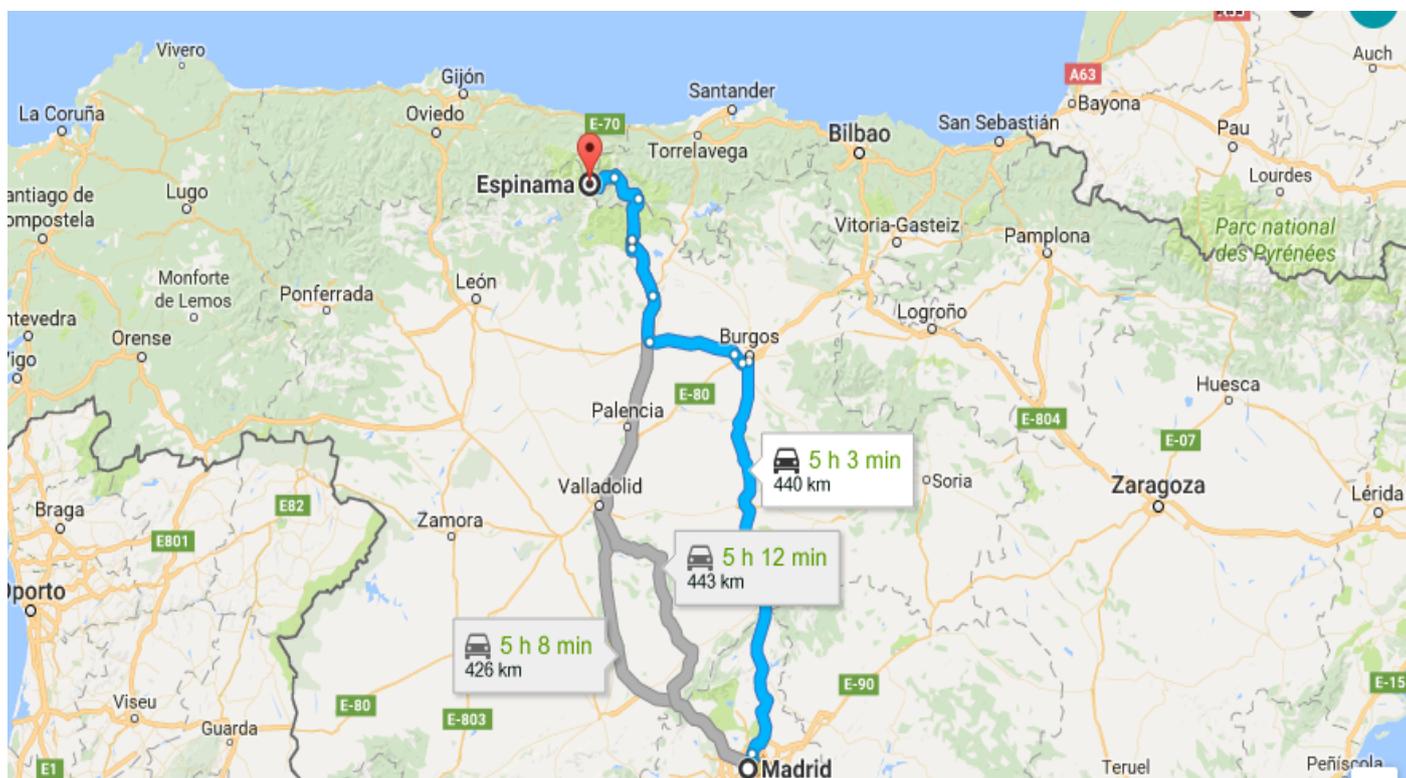
Opción 1:

1) Toma la A-1, A-231 y A-67 hacia Castilla y León. Toma la salida 80 de A-67.

2 h 51 min (323 km)

2) Continúa por P-227. Toma CL-627 y CA-184 hacia CA-185 en Espinama.

1 h 57 min (113 km)



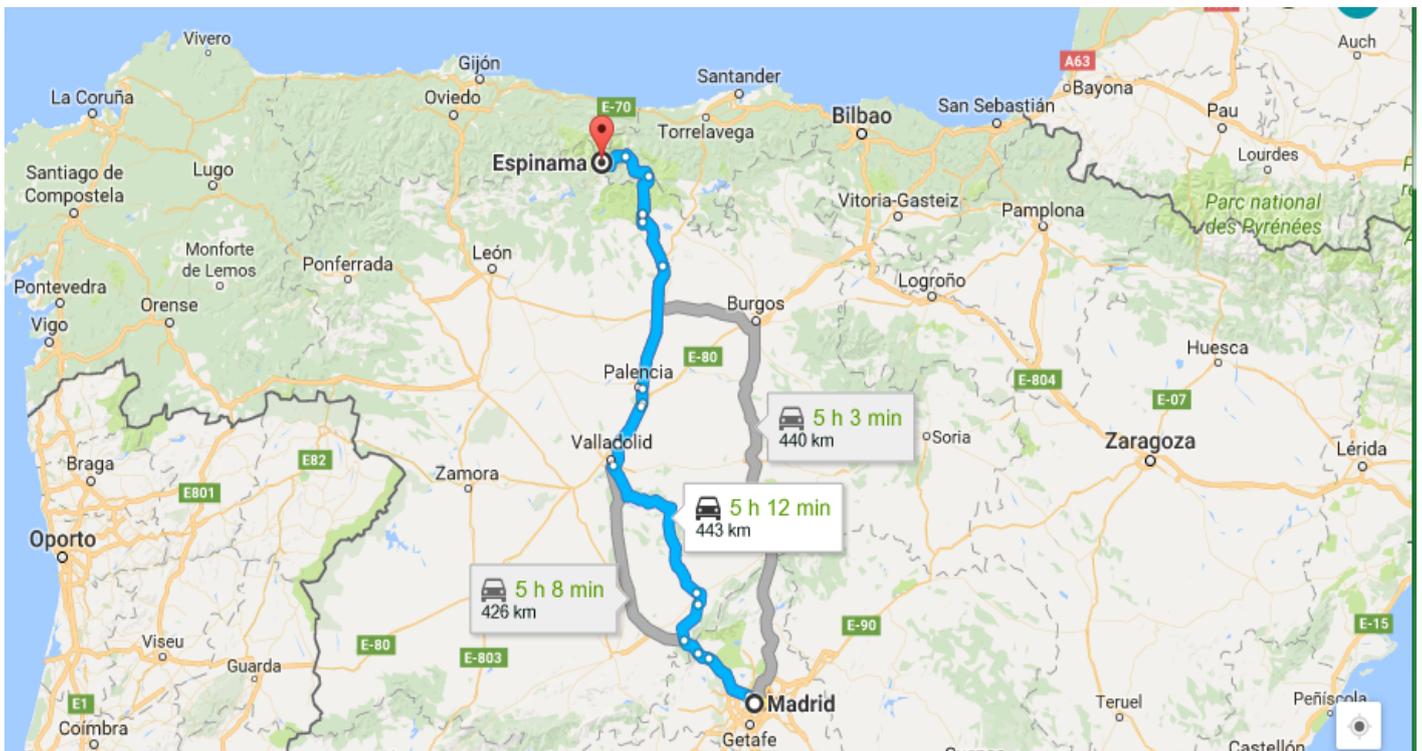
Opción 2:

1) Toma la A-6, AP-6, AP-61, A-601... y A-67 hacia Castilla y León. Toma la salida 80 de A-67.

3 h (327 km)

2) Continúa por P-227. Toma CL-627 y CA-184 hacia CA-185 en Espinama.

1 h 57 min (113 km)



Opción 3:

1) Toma la A-6 y AP-6 hacia N-601 en Castilla y León. Toma la salida 108 de AP-6.

1 h 4 min (110 km)

2) Accede a VA-30 en Valladolid.

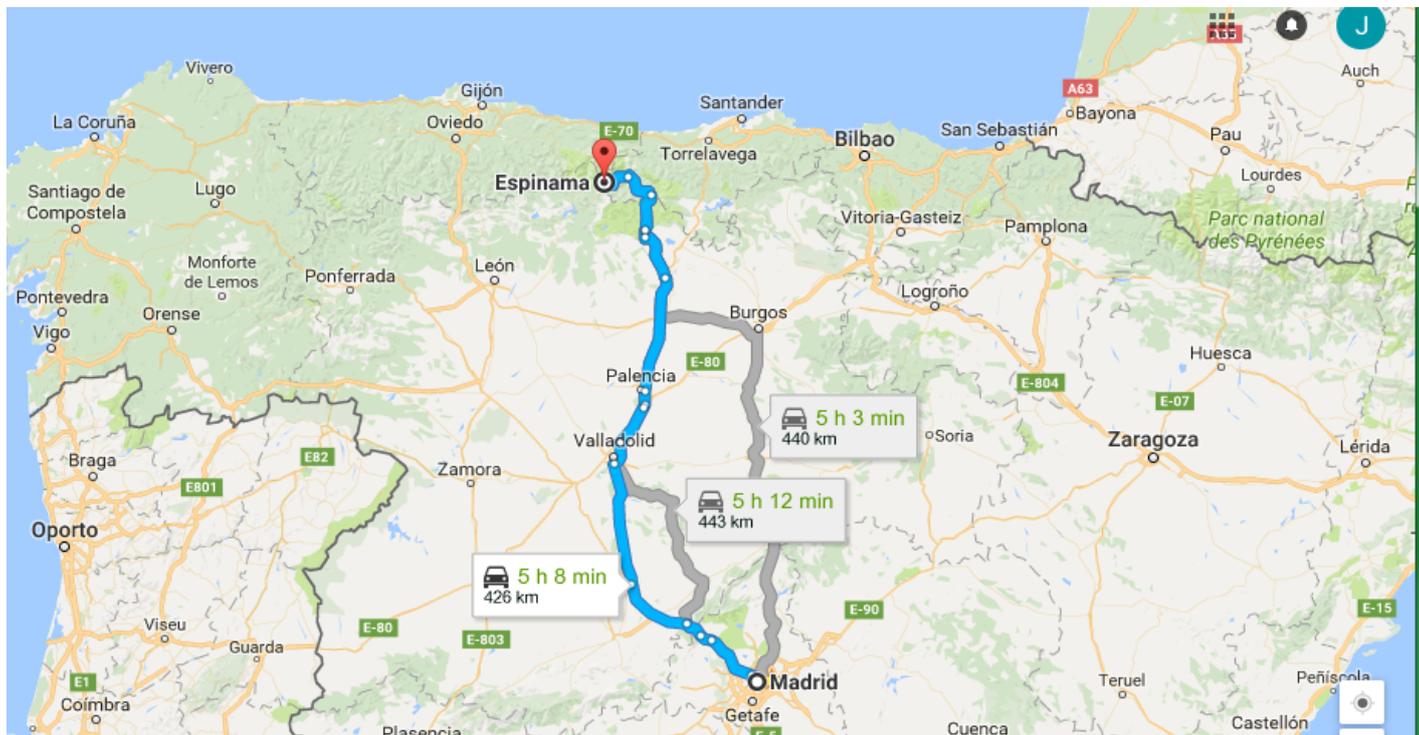
48 min (76,1 km)

3) Conduce por E-80/A-62 y A-67. Toma la salida 80 de A-67.

1 h 5 min (123 km)

4) Continúa por P-227. Toma CL-627 y CA-184 hacia CA-185 en Espinama.

1 h 57 min (113 km)



INFORMACIÓN GENERAL.

Los Picos de Europa son una unidad montañosa que se separa del eje de la Cordillera Cantábrica hacia el norte, a la altura de la costa de Llanes, entre Gijón y Santander.

Es precisamente en los Picos de Europa donde se encuentran las máximas altitudes de toda la cadena (La Torre Cerréu 2.650 m, MC). Sin embargo, no es la altura de las cumbres, de por sí modesta, el aspecto más destacable de estas montañas, sino sus peculiaridades geomorfológicas y paisajísticas.

Los Picos de Europa están divididos en tres macizos bien diferenciados, entre los que discurren algunos de los cursos fluviales más importantes de su red hidrográfica. Los ríos Deva, Duje, Cares y Sella, son los que delimitan y separan a cada uno de los tres macizos.

Estos son de oeste a este, el **Macizo Occidental o del Cornión**, el **Central o de los Urrieles** y el **Oriental o de Andara**.

El Llambrión se ubica en el macizo de los Urrieles, donde se encuentra la mayor concentración de elevaciones de Picos de Europa, con varias alturas que superan los 2600 m. Concretamente engloba a nueve de las catorce cimas que superan esos 2600 m.

En torno a la torre del Llambrión (2642 m y techo de este conjunto) se pueden encontrar alturas de gran relevancia y todas muy cercanas a ésta. Destaca, por su altura que le hace rivalizar con el propio Llambrión, el Tiro Tirso, con sus 2641 m de altitud.

También están la torre sin Nombre (2638 m y actualmente en trámites de ser bautizada como torre Schulze, en honor a la figura de este pionero de los Picos de Europa), la torre Casiano de Prado (2622 m), la torre Llastrias (2621 m), la torre Blanca (2617 m), la torre de la Palanca (2614 m), la torre de Peñalara (2607 m) y la torre del Hoyo Grande (2602 m).

A a su vez la **Torre del Friero** con sus 2.445m es una de las **cumbres más emblemáticas** de los Picos de Europa. Situadas en el extremo Oeste del Macizo Central, su silueta se distingue perfectamente desde el Valle de Valdeón sobre el que se levanta imponente. Su vista es espectacular tanto desde el Puerto de Panderruedas como desde el Puerto de Pandetrave, las dos salidas en coche del valle de Valdeón.

Es además un mirador inmejorable, desde su cumbre podemos disfrutar de la vista de Peña Santa de Castilla, el Macizo de la Bermeja, La Torre del Llambrión que junto a la Torre de la Palanca las tenemos justo enfrente del Friero.

Los Picos de Valdeoro junto con la Peña Remoña (2.239 m) enmarcan el majestuoso circo de Fuente Dé. El famoso teleférico (El Cable) es uno de los principales atractivos turísticos de los Picos de Europa, y son las cumbres anteriormente citadas las que son utilizadas por miles de turistas cada año para poner fondo a sus fotos.

Cuando hablamos de Valdeoro, lo hacemos en plural, pues no se trata de una única cima. Tradicionalmente se han considerado dos cotas: **Cota occidental o principal** (1.816 m) y **cota oriental** (1.768 m), pero consideramos citamos aquí, también, la ascensión del verdadero punto culminante del conjunto, (**El Jorcao**), en cualquier caso muy próximo a la tradicional cumbre W.

El Pico **Escamellau** situado en las proximidades del pueblo de Sotres en Asturias, forma parte del Macizo Central del que sobresale como una punta de lanza sobre el río Duje que separa dicho Macizo Central del Oriental.

Es por tanto un mirador excepcional sobre este último macizo, sobre Sotres y sobre el valle del río Duje, el cual está recorrido por una pista que une por un lado a Sotres (Asturias) con Espinama y Áliva en Cantabria, un ramal de dicha pista sube hasta el Cable que es la estación superior del Teleférico de Fuente Dé.