



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

MORRA DE LECHUGALES

28 y 29 de octubre 2017

INTRODUCCIÓN

El Parque Nacional de los Picos de Europa fue declarado en 1918, por el rey Alfonso XIII, como Parque Nacional de la Montaña de Covadonga, siendo el primer Parque Nacional de España. En 1995 se amplió a los tres macizos que constituyen los Picos de Europa cambiando el primitivo nombre por el actual. Sus 65.000 hectáreas lo convierten en uno de los mayores espacios protegidos del Estado, siendo el segundo Parque Nacional más visitado y abarcando terrenos que administrativamente pertenecen a tres comunidades autónomas: Asturias, Cantabria y Castilla-León.

Los Picos de Europa están divididos en tres macizos: el macizo Occidental o Cornión, el macizo Central o de los Urrieles, y el macizo Oriental o de Ándara. El macizo de Ándara se encuentra entre los ríos Deva y Duje, dividiéndose en dos vertientes en el punto donde se concentran sus mayores alturas, en torno al circo de Ándara (formado por las paredes de roca caliza de los picos Mazarrasa, Valdominguero, Morra de Lechugales...). El río Duje al oeste, separa este macizo de Los Urrieles y el río Deva, al este, marca el límite oriental de Los Picos de Europa

La Morra de Lechugales con sus 2.444 metros de altura, es el pico más alto del Macizo Oriental, teniendo unas vistas increíbles de la vertiente sur del Macizo Central (Urrieles) y de la montaña Palentina (Curavacas, Espigüete...).

Como peculiaridad de esta zona se encuentran varios restos de explotaciones mineras (minas de Mazarrasa, Evangelista, La Providencia,...) actualmente abandonadas, pero con restos visibles de las construcciones anejas a esta actividad. Es fácil encontrar también las abundantes bocaminas, algunas de ellas obstaculizadas para evitar la entrada del ganado a las mismas. Existe un refugio de montaña, el Casetón de Ándara, que facilita el acceso al macizo y a pocos minutos de él, en dirección al pico Valdominguero, se encuentra el antiguo lecho del lago de Ándara, uno de los más grandes que pueblan los Picos de Europa y que fue desecado accidentalmente durante las actividades mineras probablemente a causa de alguna voladura.

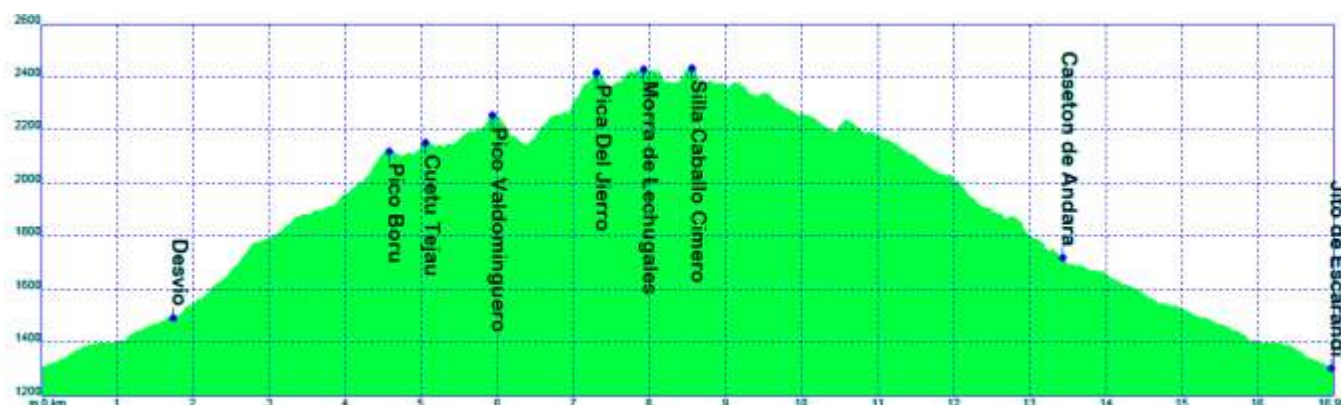
En la zona veremos rebaños de ovejas que se mueven por los prados guiadas por enormes mastines, mientras que los pequeños grupos de cabras prefieren las laderas más agrestes. La leche de ambas especies se mezcla con la de vaca para elaborar el famoso queso Cabrales, cuya producción artesanal requiere un largo periodo de fermentación en una cueva natural seleccionada cuidadosamente.



Sábado 28: Opción A. MORRA DE LECHUGALES.

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

| PUNTOS DE PASO REFERENCIAS | Altitud | Distancias a origen | Desnivel Parcial | Tiempo Parcial | Tiempo a inicio |
|-----------------------------|----------|---------------------|------------------|----------------|-----------------|
| Salida: Jito de Escarandi | 1.317 m. | | | | |
| Desvío derecha. | 1.490 m. | 1,7 Km. | 173 m. | 30 min. | 0:30 h |
| Pico Boru. | 2.129 m. | 4,5 Km. | 639 m. | 100 min. | 2:10 h. |
| Pico Valdominguero. | 2.265 m. | 5,8 Km. | 136 m. | 50 min. | 3:00 h. |
| Pica del Jierro. | 2.424 m. | 7,1 Km. | 159 m. | 40 min. | 3:40 h. |
| Morra de Lechugales. | 2.444 m. | 7,6 Km. | 20 m. | 45 min. | 4:25 h. |
| Silla Caballo Cimero. | 2.436 m. | 8,2 Km. | -8 m. | 45 min. | 5:10 h. |
| Casetón de Ándara. | 1.725 m. | 12,9 Km. | -711 m. | 90 min. | 6:40 h. |
| Llegada: Jito de Escarandi. | 1.317 m. | 16,5 Km. | -408 m. | 50 min. | 7:30 h. |



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Los mapas y el track de esta ruta se pueden descargar de la web del club.

Saliendo en coche desde Sotres tomamos la pequeña carretera que se dirige a Tresviso y después de, aproximadamente, cuatro kilómetros encontramos el aparcamiento de Jito de Escarandi. Allí debemos dejar el coche y comenzar la marcha a pie.



Aquí se sigue por una pista que se dirige al Sur paralela a la carretera. Después de haber recorrido 1,7 kilómetros aproximadamente nos desviamos a la derecha, en dirección oeste, para ganar la ladera que está a nuestra derecha.

Una vez en la loma continuamos por la senda que va por su parte más alta, en dirección sur, hasta alcanzar el Pico Boru.

Después del Pico Boru continuamos por el cresterío, fácil y sin complicaciones, hacia el sur siempre, con Ándara a nuestra izquierda y Les Urrieles a la derecha, hasta llegar a la cima del Pico Cuetu Tejau.

Desde aquí remontamos la ladera hasta las picas del Jou Sin Terre, que dejamos atrás, y llegamos al fácil cresterio de Valdominguero. Una vez pasada esta su cima, seguiremos hasta la Pica del Jierru desde donde se accede a la Morra de Los Lechugales.

Este pico es un monolito calcáreo que presenta una canal, que vemos enfrente de nosotros (representada por una línea blanca en la foto), por la que la subida es más fácil, aunque supone una pequeña escalada con tres pasos de grado III Inf. (Normalmente hay una cuerda fija para seguir el itinerario pero para asegurarnos ese día llevaremos una cuerda propia, desde el comienzo de la ruta, que servirá para que puedan subir todos los que lo deseen).








Una vez superado este paso de escalada se continúa por la cuesta que va hacia la izquierda y nos sitúa en el buzón de cumbre. En la cima hay que extremar la precaución sobre las posibles caídas, ya que el resto de las caras son extremadamente abruptas.

Después de bajar de la Morra de Lechugales, por la cresta y dirección este, se encuentra la Silla del Caballo Cimero. La crestería de acceso es técnicamente sencilla (apenas un par de tramos de grado I. No obstant es algo aérea por lo que habrá que extremar las precauciones. Desde la Silla del Caballo Cimero se puede divisar el Valle de Liébana y su capital, Potes. Desde la cumbre de la Silla del Caballo tenemos que volver atrás, en la dirección de la Pica del Jierru.

Antes de llegar a la Pica descenderemos por la ladera de la derecha donde, después de pasar unos prados, encontraremos una senda bien marcado que nos llevará al Casetón de Ándara. Desde allí cogeremos la pista que nos llevará al aparcamiento del Jito Escarandi cuyos últimos metros ya habremos hecho a la ida.

Sábado 28: Opción A. . MORRA DE LECHUGALES.

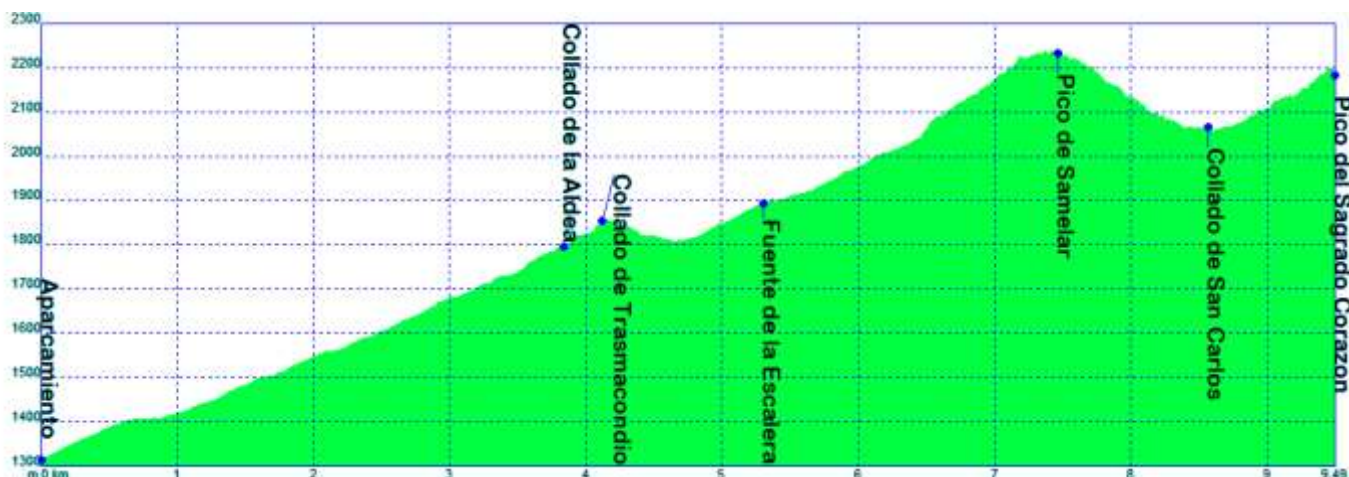
INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

| | | | |
|--|--|---|---|
| Horarios ruta  | <ul style="list-style-type: none"> • 7:30h.(Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 8:45 h Puesta del sol: 19:19 h→ La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. | | |
| Distancia Desniveles |  16.5 Km. |  + 1.570 m. |  - 1.570 m. |
| Tipo recorrido |  Circular. | | |
| Dificultad | Física 3 | Media | Técnica 4 Alta |
| M 3 | <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. . | | |
| 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 III Inf. de la escala UIAA. | | |
| E 4 | <ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida +1.570 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 1570 m. • Longitud: 16,5 km... Tiempo de marcha sin paradas > 7 Horas. | | |
| Perfil del Participante | Alta forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. | | |
| Material Obligatorio | Botas montaña/ Gafas de sol y ventisca/ Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula) | | |
| Material Recomendado | Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (2l mínimo) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal /Manta térmica. | | |
| Teléfonos Emergencias | Emergencias: 112. Guardia civil: 062. | Club: 144.775 Hz Coordinador: | Guardia civil montaña: 985 84 80 56 (GREIM Cangas de Onís) |
| Cartografía | <ul style="list-style-type: none"> • IGN Hoja 56 (Carreña) | | |

Sábado 28: Opción B. PICOS SAMELAR Y SAGRADO CORAZÓN.

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

| PUNTOS DE PASO REFERENCIAS | Altitud | Distancias a origen | Desnivel Parcial | Tiempo Parcial | Tiempo a inicio |
|-----------------------------|----------|---------------------|------------------|----------------|-----------------|
| Salida: Jito de Escarandi. | 1.317 m. | | | | |
| Casetón de Ándara. | 1.725 m. | 3.6 Km. | 408 m. | 60 min. | 1:00 h. |
| Collado Tramacondú. | 1.844 m. | 4,1 Km. | 119 m. | 35 min. | 1:35 h. |
| Collado de San Carlos. | 2.052 m. | 6,5 Km. | 208 m. | 60 min. | 2:35 h. |
| Pico Samelar. | 2.229 m. | 7,2 Km. | 177 m. | 30 min. | 3:05 h. |
| Pico Sagrado Corazón | 2.212 m. | 9,0 Km. | 160 m. | 50 min. | 3:55 h. |
| Llegada: Jito de Escarandi. | 1.317 m. | 17,0 Km. | -900 m. | 180 min. | 6:55 h. |



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Los mapas y el track de esta ruta se pueden descargar de la web del club.

La ruta parte de Escarandi y asciende rumbo sur por pista (PR-PNPE 28). Tras varias revueltas sigue en paralelo el Canal De Las Vacas y desemboca, al cabo de poco más de tres kilómetros, en el Refugio Casetón De Ándara. El casetón, resto de antiguas explotaciones abandonadas pertenecientes a la familia Mazarrasa, se encuentra en la base oeste del Pico Macondú que empieza a divisarse, con el Samelar al fondo, desde el comienzo del itinerario.



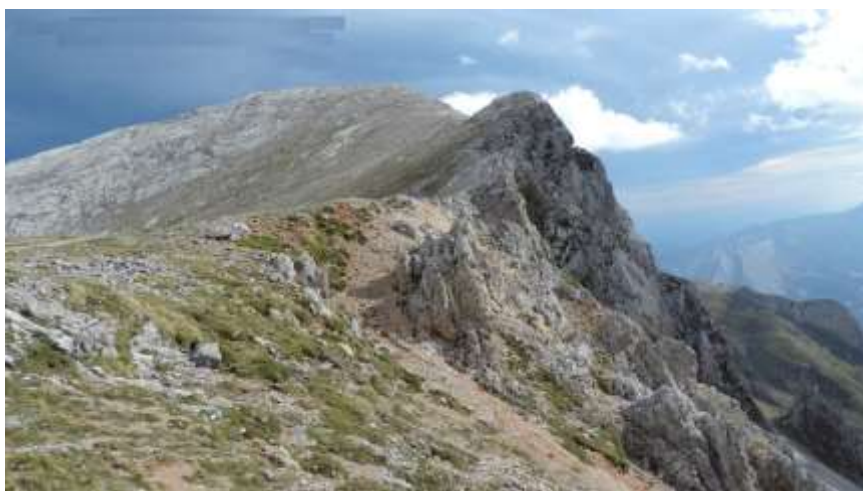
Aquí aparecen diferentes sendas, algunas de las cuales confluyen en el Collado de la Aldea, en subida tras el refugio, en cuyas proximidades hacia el suroeste se explotaron las Minas Mazarrasa, donde se ubicaba el Lago de Ándara, el único del Macizo Oriental.

En este punto hay que estar atentos al "track". Éste pasa por dicho collado, donde unas marcas de pintura en la piedra señalan el camino a "S. Carlos". Poco después, sin dificultad alcanzamos la Collada de Trasmacondú, justo al sur de la pica, con su apéndice cercano Pico de la Collada las Verdes.

A los pocos metros, bordeando transversalmente, sin perder altura, podemos admirar las Vegas de Ándara, especie de circo rodeado de montañas rocosas, horadadas por doquier, que asemejan un paisaje lunar. Seguimos ascendiendo rumbo al S.E. y desembocamos en la Fuente de las Escaleras.

Ahora la ruta gira a la izquierda y, por una vereda muy marcada, sube en amplio y cómodo zigzag hasta el collado de San Carlos. En este punto, a nuestra izquierda tenemos el Pico Samelar, a la derecha el Pico San Carlos o Sagrado Corazón y de frente a través de la amplia abertura, canal de San Carlos, divisamos la comarca de Liébana.

A partir del collado subimos hacia la izquierda, por una vereda bien visible, y llegamos en poco menos de treinta minutos a la cima del Pico Samelar.



Volviendo al collado y continuando por la loma, de forma sencilla, se alcanza sin dificultad el pico Sagrado Corazón.



Para volver se baja, por el mismo camino hasta el collado de San Carlos y de desanda al camino de subida hasta el Jito de Escarandi.

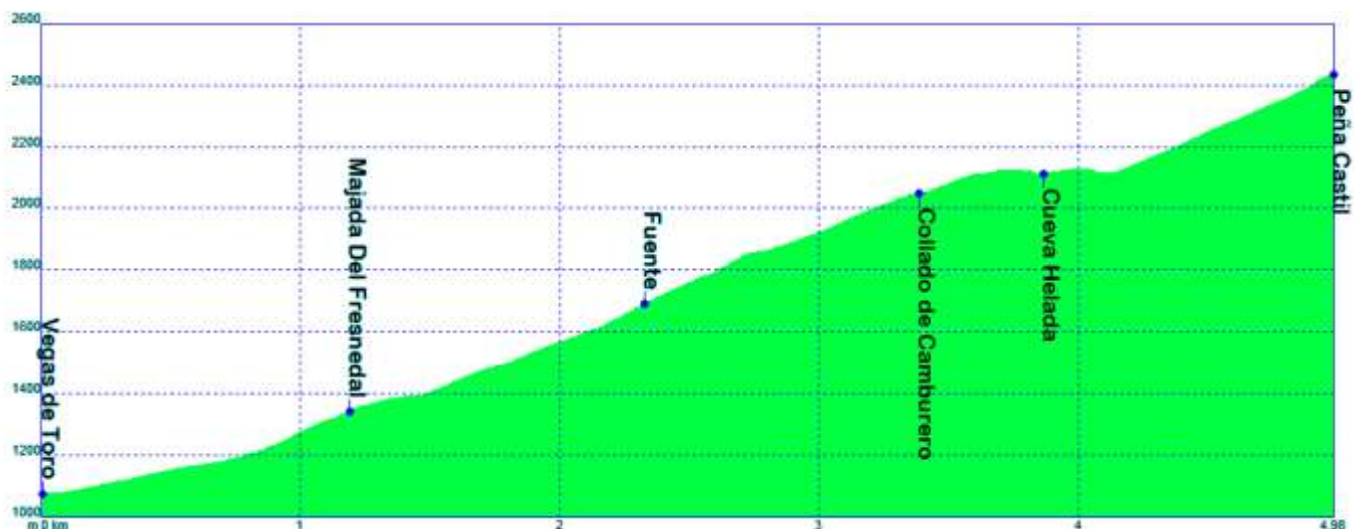
Sábado 28: Opción B. PICOS SAGRADO CORAZÓN Y SAMELAR.

| | | | |
|--|--|--|--|
| Horarios ruta  | <ul style="list-style-type: none"> • 6 h 55 Minutos.(Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 8:45 h Puesta del sol: 19:19 h→ La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. | | |
| Distancia Desniveles |  17 Km. |  + 1.075 m |  - 1.075 m |
| Tipo recorrido |  Lineal (Ida y vuelta por el mismo camino). | | |
| Dificultad | Física 3 | Media | Técnica 2 Baja |
| M 3 | <ul style="list-style-type: none"> • Hay varios factores de riesgo. . | | |
| I 3 | <ul style="list-style-type: none"> • Existe traza clara de camino o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces con otras sendas. | | |
| D 3 | <ul style="list-style-type: none"> • Marcha por sendas con escalones irregulares de distinto tamaño, rugosidad e inclinación. | | |
| E 3 | <ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida: +1.075 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 1.075 m. • Longitud: 17 km. • Tiempo de marcha sin paradas 6:55 Horas. | | |
| Perfil del Participante | Buena forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. | | |
| Material Obligatorio | Botas montaña/ Gafas de sol y ventisca/ Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula) | | |
| Material Recomendado | Impermeable y ropa de abrigo de reserva. /Agua (2l) / Protección solar / Teléfono / Bastones / Frontal / Manta térmica. | | |
| Teléfonos Emergencias | Emergencias: 112. Guardia civil: 062. | Club: 144.775 Hz Coordinador: | Guardia civil montaña: 985 84 80 56 (GREIM Cangas de Onís) |
| Cartografía | <ul style="list-style-type: none"> • IGN Hoja 56 (Carreña) | | |

Domingo 29: Opción A. PEÑA CASTIL.

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

| PUNTOS DE PASO REFERENCIAS | Altitud | Distancias a origen | Desnivel Parcial | Tiempo Parcial | Tiempo a inicio |
|----------------------------|----------|---------------------|------------------|----------------|-----------------|
| Salida: Vegas de Sotres. | 1.060 m. | | | | |
| Majada de la Fresneda. | 1.340 m. | 2,00 Km. | 280 m. | 0:45 h. | 0:45 h. |
| Collado de Camburero. | 2.052 m. | 3,20 Km. | 705 m. | 1:45 h. | 2:30 h. |
| Cueva de Hielo. | 2.120 m. | 3,70 Km. | 68 m. | 0:25 h. | 2:55 h. |
| Cima de Peña Castil. | 2.444 m. | 4,75 Km. | 324 m. | 0:50 h. | 3:45 h. |
| Llegada: Vegas de Sotres. | 1.060 m. | 9:50 Km. | -1.384 m. | 2:15 h. | 6:00 h. |



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Los mapas y el track de esta ruta se pueden descargar de la web del club.

Para iniciar la ascensión a Peña Castil hay que ir hasta las Vegas de Sotres o del Toro. Para ello se sale de Sotres en dirección a Arenas de Cabrales y en una curva muy pronunciada a la derecha se abandona la carretera por un pista bien marcada, y con buen firme, en dirección a Áliva. Después de aproximadamente dos kilómetros se llega a Vega de Sotres donde se pueden dejar los coches, pasado el poblado, en una gran pradera a la izquierda.



Desde allí se observan unas cuevas a nuestra espalda, del otro lado de la pista, que debemos bordear por su lado izquierdo. De esta manera entramos en el Valle de las Moñetas. Allí seguimos por una senda bien marcada, en dirección NW. Por la margen derecha de la Riega de Camburero.

Al poco rato pasamos por los abrevaderos de la Majada de Fresnedal, cerca de una cabaña bien conservada. Allí se deja a la izquierda, dirección S, la senda que enlaza con la Vega de Carrazoso. Siguiendo el ascenso en la misma dirección NW se pasa al lado de un canalón pedregoso y se progresa cerca del cauce, generalmente seco, de la Riega.

Más arriba se abre un corredor ante un circo de pedrizas para desembocar en una verde vega por la que seguimos ascendiendo hasta el Collado de Camburero.

Desde allí remontamos a la izquierda y cuando llevamos, aproximadamente 150 m, , aparece a nuestra izquierda un camino, casi horizontal y con algunos hitos, que tras cinco minutos de marcha nos lleva hasta un colladito y desde allí, descendiendo un poco hacia la derecha (hitos) se llega a la Cueva de Hielo. Se puede acceder a ella fácilmente pero es muy probable que sea necesario el uso de crampones para transitar por ella.








Volviendo de la Cueva de Hielo al camino principal seguimos hacia la izquierda por una ladera cubierta de piedras, y ocasionales canchales. Allí encontramos rastros de sendero y numerosos hitos que van marcando un itinerario fácil para alcanzar la cima de Peña Castil.

La vuelta se realiza por el mismo camino de subida.

Domingo 29: Opción A. PEÑA CASTIL.

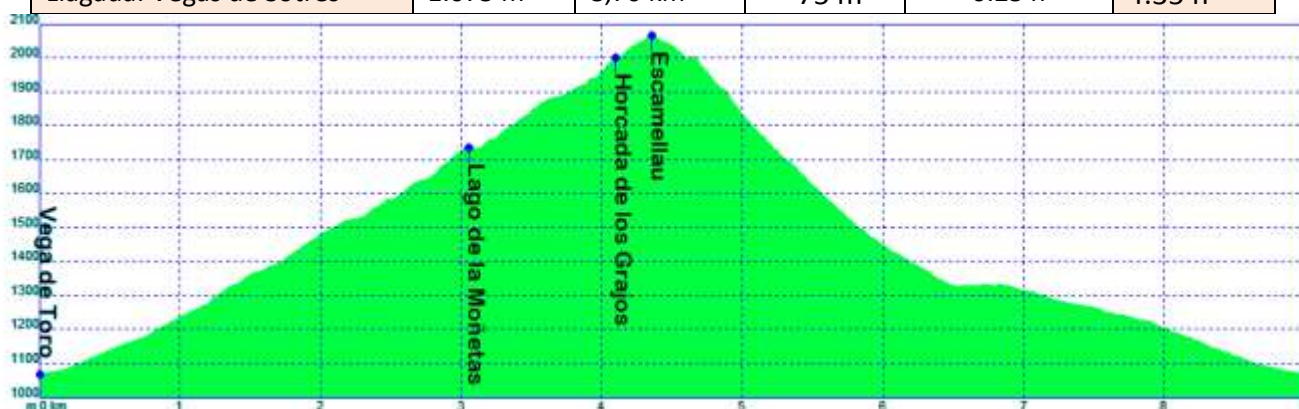
INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

| | | | |
|--|---|--|--|
| Horarios ruta  | <ul style="list-style-type: none">• 6:00 h. (Estimado de marcha efectiva sin paradas)• Salida sol: 8:45 h Puesta del sol: 19:19 h → La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. | | |
| Distancia Desniveles |  9,5 Km. |  + 1.384 m |  - 1.384 m |
| Tipo recorrido |  Lineal (Ida y vuelta por el mismo camino). | | |
| Dificultad | Física 3 | Media | 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">• Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales• La elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales. | | |
| E 4 | <ul style="list-style-type: none">• Desnivel acumulado de subida +1.384 m.• Desnivel acumulado de bajada - 1.1384 m.• Longitud: 9,5 km. Tiempo de marcha sin paradas 6:00 Horas. | | |
| Perfil del Participante | <ul style="list-style-type: none">• Buena forma física y haber realizado recorridos similares al descrito. | | |
| Material Obligatorio | Botas montaña/ Gafas de sol y ventisca/ Material de orientación (GPS y/o Mapa y brújula). | | |
| Material Recomendado | Impermeable y ropa de abrigo extra /Agua (2l mínimo) / Protección solar/ Teléfono/ Bastones/ Frontal/Manta térmica/ Crampones (Si se baja a la Cueva de Hielo). | | |
| Teléfonos Emergencias | Emergencias: 112. Guardia civil: 062. | Club: 144.775 Hz Coordinador: | Guardia civil montaña: 985 84 80 56 (GREIM Cangas de Onís) |
| Cartografía | <ul style="list-style-type: none">• IGN Hoja 56 (Carreña) | | |

Domingo 29: Opción B. PICO ESCAMELLAU.

RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

| PUNTOS DE PASO REFERENCIAS | Altitud | Distancias a origen | Desnivel Parcial | Tiempo Parcial | Tiempo a inicio |
|----------------------------|---------|---------------------|------------------|----------------|-----------------|
| Salida: Vegas de Sotres | 1.075 m | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Lago de las Moñetas | 1.706 m | 2,75 km | + 631 m | 1.45 h | 1:45 h |
| Horcada de los Grajos | 2.002 m | 4,05 km | + 298 m | 0:45 h | 2: 30 h |
| Pico Escamellau | 2.075 m | 4,35 km | + 73 m | 0:20 h | 2: 50 h |
| Vallejas de Juan Vieyu | 1.150 m | 7.20 km | - 925 m | 1:20 h | 4:10 h |
| Llagada: Vegas de Sotres | 1.075 m | 8,70 km | -75 m | 0.25 h | 4:35 h |



DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Los mapas y el track de esta ruta se pueden descargar de la web del club.

Se dejan los vehículos, igual que para subir a Peña Castil, en las Vegas de Sotres o del Toro. Se puede aparcar en unos prados al final de las Vegas. Llegados a ese punto, enfrente de nosotros se levanta imponente el Pico 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 y se interna de lleno en el valle de las Moñetas. Seguimos ésta hasta las proximidades del Llagu 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, por un terreno fácil, a la cumbre (F).








Hay que prestar mucha atención ojo a las simas que hay en el camino pues son bastante profundas.

La bajada de la cima se realiza por el mismo camino hasta el collado de los Grajos. Desde allí se toma la senda en sentido SE, primero de manera abrupta y después de manera más sostenida hasta nuevamente las Vegas de Sotres, donde encuentran los coches.

Domingo 29: Opción B. PICO ESCAMELLAU.

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

| | | | |
|--|--|---|--|
| Horarios ruta  | <ul style="list-style-type: none"> • 4:35 h.(Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol (atención al cambio de hora): 7:45 h. Puesta del sol: 18:16h→ La marcha deberá finalizar al menos una hora antes. | | |
| Distancia Desniveles |  8,7 Km. |  + 1.025 m. |  - 1.025 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 4 | <ul style="list-style-type: none"> • Desnivel acumulado de subida +1.025 m. • Desnivel acumulado de bajada – 1.025 m. • Longitud: 8,7 km. Tiempo de marcha sin paradas 4:35 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/ 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: 144.775 Hz Coordinador: | Guardia civil montaña: 985 84 80 56 (GREIM Cangas de Onís) |
| Cartografía | <ul style="list-style-type: none"> • 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 ayudarle 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.**

LOGÍSTICA. Alojamiento. Transporte. Precio.

ALOJAMIENTO Y DESAYUNO:

Desde el Viernes 27 de octubre de 2017 al Domingo 27 de octubre de 2017.

Albergue Peña Castil en Sotres (Asturias) 985 945 070, 629 820 226: <http://alberguepeñacastil.es/>



El albergue dispone de mantas pero es conveniente saco ligero o saco-sábana y toalla. Existe la posibilidad de alquilar sábanas por 1,5 € y toalla por 2 €.



CENA DEL SÁBADO 28:

Restaurante Casa Cipriano. Plaza central de Sotres

<http://casacipriano.com/es/index.html> Tlf. 985 94 50 24

TRANSPORTE:

En coches particulares. La organización de los mismos la realiza el coordinador.

PRECIO:

- Federados con licencia A o superior **48 €**
- Resto: **54 €**

El total incluye: Gastos de gestión y dos días de seguro para los no federados y los siguientes servicios:

| Viernes 27 octubre | Sábado 28 octubre | Domingo 29 octubre |
|--------------------|-------------------|--------------------|
| | Desayuno | Desayuno |
| | Cena | |
| Pernocta | Pernocta | |

INSCRIPCIONES:

Directamente en la web del club www.montanapegaso.com a partir del 9 de octubre de 2017.

Pago: Precio total correspondiente (federado A o resto), 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.

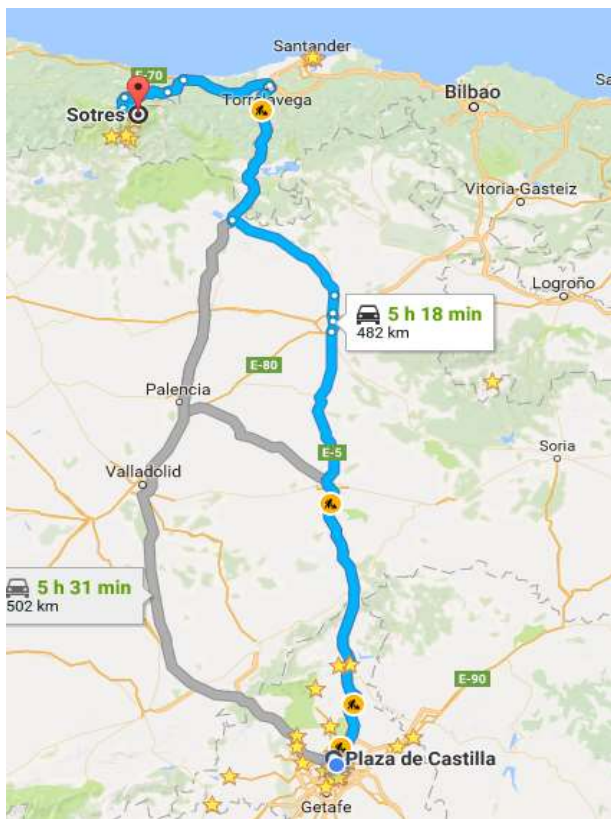
ANULACIONES:

Las condiciones de anulación quedarán sujetas al Apartado 7 del "PROTOCOLO DE PARTICIPACIÓN DE ACTIVIDADES". http://www.montanapegaso.com/carteles/2016/protocolo_participacion_2016.pdf

COORDINADOR

| COORDINADOR | |
|--------------------|-------------------------|
| NOMBRE | Javier Ibáñez de Opacua |
| CORREO ELECTRONICO | Javier.ibañez@uah.es |
| TELÉFONO | 619902150 |

COMO LLEGAR:



Desde la Plaza de Castilla (5h 18 min. 482 Km.):

- 1)** Seguir en dirección norte por la Castellana hasta tomar la A-1 hasta N-623/N-627 en Castilla y León. (2h 18 min. 247 Km.)
- 2)** Tomar la A67 (43 min. 62,5 Km.)
- 3)** Seguir A67 y A8 hacia cart. 272/N621 en Cantabria y tomar la salida 272 desde A-8. (1 h 5 min 120 km).
- 4)** Seguir por N621 y tomar AS114 hacia CA1 en Sotres. (1 h 5 min. 51,0 km)