



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO SIERRA BERMEJA Y PARQUE NATURAL DE REDES (PICO CUYARGAYOS) (LOS ARRUDOS)

INFORMACIÓN GENERAL. Geografía. Fauna.

Durante este fin de semana desarrollaremos nuestras actividades en los concejos de Sobrescobio y Caso.

Concejo de Sobrescobio. Es uno de los 78 concejos que conforman el Principado de Asturias. Se encuentra situado en la zona suroriental de Asturias, dentro de la mancomunidad Valle del Nalón, ya que es este río el que vertebra al concejo. Su capital es Rioseco y limita al norte con los concejos de Piloña y Caso, al este con Caso y al oeste con Laviana.

Comprende una extensión total de 69,43 km² y una población de 818 habitantes.

Concejo de Caso. Está ubicado en la zona suroriental de Asturias. Su capital es Campo de Caso, y limita al norte con el concejo de Piloña, al este con Ponga, al oeste con Aller y Sobrescobio y al sur con la provincia de León. En su concejo se halla el Parque Natural de Redes. Comprende una extensión total de 307,94 km² y una población de 1.553 habitantes.

Geología

SOBRESCOBIO. Está localizado en la llamada región de Mantos. La región de Mantos era una cuenca deprimida y actuó durante varios millones de años como receptora de materiales de origen marino. A finales del periodo Carbonífero (hace unos 300 millones de años) se produjo un fuerte movimiento orogénico, el Herciniano, que en un primer momento provocó el plegamiento de estos depósitos de materiales y los despegó de sus sustratos, fragmentándolos en numerosas escamas que cabalgaron unos sobre otros; las últimas fases hercínicas se caracterizaron por provocar desgarros y fracturas. Al concluir el proceso la antigua cuenca deprimida quedó como un gran bloque elevado con fuertes relieves.

CASO. El rasgo más destacado viene dado por la presencia de un conjunto de cabalgamientos de trazado cartográfico sinuoso debido a la existencia de pliegues transversales a sus trazas. Cuenta además con un importante conjunto de fracturas que cortan a ambos grupos de estructuras, presentando algunas de ellas una gran extensión lateral.

El resultado es un relieve muy abrupto, que se manifiesta en pendientes elevadas y un alto gradiente de altitudes. Más de la mitad del territorio se sitúa por encima de los 800 m y más del 40% tiene pendientes superiores al 50%. Los principales cordales se destacan sobre los roquedos más compactos calizos y cuarcíticos, mientras que los sustratos más blandos, pizarras y areniscas, han permitido la incisión de los cursos fluviales.

Topografía

SOBRESCOBIO. El concejo presenta elevaciones de bastante altitud y pendientes pronunciadas. La altitud varía entre los 400 – 1200 m, con pendientes superiores al 50%. La sierra Mermeya (Retriñón, 1.862 m) se extiende en la parte oriental del concejo, mientras que en la parte occidental se halla la sierra del Crespón (Corbellosu, Argañosa, entre otros). En su

parte septentrional, hallamos la Xamoca y la Garba y en el límite con el concejo de Aller están Praera, la Forcá, y el Cuitu Santibañez, entre otros.

CASO. Las altitudes más sobresalientes del concejo son: pico Torres (2.104 m), la Rapaina (2.022 m), Peña'l Vientu (2.007 m), Tiatordos (1.951 m), la Rapaona (1.957 m), Cantu l'Osú (1.800 m) y los cordales del Cuetu Negru (1.852m) y Visu la Grande, con magníficas vistas y entorno bello.

Hidrografía

SOBRESCOBIO. De su red hidrográfica destacamos el río Nalón, que vertebra al concejo y lo atraviesa de este a oeste. El río nace en Tarna (concejo de Caso) y discurre por un estrecho valle y como tributario más importante tiene el arroyo Huerga, que surca el barranco Anzo por la parte derecha del Nalón. En la parte izquierda nos encontramos con el río Alba.

Dentro del concejo también nos encontramos, aunque de forma testimonial el río Sella en la vertiente nororiental.

CASO. El río Nalón nace en el concejo de Tarna. Afluentes: Monasterio, L'Ablanosa, Orlé, Pendones y Corralín.

Clima

SOBRESCOBIO y CASO. El clima en ambos concejos se encuadra dentro del dominio templado-oceánico, por lo que se puede definir como húmedo, sin grandes oscilaciones térmicas y con temperaturas relativamente suaves.

Flora

SOBRESCOBIO y CASO. El paisaje vegetal en el concejo tiene dos grandes protagonistas: las masas forestales y las praderas. Tampoco conviene olvidar otras facciones minoritarias que llegan a constituir hábitats de alto interés ecológico.

Fauna

SOBRESCOBIO y CASO. Al encontrarse el Parque Natural de Redes enclavado tanto en Sobrescobio como en Caso la fauna es común y uno de los pilares básicos sobre los que se ha establecido el régimen de protección del parque. Se encuentran representadas la totalidad de la fauna vertebrada de la montaña oriental de Asturias: jabalí, corzo, rebeco cantábrico, perdiz roja, arcea y paloma torcaz son las especies que son susceptibles de ser cazadas en este entorno.

Nutrias, osos, lobo ibérico, murciélago de la cueva, murciélago de Geoffroy, marta, armiño, gato montés, gineta, lirón gris, lirón careto, la ardilla se encuentran entre las especies que no están permitidas darle caza.

Entre las grandes aves existentes, se encuentran: urogallo, águila real, alimoche, halcón peregrino, azor, buitre leonado, águila culebrera. Aves menores son el roquero rojo, cuervo y chovas piquirroja y piquigualdas, etc.

PARQUE NATURAL DE REDES (1996)

Abarca 307,94 kilómetros cuadrados de los concejos de Caso y Sobrescobio, siendo declarado “Reserva de la Biosfera (2001)” y “Lugar de Importancia Comunitaria (LIC)” por su potencial contribución a restaurar el hábitat natural, incluyendo los ecosistemas y la diversidad de la flora y fauna silvestres, pasando a formar parte de las “Zonas Especiales de Conservación” integradas en la RED NATURA 2000.

La formación vegetal dominante son los bosques maduros, que ocupan una tercera parte de la superficie total del parque. Estas masas forestales representan un enclave privilegiado para muchas especies faunísticas, destacando entre ellas: oso, gato montés, rebeco cantábrico, liebre de piornal, perdices pardillas, urogallo cantábrico, buitre leonado, alimoche, águila real, chova piquigualda, carbonero palustre, pito negro, mito...

PROGRAMA

Los tracks los pongo a tu disposición en la web del club. Las condiciones meteorológicas de cada ruta son únicas y por tanto son meramente orientativos.

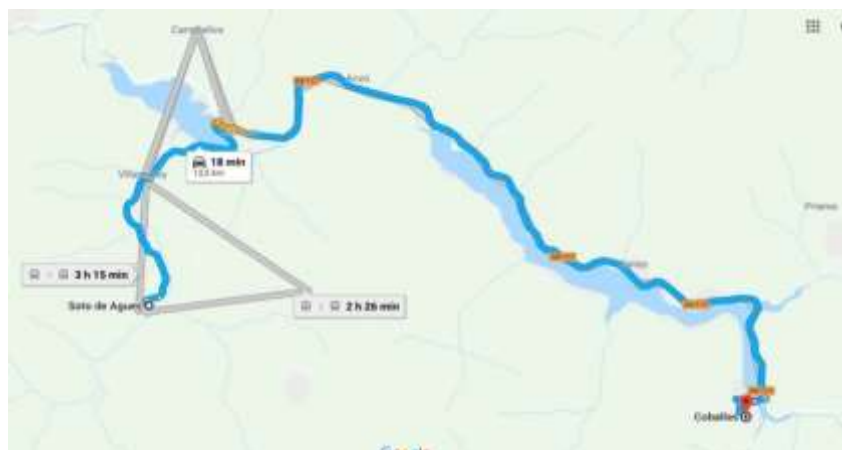
Viernes 29 de marzo de 2019

Llegada escalonada a la **Posada Cantu L'Osu**. La cena no está incluida.

Sábado 30. OPCIÓN CORTA: COBALLES – CUYARGAYOS - COBALLES

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Como llegar al inicio de la marcha: Trayecto: Soto de Agues – Coballes (17 minutos)



Enlace Google Maps:

<https://www.google.com/maps/dir/Soto+de+Agues/33995+Coballes,+Asturias/@43.2112456,-5.4962025,12z/data=!3m1!4b1!4m13!4m12!1m5!1m1!1s0xd36461cc3981a6f:0x40d5cbe559e09549!2m2!1d-5.4674303!2d43.2024078!1m5!1m1!1s0xd36380851c8cefb:0xe82881fe6caa450e!2m2!1d-5.3846646!2d43.1904475>

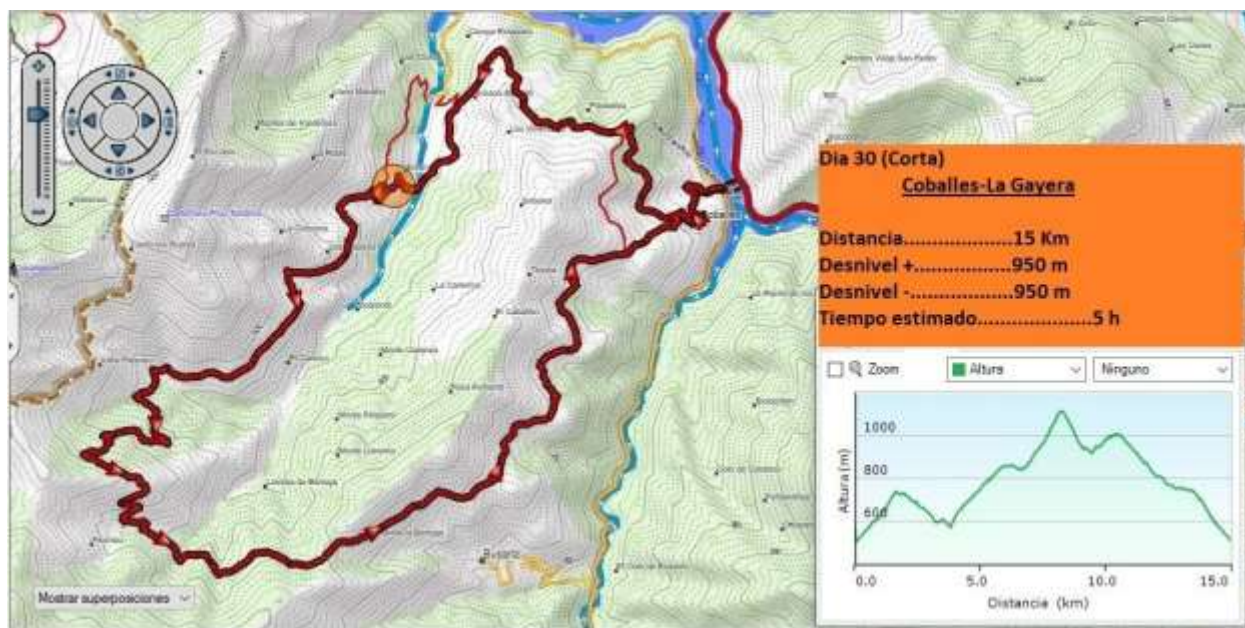
La ruta comienza en el pueblo de Coballes, donde está el cartel informativo de la misma. El aparcamiento está situado junto al puente del Embalse de Tanes y dispone de una amplia zona para aparcar. Desde aquí, en ascensión hasta el pueblo por la carretera hay una distancia de 450 metros.

Coballes (501) es un pueblo casín del Alto Nalón, a la altura del K. 38,5 de la AS-111 que tiene final en el puerto de Tarna (1.490 m). Está ubicado en la orilla occidental de la cola del embalse de Tanes, cuyas construcciones se asientan escalonadamente en la soleada ladera del monte con vertiente al río Caleao, afluente del Nalón. A su vez, la peña Cuyargayos (1.391 m), en pleno corazón del parque natural de Redes, es techo de la sierra Bermeja, cordal que marca la divisoria entre los concejos de Sobrescobio y Caso, al sur de la cuenca del Nalón y que presenta un fuerte desnivel en su vertiente norte, cubierta de hayas, y un perfil más suave hacia el sureste con monte bajo y pastizal de altura.

La ruta comienza en el pueblo de Coballes, donde dejamos los coches para ascender hasta el centro de pueblo, donde hay situado un cartel informativo de la ruta circular PR.AS.244, que es la que haremos tanto en la opción corta y en la media. En la parte alta del pueblo se encuentra la bifurcación para elegir realizar la circula en un sentido u otro. Nosotros tomaremos la de la derecha en dirección al mirador sobre el embalse de Tanes. Desde este punto, nos dirigimos, primero hacia Ablanedo para posteriormente ir hacia el puente de madera que salva el río Valdetanes (584 m). Desde aquí comenzamos la subida en dirección a Valderosa (695 m) pequeña población en nuestro camino.

En ese punto continuamos en pronunciado ascenso, con la posibilidad de hacer un alto en un área donde existe una mesa de piedra y banco, con estupendas vistas del Tiatordos y Maciedome.

Continuamos la ascensión hasta llegar a una cabaña semiderruida, donde la opción media tomara el desvío a la derecha en dirección hacia el Cuyargayos y la corta hacia la zona alta del Fresneu (1.068 m), desde aquí observaremos el área recreativa La Trapa (999 m), lugar por donde pasaremos e iniciaremos el descenso hacia Coballes. Punto final de las rutas.



RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Coballes	560 m				
Río Valdetanes	700 m	4,2 km	+340 /-100 m	1h45	1h45
La Gallera	1.100 m	8,3 km	+ 500 /-20 m	1h30	3h15
Area Recreativa La Trapa	999 m	10,8 km	+80/- 350 m	0h30	3h45
Coballes	560 m	15,0 km	+30/-480 m	1h15	5h00

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

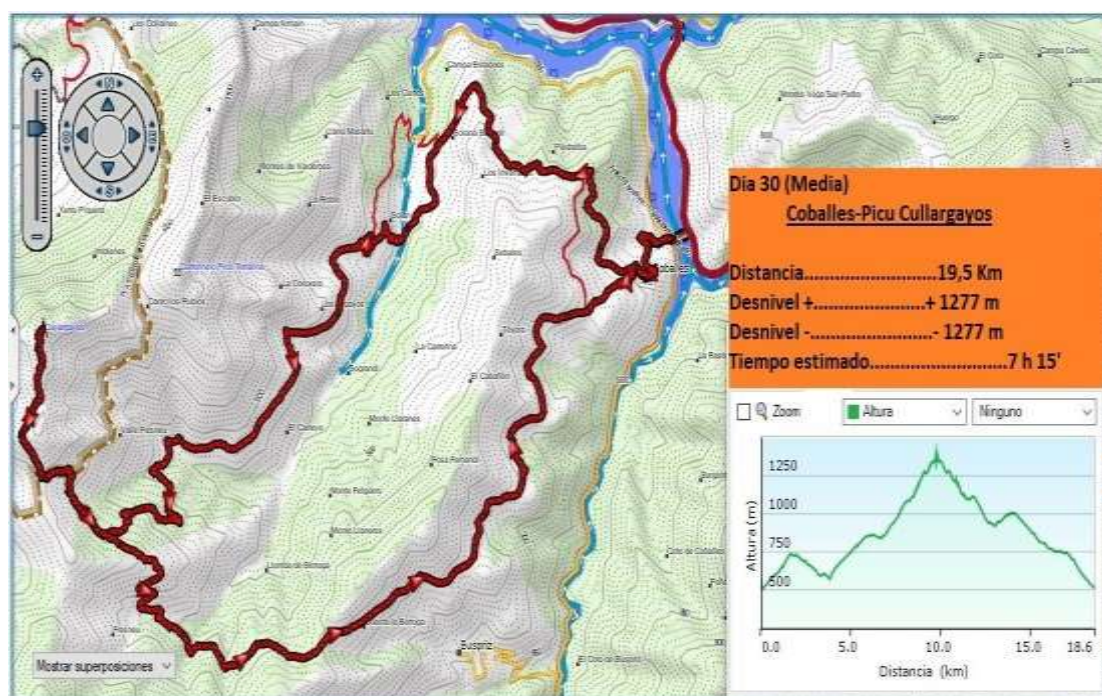
Horarios ruta 		• 5.00 h. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida del sol: 7h08. Puesta del sol: 19:44 h • La marcha deberá finalizar al menos una hora antes.											
Distancia Desniveles		 15 Km.		 + 950 m		 - 950 m							
Tipo recorrido		 Circular											
Dificultad		Física		3		Alta		Técnica		2		Media	
M		2		• Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Paso por lugares alejados a más de 3 horas de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos (que no se juzguen infrecuentes) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación									
I		2		• Existe traza clara de camino o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces con otras sendas.									
D		2		• Marcha por sendas con escalones irregulares de distinto tamaño, rugosidad e inclinación.									
E		3		• Desnivel acumulado de subida: +950 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 950 m. • Longitud: 15 km.									
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/ se revisarán las condiciones meteorológicas para confirmar el material técnico necesario											
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112.				Emisora Club: 144.175 Hz Coordinador: 690 615 155							
Cartografía		• IGN HOJAS DEL MTN 1:25.000 54 (III) – Rioseco • IGN HOJAS DEL MTN 1:25.000 54 (III) – Rioseco COORDENADAS INICIO / FINAL 43° 12' N — 5° 23' O											

Sábado 30. OPCIÓN MEDIA. COBALLES – PEÑA CULLARGAYOS– COBALLES

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Desde la cabaña semiderruida referenciada, tomamos el camino hacia la derecha hasta llegar al final del mismo, hasta otra pequeña cabaña donde tomaremos un camino ascendente para llegar a una pequeña collada donde giraremos a mano derecha para primero encontrarnos con el pico Mezquita (1.309 m) al que podemos ascender o bien rodearlo en dirección al Cuyargayos (1.391 m).

Hecha cima en el mismo, regresamos por el mismo camino en dirección a la cabaña donde habíamos girado, para tomar la PR.AS.244 en dirección a Coballes donde finalizaremos la actividad.



RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel parcial	Tiempo parcial	Tiempo a inicio
Coballes	560 m				
Río Valdetanes	700 m	4,2 km	+340 / -200 m	1h45	1h45
Collada Mezquita	1.210 m	9,0km	+560 / -115m	1h50	3h35
Peña Cullargayos	1.391 m	10,0 km	+181 m	0h20	3h55
Zona Alta de Fresneu	1.068 m	12,3 km	+60 / -290 m	0h35	4h30'
Area Recreativa La Trapa	1.000 m	14 km	+50 / -80 m	0h30	5h00
Coballes	560 m	19,5 km	+116 /-592 m	2h15'	7h15'

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

Horarios ruta		 • 7h 15 m. (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 8:12 h Puesta del sol: 19:03 h • La marcha deberá finalizar al menos una hora antes.						
		19,5Km.		+ 1.277 m		- 1.277 m		
Tipo recorrido		Circular						
Dificultad		Física		4	Alta	Técnica	2	Media
M	2	• Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Paso por lugares alejados a más de 3 horas de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos (que no se juzguen infrecuentes) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación						
I	2	• Existe traza clara de camino o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces con otras sendas.						
D	2	• Marcha por sendas con escalones irregulares de distinto tamaño, rugosidad e inclinación.						
E	4	• Densivel acumulado de subida: +1.277 m. • Densivel acumulado de bajada: - 1.277 m. • Longitud: 19,5km.						
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/ Piolet / Crampones / se revisarán las condiciones meteorológicas para confirmar el material técnico necesario						
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062.		Emisora Club: 144.175 Hz Coordinador: 690 615 155		Guardia montaña:		civil
Cartografía		• IGN HOJAS DEL MTN 1:25.000 54 (III) – Rioseco COORDENADAS INICIO / FINAL 43° 12' N — 5° 23' O						

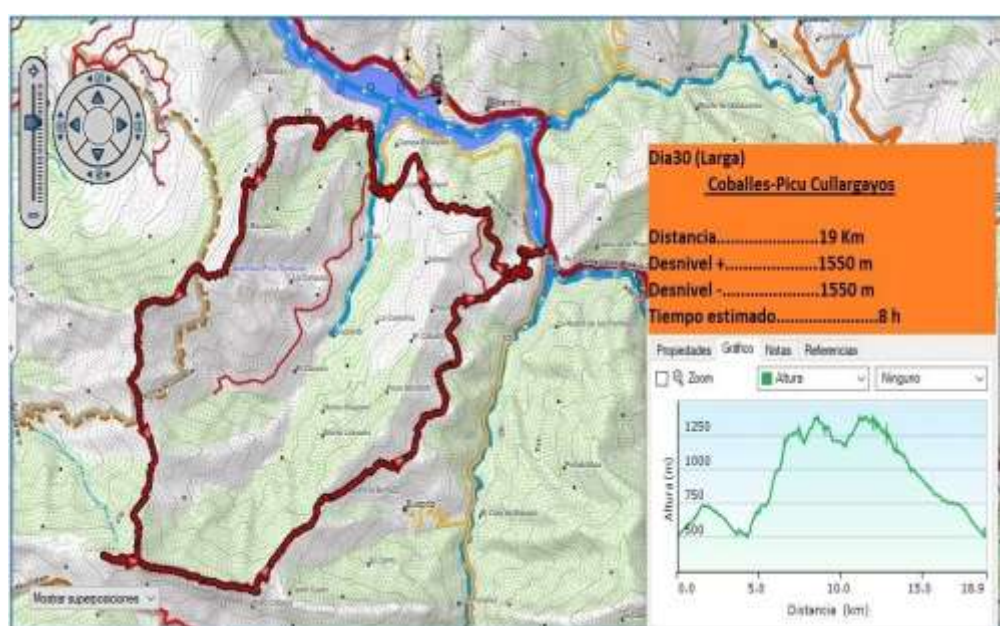
Sábado 30. OPCIÓN LARGA. COBALLES – PEÑA CUYARGAYOS– COBALLES

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

El camino es común hasta llegar al caserío de Ablanedo, donde abandonaremos la ruta de las dos alternativas anteriores para ascender por la campa Armain hasta alcanzar la cuerda y llegar a la peña Amparollasa primero, la peña Lavaya (1.272 m) después y por último el pico Terralina (1.302 m) desde donde descenderemos a la collada Imblemes (1.201 m).

En este punto iniciamos la subida a la peña Cuyargayos (1.391 m) desde donde tomaremos la cuerda en dirección sur hasta alcanzar el pico Mezquita (1.309 m) y la peña la Abolera (1.273 m) para luego bajar a la collada Fanarriondas (1.168m).

Desde allí iniciamos la ascensión al pico Riegos (1.389 m) , para tomar después la cuerda en dirección este hasta alcanzar el Canto Puro Cabrero (1.259 m), donde giraremos en dirección norte para retornar al pueblo de Coballes, pasando por el área recreativa de la Trapa.



RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Coballes	560 m				
Las Cordes	580 m	2,8 km	+250 / -243 m	1h00	1h00
Pico Terralina	1.302 m	7,5 km	+750 / -50 m	2h00	3h00
Pico Cuyargayos	1.391 m	8,5 km	+195 / -125 m	0h50	3h50
Pico Riegos	1.389 m	10,4 km	+190 / -190 m	0h40	4h30
Área recreativa La Trapa	1.006 m	14,2 km	+50 / -350 m	1h15	5h45
Coballes	560 m	19,5 km	+116 / -592 m	2h15'	8h00

INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SEGURIDAD

Horarios ruta 		• 8h (Estimado de marcha efectiva sin paradas) • Salida sol: 8:12 h Puesta del sol: 19:03 h → • La marcha deberá finalizar al menos una hora antes.			
		 19Km.	 + 1.550 m	 - 1.550 m	
Tipo recorrido		 Circular			
Dificultad		Física	4	Alta	Técnica 2 Media
M	3	• Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Paso por lugares alejados a más de 3 horas de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos (que no se juzguen infrecuentes) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación • El itinerario, en algún tramo, transcurre fuera de traza de camino y por terreno enmarañado o irregular que dificultaría la localización de personas.			
I	2	• Existe traza clara de camino o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces con otras sendas.			
D	3	• Marcha por sendas con escalones irregulares de distinto tamaño, rugosidad e inclinación.			
E	4	• Desnivel acumulado de subida: +1.550 m. • Desnivel acumulado de bajada: - 1.550 m. • Longitud: 19km.			
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/ Piolet / Crampones / se revisarán las condiciones meteorológicas para confirmar el material técnico necesario			
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062.	Emisora Club: 144.175 Hz Coordinador: 690 615 155	Guardia montaña:	civil
Cartografía		• IGN HOJAS DEL MTN 1:25.000 54 (III) – Rioseco COORDENADAS INICIO / FINAL 43° 12' N — 5° 23' O			

Domingo 31: OPCIÓN CORTA. PICO CABEZA DE ARCO

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

La ruta tiene origen en el pueblo de Caleao, a 28 minutos de Soto de Agües:



Enlace página web:

<https://www.google.com/maps/dir/Soto+de+Agües/33995+Caleao,+Asturias/@43.1901224,-5.4613077,13z/data=!3m1!4b1!4m13!4m12!1m5!1m1!1s0xd36461cc3981a6f:0x40d5cbe559e09549!2m2!1d-5.4674303!2d43.2024078!1m5!1m1!1s0xd3649c902132b37:0x106cf1a8d95546c3!2m2!1d-5.4116271!2d43.1564521>

El lugar más indicado para dejar los coches es en el aparcamiento situado al lado de la ermita de San Antonio (670m), final de la ruta de los Arrudos y de nuestra actividad.

Comenzamos a caminar en dirección a la carretera y atravesamos el pueblo hasta cruzar un arroyo que nos orientará en dirección sur. Aquí encontramos el PR. AS. 124 “Cabeza de Arco”.

Atravesaremos zonas de castaños que nos conducen hasta las cabañas de El Ceriscu (770 m). En la cota 790 vadeamos el arroyo donde antes estaba el puente de la Campa. Continuamos ascendiendo y atravesaremos un bosque de hayas y acebos hasta llegar a las cabañas de la Porqueriza, que se encuentran localizadas en una gran roca. Proseguimos nuestro caminar y nos encontraremos con el arroyo Xulio que puede ser problemático su cruce si baja con mucha agua.

Seguimos ascendiendo hasta llegar a los extensos prados que conforman la Majada Xulio (1.070 m), donde nos encontraremos cabañas, algunas en buen estado. Al este de la majada observamos el pico el Arco y siguiendo la senda ascendente, nos encontraremos los restos de cabañas de El Mayain (1.160 m), posteriormente, tras una curva cerrada nos hallamos en las ruinas de la majada del Arco y siguiendo nuestro caminar llegamos a la collada el Arco (1.340 m) desde se acomete, los que quieran llevarlo a efecto, la subida al pico El Arco (1.598 m).

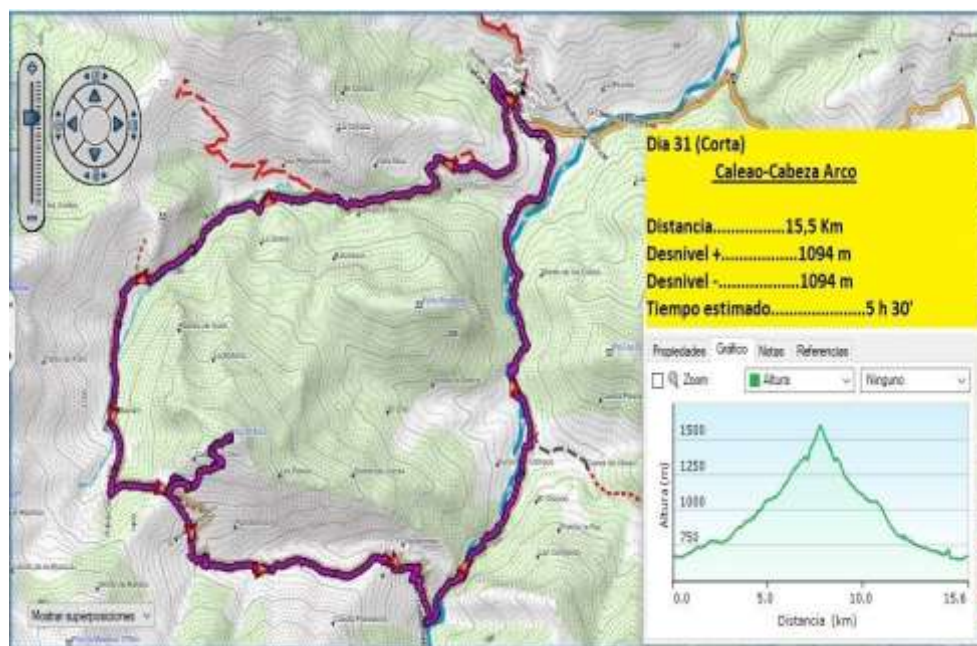
Abandonando las marcas del PR (que debemos retomar en nuestro descenso), nos dirigimos directos a la cima. A través de una estrecha grieta superaremos el primer crespón transversal y encontramos los primeros hitos. Accederemos a una inclinada meseta de piedra suelta y matojos que nos orienta a los escarpes rocosos de la izquierda y a una arista que cruzamos

con cuidado. Superada la misma, alcanzamos un breve y muy inclinado embudo que rodeamos siguiendo un senderillo ente las altas hierbas, siendo este, quizás, la parte más delicada de la ascensión, que nos sitúa al otro lado con fuerte subida. Alcanzaremos un corredor de hierba, muy inclinado y fuertes caídas a la izquierda, que sale a la arista suroeste del pico. Una vez en la arista que nos lleva a la cumbre, se puede elegir entre ir por la misma o rodearla para hacerlo a través de una herbosa, empinada y extensa ladera.

Desde la cima obtendremos unas buenas vistas de los concejos de Ponga, Piloña, Sobrescobio y Caso. También observaremos hacia el este hasta los Picos de Europa. Una vez que hemos disfrutado de las vistas iniciamos el descenso, bien por donde subimos o tomamos un camino alternativo más sencillo.

Regresamos por la ladera de hierba y evitamos la cresta por la izquierda por un terreno mixto de piedra y hierba, hitado pero muy inclinado. Gira la senda a la derecha para colocarnos en nuestro descenso frente a una inclinada canal, pero señalizada con hitos por la que superamos la zona rocosa. En este punto podemos, o bien girar a la derecha y llegar al collado del Arco y tomar el PR o seguir directos por terreno menos inclinado, aunque nos encontraremos helechos y zarzas hasta dar con la senda/PR que viene del collado y coinciden en la majada Pandiellina (1.150 m).

Siguiendo el PR llegaremos al collado Prendeoriu (1.050 m). Desde aquí y zigzagueando alcanzaremos la ruta delos Arrudos (810 m). Una vez en la misma tomamos dirección a Caleao, cruzamos en primer lugar el puente de la Fumiosa (780 m), donde el camino se ensancha y resulta cómodo en el transcurrir de nuestra marcha hasta la ermita de San Antonio, final de nuestra ruta y donde podemos contemplar un retablo policromado, en caso de que esté abierta.



RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Ermita de San Antonio	670 m				
Cabañas El Ceriscu	770 m	1,8 km	+ 120 m	40'	40'
Arroyo Valle de Xulio	780 m	2,8 km	+ 40 m	15'	55'
Majada Xulio	1.070 m	5,3 km	+ 290 m	30'	3h15'
Collada El Arco	1.340 m	6,8 km	+ 270 m	15'	3h30'
Pico L'Arcu	1.598 m	7,9 km	+ 258 m	1h30'	5h
Collada Prendeoriu	1.050 m	10 km	- 548 m	1h30'	6h30'
Puente de la Fumiosa	780 m	13,4 km	- 270 m	1h	7h30'
Ermita de San Antonio	670 m	15,5 km	- 110 m	45'	5h30'

INFORMACION TECNICA Y SEGURIDAD.

Horarios ruta 		 15,5 Km.		 + 1.094 m		 - 1.094 m	
Tipo recorrido		 Circular					
Dificultad		Física	3	Alta	Técnica	2	Media
M	2	• Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Paso por lugares alejados a más de 3 horas de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos (que no se juzguen infrecuentes) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación					
I	2	• Existe traza clara de camino o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces con otras sendas.					
D	2	• Marcha por sendas con escalones irregulares de distinto tamaño, rugosidad e inclinación.					
E	3	• Densivel acunuladu de subida: +1.094 m. • Densivel acunuladu de bajada: - 1.094 m. • Longitud: 15,5 km.					
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/ Piolet / Crampones / se revisarán las condiciones meteorológicas para confirmar el material técnico necesario					
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062.		Emisora Club: 144.175 Hz Coordinador: 690 615 155		Guardia montaña: civil	
Cartografía		• IGN HOJAS DEL MTN 1:25.000 54 (III) –Rioseco COORDENADAS INICIO / FINAL: 43° 09' N — 5° 225' O					

Domingo 31: OPCIÓN MEDIA. LA FUENTONA

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

La ruta de la opción corta y la media coinciden hasta el punto donde la primera toma el camino de la izquierda cuando llega a la zona de Los Arrudos, mientras que la opción media gira a la derecha en el mismo lugar para dirigirse a La Fuentona, que es el depósito de agua que suministra a Gijón.

En la cabaña Prendeoriu, como referencia, el camino se hace más estrecho e interna en un bosque con población de robles y otras variedades. Nos encontraremos con el puente de la Calabaza, reconstruido por los vecinos, ya hace unos años. A partir de aquí subiremos una escalonada pendiente hasta alcanzar otro puente, donde comienza realmente la parte más dura de la subida, tallada en la piedra, con cantidad de vueltas y contra revueltas. Al finalizar la subida llegaremos a El Collain encontraremos al lado La Fuentona, objetivo del día. Podremos tomarnos el tiempo que deseemos para contemplar o reponer fuerzas y volver a tomar el camino por donde llegamos para irnos directamente hacia la Ermita de San Antonio.



RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel parcial	Tiempo parcial	Tiempo a inicio
Ermita de San Antonio	670 m				
Cabañas El Ceriscu	770 m	1,8 km	+ 120 m	0h50	0h50
Arroyo Valle de Xulio	780 m	2,8 km	+ 40 m	0h30	1h20
Majada Xulio	1.070 m	5,3 km	+ 290 m	1h00	2h20
Collada El Arco	1.340 m	6,8 km	+ 270 m	0h40	4h00
Collada Prendeoriu	1.050 m	10 km	- 548 m	0h50	4h50
La Fuentona	1.180 m	12,5 km	130 m	0h30	5h20
Puente de la Fumiosa	780 m	14,4 km	- 270 m	1h00	6h20
Ermita de San Antonio	670 m	17,7 km	- 110 m	0h30	6h50

INFORMACION TECNICA Y SEGURIDAD.

Horarios ruta 		 17,7 Km.		 + 1.180 m		 - 1.180 m	
Tipo recorrido		 Circular					
Dificultad		Física	3	Media	Técnica	2	Media
M	2	- Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. - Paso por lugares alejados a más de 3 horas de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. - En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos (que no se juzguen infrecuentes) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación					
I	2	Existe traza clara de camino o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces con otras sendas.					
D	2	Marcha por sendas con escalones irregulares de distinto tamaño, rugosidad e inclinación.					
E	3	- Desnivel acumulado de subida: +1.277 m. - Desnivel acumulado de bajada: - 1.277 m. - Longitud: 17,7 km.					
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/ Piolet / Crampones / se revisarán las condiciones meteorológicas para confirmar el material técnico necesario					
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062.		Emisora Club: 144.175 Hz Coordinador: 690 615 155		Guardia montaña: civil	
Cartografía		IGN HOJAS DEL MTN 1:25.000 54 (III) –Rioseco COORDENADAS INICIO / FINAL: 43º 09' N — 5º 225' O					

Domingo 31: OPCIÓN LARGA. PICO CORISCAO

DESCRIPCIÓN DE LA RUTA.

Esta ruta comparte el camino de subida de las opciones corta y media hasta el collado El Arco, desde donde tomaremos el cordal en dirección sur hasta el collado la Mueza (1.059m). En este punto tomamos el cordal en dirección este para ir subiendo por los picos que anteceden la cumbre del Corisco: pico La Mueza (1.776 m) y la peña de la Tabierna (1.741 m). Desde este lugar perderemos unos 50 m de desnivel para después iniciar la subida al punto más alto del recorrido, el pico Corisco (1.665 m).

Después de un merecido descanso iniciaremos el descenso por la cuerda en dirección este hasta llegar a la cota de 1.550 m donde abandonaremos la cuerda para tomar un sendero que desciende por la ladera sur hasta la majada La Robre. Continuaremos el camino que lleva al arroyo de La Robre y que nos conducirá a la Fontona, desde donde tomaremos el camino de regreso al pueblo que coincide con el de la opción media.



RECORRIDO. Distancias. Tiempos.

PUNTOS DE PASO REFERENCIAS	Altitud	Distancias a origen	Desnivel Parcial	Tiempo Parcial	Tiempo a inicio
Ermita de San Antonio	670 m				
Cabañas El Ceriscu	770 m	1,8 km	+ 120 m	0h50	0h50
Arroyo Valle de Xulio	780 m	2,8 km	+ 40 m	0h30	1h20
Majada Xulio	1.070 m	5,3 km	+ 290 m / - 50	1h00	2h20
Collada el Arco	1.340 m	6,8 km	+ 270 m	0h40	4h00
Collada la Mueza	1.670 m	8,5 km	+ 330 m	1h00	5h00
Pico Corisco	1.670 m	10,5 km	+150 m / -200	0h30	5h30
La Fontona	1.180 m	13,3 km	-490 m	0h40	6h10
Puente de la Fumiosa	780 m	14,4 km	- 280 m	0h50	7h00
Ermita de San Antonio	670 m	17,7 km	-180 m	0h30	7h30

INFORMACION TECNICA Y SEGURIDAD.

Horarios ruta 		 17,7Km.		 + 1.200 m		 - 1.200 m	
Tipo recorrido		 Circular					
Dificultad		Física	4	Alta	Técnica	2	Media
M	2	• Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente. • Paso por lugares alejados a más de 3 horas de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta. • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos (que no se juzguen infrecuentes) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación					
I	2	• Existe traza clara de camino o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces con otras sendas.					
D	2	• Marcha por sendas con escalones irregulares de distinto tamaño, rugosidad e inclinación.					
E	4	• Densidad acumulada de subida: +1.277 m. • Densidad acumulada de bajada: - 1.277 m. • Longitud: 19,5km.					
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/ Piolet / Crampones / se revisarán las condiciones meteorológicas para confirmar el material técnico necesario					
Teléfonos Emergencias		Emergencias: 112. Guardia civil: 062.		Emisora Club: 144.175 Hz Coordinador: 690 615 155		Guardia montaña: civil	
Cartografía		• IGN HOJAS DEL MTN 1:25.000 54 (III) –Rioseco COORDENADAS INICIO / FINAL: 43° 09' N — 5° 225' O					

LOGÍSTICA. ALOJAMIENTO. TRANSPORTE. PRECIO

Alojamiento

Desde el viernes 29 de marzo de 2019 al domingo 31 de marzo de 2019.

Posada Cantu L'Osu. Web: <https://www.albergueredes.com/>

Facebook: <https://www.facebook.com/posada.cantulosu>

El precio incluye pernocta días 29 y 30, desayuno días 30 y 31 y cena día 30.

La Posada Cantu L'Osu está ubicada en la localidad de Soto de Agües (concejo de Sobrescobio) en Asturias. <https://www.albergueredes.com/>

Dispone de habitaciones de 2-6 personas, con baño dentro y **ropa de cama y toallas**.

El aparcamiento se encuentra a la entrada del pueblo. Muy amplio, pero con bastante demanda por ser punto de inicio de muchas rutas montaÑeras.



Transporte

En coches particulares, que coordinará el organizador.

Precio

Federados con licencia A o superior **47,50 €**, resto: **53,50 €**

El precio incluye los gastos de gestión (2 €) y dos días de seguro para los no federados (3 €/día)

Ver: [Protocolo de Participación en Actividades](#)

Viernes 29 Marzo	Sábado 30 Marzo	Domingo 31 Marzo
Viaje de ida: coches particulares	Desayuno	Desayuno
Cena no incluida	Cena	Viaje de vuelta: coches particulares
Pernocta	Pernocta	

Inscripciones

Directamente en la web del club www.montanapegaso.com a partir del 11 de marzo de 2018.

Pago

Ingreso del precio total correspondiente 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 7º del Protocolo de Participación en Actividades <https://www.montanapegaso.es/club/protocolo-participacion-en-actividades>

Coordinador

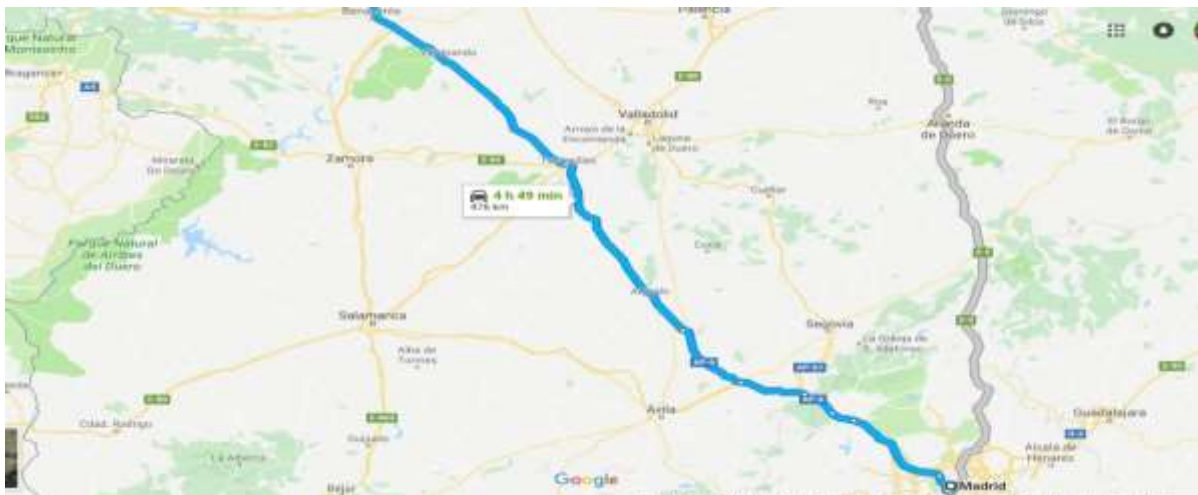
Ver el cartel.

Como llegar

Trayecto: Madrid – Benavente – Mieres – Posada Cantu L’Osu
Por la A-6 476 km 4h50” (Google Maps)

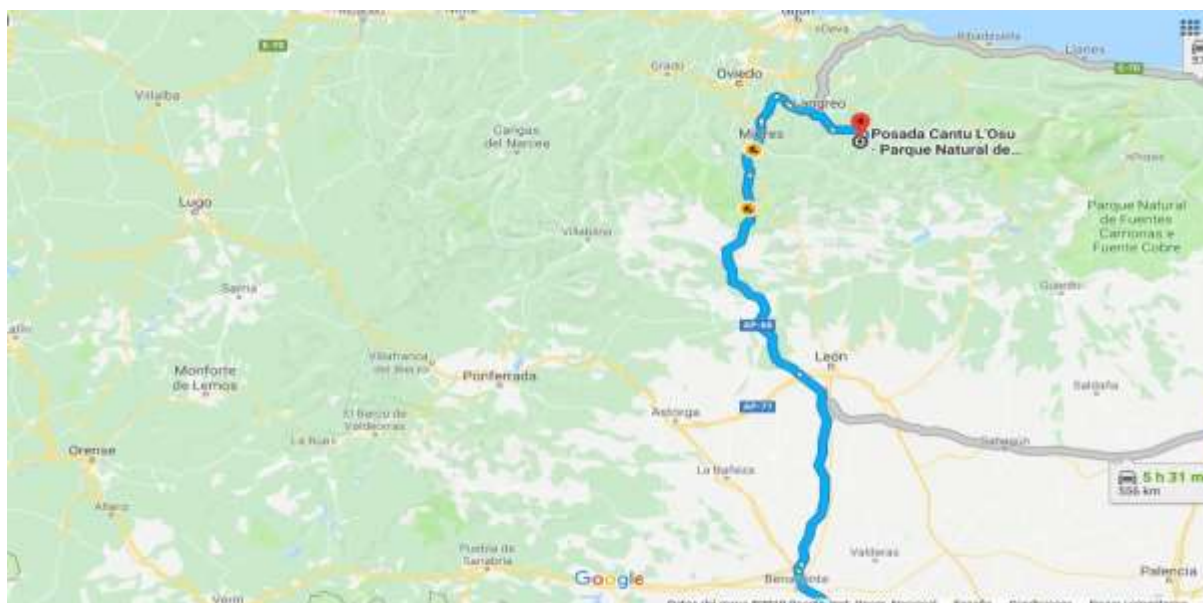
Enlace web Madrid – Benavente:

<https://www.google.com/maps/dir/Madrid/Benavente,+Zamora/@41.199525,-5.2140742,9z/data=!4m13!4m12!1m5!1m1!1s0xd422997800a3c81:0xc436dec1618c2269!2m2!1d-3.7037902!2d40.4167754!1m5!1m1!1s0xd384cf36eb3c6d5:0xe0ff9595fdf7c789!2m2!1d-5.6784691!2d42.002883>



Enlace web Benavente – Mieres:

<https://www.google.com/maps/dir/Benavente/Posada+Cantu+L'Osu+%C2%B7+Parque+Natural+de+Redes+%C2%B7Albergue+de+Soto+de+Agues,+Soto+de+Agues/@42.7685554,-6.2344529,9z/data=!3m1!4b1!4m13!4m12!1m5!1m1!1s0xd384cf36eb3c6d5:0xe0ff9595fdf7c789!2m2!1d-5.6784691!2d42.002883!1m5!1m1!1s0xd3648a89b5aaf31:0x466b37939ef5b44e!2m2!1d-5.469104!2d43.202424>



Enlace web Mieres – Posada Cantu L'Osu:

<https://www.google.com/maps/dir/Mieres,+Asturias/Posada+Cantu+L'Osu+%C2%B7+Parque+Natural+de+Redes+%C2%B7+Albergue+de+Soto+de+Agues,+Soto+de+Agues/@43.2980075,-5.8060673,11z/data=!3m1!4m13!4m12!1m5!1m1!1s0xd36f685cad5f4f0x60ef4ab44118dbdd!2m2!1d-5.7785282!2d43.249719!1m5!1m1!1s0xd3648a89b5aaf31:0x466b37939ef5b44e!2m2!1d-5.469104!2d43.202424>