



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

"Peña Ten y Pico Lago"

14 y 15 de marzo de 2020

CONSIDERACIONES IMPORTANTES

EL PARTICIPANTE EN LA ACTIVIDAD, AL REALIZAR LA INSCRIPCIÓN, DECLARA:

POSEER LA CAPACIDAD FÍSICA, TÉCNICA Y DEPORTIVA ADECUADA PARA LA REALIZACIÓN DE LA MISMA.

PERSONARSE A LA MISMA PROVISTO DEL MATERIAL DESIGNADO COMO OBLIGATORIO PARA SU DESARROLLO, EN ADECUADO ESTADO PARA SU USO Y POSEYENDO LOS CONOCIMIENTOS NECESARIOS PARA SU CORRECTA UTILIZACIÓN.

EL NOTORIO INCUMPLIMIENTO DE ESTAS PREMISAS AL INICIO DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DE ALGÚN PARTICIPANTE RESERVA AL COORDINADOR EL DERECHO A REHUSAR DE SU PARTICIPACIÓN EN ELLA.

DATOS DE INTERÉS

Peña Ten

Con sus 2.142 m, es una de las grandes cumbres de la Cordillera Cantábrica, no tanto por su altitud como por la presencia de su mole caliza.

Se sitúa en el Parque Regional Picos de Europa (no confundir con el Parque Nacional del mismo nombre) en la frontera entre León y Asturias. Por el lado leonés la población más cercana es La Uña, perteneciente al municipio de Acebedo. Por el lado asturiano se encuentra el concejo de Ponga, del cual Peña Ten es su techo.

En sus proximidades se encuentra el puerto de Ventaniella, uno de los puertos históricos que comunican León y Asturias. Al contrario que la mayoría de los otros puertos de la Cordillera Cantábrica, éste no ha sido asfaltado, por lo que ha quedado reducido prácticamente a un uso ganadero y montañoero o senderista. Este es el motivo principal por el que probablemente Ponga sea el concejo asturiano más aislado e indómito, aparte de tener la densidad de población más baja.

El Arroyo del Puerto, que baja desde el mencionado puerto de Ventaniella se junta con otros arroyos como el de Valdosín para formar el río Esla, uno de los afluentes más importantes del Duero. Este río, denominado Ástura durante el período de romanización, daba nombre a la provincia Astúrica, a la vez que definía su límite oriental.

En el lado pongueto de la montaña se encuentra Arcenorio, una majada de pastores magníficamente conservada, inaccesible al tráfico rodado, donde se alberga la ermita del mismo nombre. La ermita alberga una virgen conocida como la Santina de Arcenorio, cuya festividad se celebra el 8 de septiembre rivalizando con la virgen de Covadonga, en la romería que se celebra a mayor altitud de Asturias.

Al Norte de Peña Ten se encuentra otra gran cumbre, el Pico Pileñes, separada por el collado de las Arriondas o del Cardal. Ambas cumbres dan origen a un conocido dicho asturiano:

Ten y Pileñes

Buen par de peñes.

Peña Ten pa les cabres,

Pa les oveyes, Pileñes.

La esquiada de Peña Ten es, según Miguel Ángel Adrados, la mejor de la Cordillera Cantábrica junto a Fuentes de Invierno.

Pico Lago

El Pico Lago o del Pinar, de 2009 m, se yergue al sur del Puerto de las Señales. Se trata éste de un puerto paralelo al eje principal de la Cordillera Cantábrica, comunicando los puertos (estos sí, fronterizos), de San Isidro y Tarna.

Es un pico modesto pero que ofrece desde su cumbre una bonita travesía hasta el pueblo de Maraña, dejando todo el rato a su derecha las cumbres del macizo del Mampodre.

PROGRAMA

Viernes 13 de marzo:

Llegaremos en coches particulares hasta el albergue de Maraña, regentado por Anselmo, un conocido miembro del GREIM de Sabero y autor de muchos vídeos sobre montaña.

La mejor ruta sale de Madrid por la autovía A-1. Poco antes se toma la A-231 en dirección León. A la altura de Carrión de los Condes se toma la CL-615 hacia Saldaña y Guardo. En la localidad leonesa de Boca de Húergano se gira a la izquierda en dirección Riaño, y una vez allí tomamos la carretera que lleva al Puerto de Tarna. Antes de llegar el puerto, y pasada la localidad de Acebedo, se toma una carretera a la izquierda que nos llevará hasta Maraña.

El albergue se encuentra al final del pueblo, donde la carretera se transforma en camino. La pernocta incluye las sábanas pero no la toalla. Tenemos reservadas las cenas de viernes y sábado, y los desayunos del sábado y domingo. Se ha acordado la cena del viernes porque no hay muchos establecimientos de hostelería cercanos. El albergue no sirve menús especiales (vegetarianos, celíacos, etc.).

Sábado 14 de marzo: Peña Ten (2.142 m)

Dejaremos los coches en un apartadero en el lado izquierdo de la carretera, pasado el pueblo de la Uña. Seguiremos la pista que lleva al puerto de Ventaniella, paralelamente al río Esla. En el punto en el que el paisaje se abre, pasada la Peña del Castiellos abandonaremos el camino de Ventaniella para acceder a Peña Ten por su vertiente suroeste. La parte final es una arista, algo expuesta en un punto muy concreto, que nos obligará a dejar los esquís y calzar los crampones.

Las posibilidades de descenso son varias. La vuelta por el mismo camino es una de ellas, y con poco que envidiar a las demás. No obstante también se puede bajar por alguna de las canales que van a dar al circo sur, para bajar al valle de las Corvas.

El desnivel positivo es de unos 950 m.

Domingo 15 de marzo: Pico Lago (2.009 m)

El recorrido obliga a dejar un coche en Maraña para que los conductores puedan regresar a recoger los vehículos que dejaremos en el puerto de las Señales. Desde ahí un breve ascenso de

unos 450-500 m nos llevará a la cumbre del pico. Una vez allí iniciaremos el descenso en dirección sur hasta las lagunas de Tronisco. Después giraremos a la izquierda en dirección este hasta llegar a Maraña.

Para hacer esta actividad es necesario que el recorrido esté bien innivado. De no ser así buscaríamos alternativas por el lado norte del puerto de las Señales. Remelende o picos del Águila y la Bardera son buenas opciones.

Las rutas podrían verse modificadas dependiendo de las condiciones meteorológicas, del estado de la nieve y de los participantes.

MATERIAL

Para esta actividad, además del equipo básico de esquí de travesía (esquí, pieles, cuchillas y bastones) se requiere el uso de equipo para progresión invernal (crampones y piolet) y material básico de seguridad (pala, sonda y ARVA).

Se debe llevar equipo invernal ya que es posible que haya bajas temperaturas. El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, crampones, piolet,...), dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse puede elevar el riesgo de la actividad considerablemente tanto para la persona carente de él, como para los demás participantes. Por seguridad, ante posibles imprevistos es aconsejable llevar lámpara frontal.

ALOJAMIENTO

Albergue de Maraña, La Parada

Término municipal: Acebedo (León)

Dirección postal: Raimundo Alonso, 100. 24996 Maraña (León)

Teléfonos: +34 987 697 498

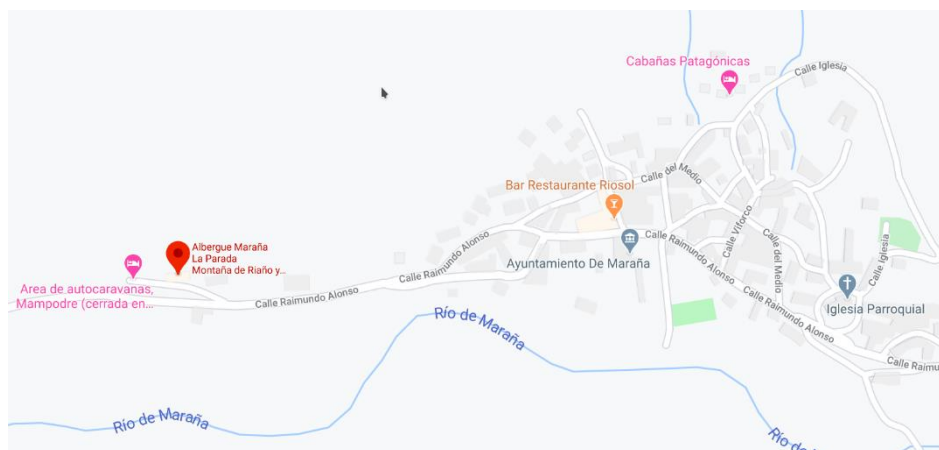
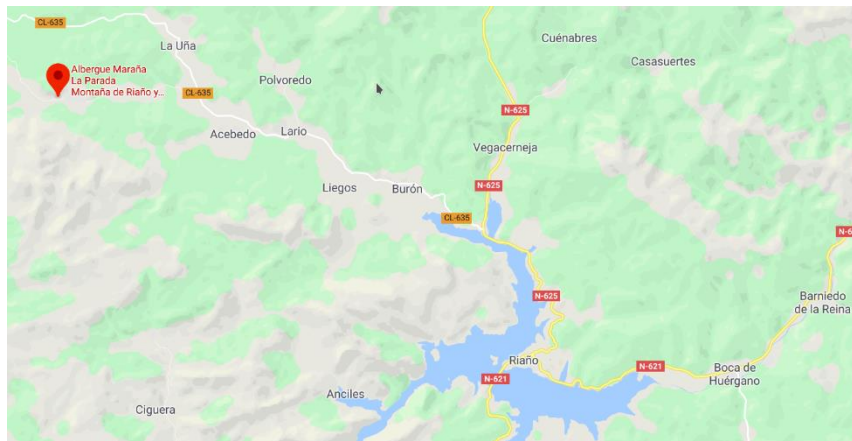
+34 690 819 233

Email: alberguedemarana@hotmail.com

Web: alberguedemarana.com

<https://www.facebook.com/alberguedemarana/>

GPS: 43°02'56,792" -5°11'0.099"



PRECIO

- Federados o con seguro deportivo: 56 €.
- Resto: 62 € (incluye seguro 3 €/día).

El total a abonar al club incluye: gastos de gestión, dos días de seguro (no federados) y los siguientes servicios:

Viernes 1 marzo	Sábado 2 marzo	Domingo 3 Marzo
	Desayuno	Desayuno
Cena	Cena	
Alojamiento en Albergue de Maraña	Alojamiento en Albergue de Maraña	

TRANSPORTE

En vehículo particular. El coordinador de la salida recogerá información sobre disponibilidad de vehículos y facilitará dicha información a los inscritos que quieran compartir los vehículos para que ellos mismos se pongan en contacto.

Las normas de utilización de vehículos particulares son las establecidas en el apartado 6 de las "Normas de participación en las actividades del Grupo de Montaña Pegaso" ([http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo de participacion.pdf](http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf)).

INSCRIPCIONES

En la web www.montanapegaso.com a partir del 2 de marzo a las 00:00h.

Pago: Precio total correspondiente (federado B 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.

Coordinador: Roberto (correo electrónico: apabardexu@gmail.com)

El hecho de realizar la reserva conllevará implícito que el participante declara tener la capacidad física, deportiva y técnica adecuada para la realización de la actividad.

ANULACIONES

Las condiciones de anulación quedarán sujetas al Apartado 7 las "Normas de participación en las actividades del Grupo de Montaña Pegaso" ([http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo de participacion.pdf](http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf)).

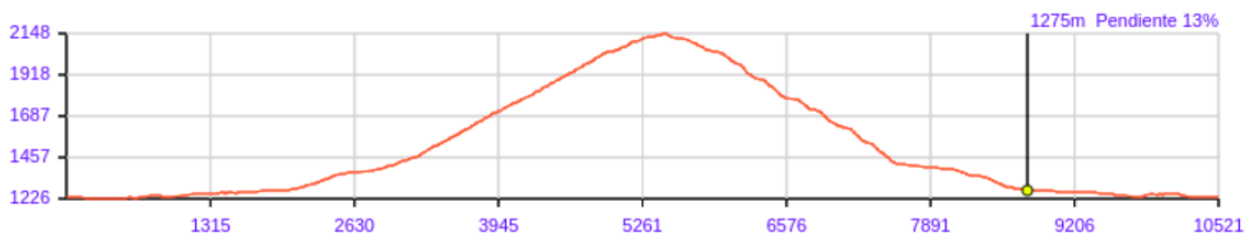
Descripción de Itinerarios

Sábado 14 de marzo: Peña Ten (2.142 m)

Dificultad (escala Blachére):	EB
Distancia:	10,5 km
Desnivel:	+950m, -950m
Tiempo estimado:	6:00 a 7:00 horas



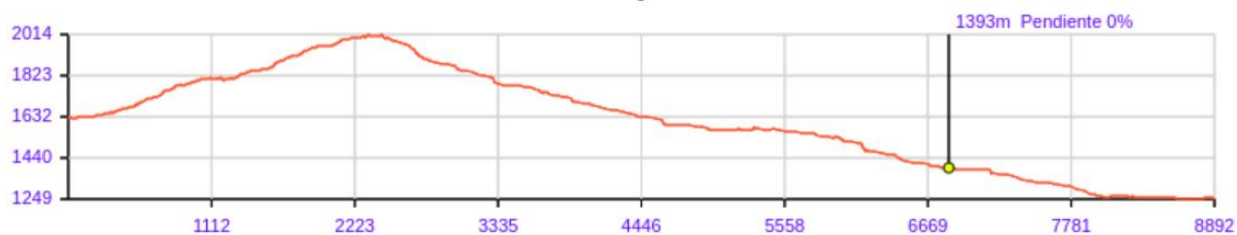
Peña Ten

**Domingo 15 de marzo: Pico Lago (2.009 m)**

Dificultad (escala Blachère):	EM
Distancia:	9 km
Desnivel:	+500m, -800m
Tiempo estimado:	4:00 horas



Pico del Lago-Maraña



RECOMENDACIONES Y ADVERTENCIAS:

No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador dé la salida.

Para esta actividad, además del equipo básico de esquí de travesía (esquí, pieles, cuchillas y bastones) se requiere el uso de equipo para progresión invernal (crampones y piolet) y material básico de seguridad (pala, sonda y ARVA).

Se debe llevar equipo invernal ya que es posible que se den bajas temperaturas. El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, crampones, piolet,...), dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse puede elevar el riesgo de la actividad considerablemente tanto para la persona carente de él, como para los demás participantes. Por seguridad, ante posibles imprevistos es aconsejable llevar frontal.

Se recomienda llevar emisoras en la banda de 446MHz (la más habitual para uso doméstico).

Consultar previsión meteorológica el día anterior a la salida.

Ningún participante debe separarse de los grupos. Si, voluntariamente, así lo hiciera debe comunicar esta decisión al coordinador de la actividad.

En cada grupo se debe contar al menos con mapa, brújula o GPS y emisora.

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.

El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.