SENDERISMO EN VALLES PASIEGOS Y COSTA CÁNTABRA

Asturias

muntania
Tu agencia de viajes

CICMA: 4720
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 Destino 2
3 Datos básicos 2
3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 3
4 Programa 3
4.1 Programa resumen 3
4.2 Programa detallado 4
5 Precio. Incluye/No incluye 6
5.1 Incluye 6
5.2 No incluye 6
6 Mas información 6
7 Puntos fuertes 8
8 Otros viajes similares 9
9 Contacto 9

1 Presentación

Presentamos un viaje de fin de semana en el corazón de **Cantabria**. Nos alojaremos en el encantador entorno de **Puente Viesgo**, desde donde exploraremos paisajes espectaculares: valles fluviales, cumbres imponentes y acantilados con vistas al mar.

La cena del primer día está incluida, para comenzar con buen pie esta escapada de fin de semana.

El sábado nos adentraremos en las tranquilas **riberas de Yera** y **Aján** o, para los más exigentes, ascenderemos a los **Picos Castro Valnera** y **Peña Negra**, una ruta más exigente y con panorámicas de alta montaña.

El domingo completaremos el viaje con una **caminata costera** hasta el emblemático **Faro del Caballo**, en la **península de Santoña**, antes de regresar a casa tras un buen fin de semana.

CICMA: 4720
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

2 Destino

Los Valles Pasiegos se encuentran en la zona centro-oriental de la comunidad autónoma de **Cantabria**, en el norte de España. Están formados principalmente por los valles del río Pas, el **río Pisueña** y el **río Miera**. Esta región abarca municipios como Vega de Pas, San Roque de Riomiera, Selaya, Villacarriedo o Liérganes, entre otros, y se caracteriza por su paisaje montañoso, con laderas verdes, praderas amplias, bosques frondosos y una red fluvial que da vida a todo el territorio.

Aunque los **Valles Pasiegos** se sitúan en el interior, se encuentran a escasa distancia de la costa cántabra, lo que permite una combinación perfecta entre el turismo de montaña y el turismo costero. En apenas 30 a 40 minutos en coche, se puede acceder a localidades costeras emblemáticas como **Santander**, **Somo** o **Laredo**, y disfrutar de playas de gran belleza y de la influencia marina en el paisaje y la cultura.

La biodiversidad en los **Valles Pasiegos** es notable. En sus bosques de hayas, robles y castaños habitan especies como el **corzo**, el **jabalí,** el **zorro** y diversas aves rapaces, incluyendo el águila culebrera, el **milano real** o el **búho real**. En las zonas más altas, es posible observar rebecos y, con suerte, rastros del esquivo gato montés o la marta.

Los cursos fluviales y sus entornos también albergan una rica vida acuática, así como anfibios y pequeñas especies ligadas a ecosistemas húmedos y bien conservados.

La región forma parte de varios espacios naturales protegidos, entre ellos destacan:

- **El Parque Natural de los Collados del Asón**, situado al sureste de los Valles Pasiegos, que protege un área montañosa de gran valor geológico y ecológico, con simas, cuevas y bosques maduros.
- **La Red Natura 2000**, que incluye diversas Zonas de Especial Conservación (ZEC) en torno a los ríos Pas, Pisueña y Miera, y áreas de especial interés por su biodiversidad.
- Además, algunas zonas limítrofes conectan con el **Parque Natural de las Marismas de Santoña, Victoria y Joyel**, uno de los humedales costeros más importantes del norte de España, ideal para la observación de aves migratorias.

En el ámbito gastronómico, puede disfrutar de productos locales de gran calidad y reconocimiento. Destacamos los sobaos pasiegos, las quesadas, los quesos artesanales y otros productos lácteos, junto a platos tradicionales elaborados con ingredientes de proximidad.

3 Datos básicos

Destino: Valle del Pas y Costa Cántabra, España.
Actividad: Senderismo
Nivel físico: A y B.
Duración: 3 días.
Época: abril a Octubre
Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas por grupo.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El tipo de terreno varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El ritmo de progresión se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje al destino. Alojamiento en **Puente Viesgo** (430 km), donde nos alojaremos. Cena incluida.

Día 2. **Riberas de Yera y Aján** y los **Picos Castro Valnera y Peña Negra.**

Excursión nivel* Riberas de Yera y Aján. Distancia 14 km Desnivel + 425 m Desnivel – 425 m

Excursión nivel** Picos Castro y Peña Negra. Distancia 17 km Desnivel + 975 m Desnivel – 975 m

Día 3. **Península de Santoña y el Faro del Caballo**. **Viaje de regreso.**

Excursión nivel* De Santoña al Faro del Caballo. Distancia 7 km Desnivel + 400 m Desnivel – 400 m

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje al destino. Alojamiento en **Puente Viesgo** (430 km), donde nos alojaremos. Cena incluida.

Alojamiento en el Hotel ** La Terraza en Puente Viesgo (MP).

Día 2. **Riberas de Yera y Aján** y los **Picos Castro Valnera y Peña Negra.**

También conocida como **La Vega**, esta localidad pasiega formará parte del itinerario junto a **San Pedro del Romeral** y **San Roque de Riomiera**, las tres **Villas Pasiegas**, cuya fundación se remonta a la época medieval.

Durante nuestra visita, apreciaremos su valioso patrimonio rural, reflejado principalmente en la **cabaña pasiega**, una construcción tradicional que simboliza el modo de vida ancestral de estas montañas. Su arquitectura, aún presente en el paisaje, nos ayudará a entender la estrecha relación entre el territorio, la ganadería y la cultura local.

Tendremos también la oportunidad de **degustar los emblemáticos sobaos y quesadas**, auténticos dulces cántabros que, en este municipio, alcanzan un nivel de calidad y sabor inigualable.

Durante la jornada, el grupo de nivel A realizará una ruta por **las riberas de los arroyos Yera y Aján**, disfrutando de un entorno natural privilegiado, mientras que el grupo de nivel B ascenderá al **Pico Castro Valnera**, la **mayor altitud de los Valles Pasiegos**, desde donde se obtienen panorámicas espectaculares de la comarca y su relieve montañoso.

Excursión nivel* Riberas de Yera y Aján. Distancia 15 km Desnivel + 425 m Desnivel – 425 m

En esta ruta recorreremos las riberas de los arroyos Yera y Aján, un itinerario de gran belleza. A lo largo del camino, disfrutaremos de una rica biodiversidad asociada al entorno fluvial, mientras caminamos por paisajes que reflejan la esencia pasiega: campos de siega, pastizales y las tradicionales cabañas de pastores que salpican el valle.

Comenzaremos en **Vega de Pas** y ascenderemos por el valle del Yera, desde donde podremos contemplar las imponentes siluetas de los macizos de Castro Valnera y La Capía. Más adelante, el recorrido nos llevará por el trazado del antiguo ferrocarril Santander-Mediterráneo, cruzando varios túneles que añadirán un toque histórico y singular a la experiencia.

En el tramo de regreso a La Vega, seguiremos el curso del arroyo Aján por un sendero encantador, bordeado de vegetación y salpicado de pequeños saltos de agua, que nos acompañarán hasta el final de la ruta.

Excursión nivel Picos Castro Valnera y Peña Negra. Distancia 17 km Desnivel + 975 m Desnivel – 975 m**

Iniciaremos la ruta en el **Puerto de Estacas de Trueba**, desde donde nos adentraremos en uno de los itinerarios de alta montaña más emblemáticos de los **Valles Pasiegos**. A lo largo del día, recorreremos sus cumbres más representativas, disfrutando de espectaculares panorámicas y un entorno natural de gran valor geológico.

Comenzaremos ascendiendo al **collado de La Canal**, desde donde tomaremos el sendero a la izquierda y afrontaremos una exigente pendiente que nos conducirá, sin apenas descanso, hasta la cima de **Peña Negra** (también conocida como **La Capía**, 1.605 m), donde encontraremos un buzón de cumbre y excelentes vistas del entorno pasiego.

Desde allí, descenderemos de nuevo al **collado de La Canal** para continuar de frente. A la derecha, superaremos una fuerte subida que nos llevará a una zona con grandes bloques de piedra, los cuales bordearemos. Pasaremos por un estrecho entre las rocas, que cruzaremos con precaución, y tras una breve subida, alcanzaremos un área más despejada. Siguiendo las indicaciones de los hitos, giraremos a la izquierda y luego a la derecha hasta llegar a la cima de **Cubada Grande** (1.605 m). Desde este punto, disfrutaremos de una imponente vista de **Castro Valnera**, que se alza justo enfrente.

Desandaremos el camino hasta el collado y seguiremos hasta llegar a un punto donde el sendero gira a la derecha, comenzaremos el ascenso definitivo a **Castro Valnera**. Aunque algunos senderos ascienden de forma directa, optaremos por el trazado que zigzaguea por la ladera derecha, permitiendo una subida más progresiva.

Durante este tramo, el terreno estará salpicado de **simas y cavidades**, que, aunque no suponen un riesgo serio, exigirán precaución en algunos puntos. Tras superar una sencilla trepada, alcanzaremos finalmente la cima de **Castro Valnera (1.718 m)**, una de las cumbres más destacadas del sector oriental de la Cordillera Cantábrica.

El regreso lo realizaremos descendiendo hacia el este mediante un pequeño destrepe, enlazando de nuevo con el sendero principal, que nos llevará por el mismo camino hasta el **Puerto de Estacas de Trueba**, donde finalizaremos esta exigente, pero inolvidable jornada de montaña.

Alojamiento en el Hotel ** La Terraza en Puente Viesgo (MP)

Día 3. **Península de Santoña** y **Faro del Caballo**. **Viaje de regreso.**

Hoy realizaremos una ruta costera por la **península de Santoña**, un espectacular enclave del litoral cántabro, donde los **acantilados se precipitan sobre el mar Cantábrico** y un **extenso bosque atlántico** cubre gran parte del terreno. Exploraremos este entorno natural privilegiado, que combina la fuerza del paisaje marino con la riqueza ecológica del interior.

Al finalizar la ruta, emprenderemos el **viaje de regreso**, tras haber disfrutado de una de las zonas más singulares y bellas de la costa cántabra.

De Santoña al Faro del Caballo. Distancia 7 km Desnivel + 400 m Desnivel – 400 m

Realizaremos un camino sencillo y bien señalizado, sin posibilidad de pérdida, lo que permitirá disfrutar con tranquilidad del entorno. El sendero transcurrirá mayoritariamente a la sombra, un detalle especialmente agradecido durante los meses más calurosos del verano.

A lo largo del recorrido, podremos contemplar preciosas vistas al **mar Cantábrico**, que nos acompañarán en gran parte del trayecto. El tramo más exigente será la bajada al Faro del Pescador, donde descenderemos por

una escalera de 763 peldaños, un esfuerzo que sin duda se verá recompensado por la belleza del paisaje y la experiencia en este emblemático punto de la costa cántabra.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 385 €.

Suplemento habitación Individual: 70 €.

5.1 Incluye

- Servicio de guía de montaña de Muntania Outdoors.
- Traslado desde Madrid y traslados internos en furgoneta.
- 2 noches Hotel La Terraza en Puente Viesgo en habitación doble con baño privado en régimen de media pensión.
- Seguro de accidentes y rescate
- Gestión del viaje.

Alojamiento en La Terraza de Puente Viesgo 2*

5.2 No incluye

- Almuerzos que se harán en montaña.
- Seguro de accidente y rescate.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

6 Mas información

Lugar y hora de partida del viaje

Nuevos Ministerios a las 16h

Burgos- El Alfoz a las 18:30h

Material y ropa necesaria

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.

- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

El resto de equipaje que no lleve en las excursiones estará en su hotel. Rogamos sean comedidos con el tamaño de su maleta ya que el espacio del vehículo así lo requiere, además de que necesitará pocas prendas de recambio tras finalizar las excursiones.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate,** pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**.

Este seguro cubre exclusivamente los riesgos derivados de las actividades de turismo activo previstas en la excursión o viaje, es decir durante la práctica del senderismo, montañismo, esquí, bici, etc.

Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar un seguro de cancelación.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con Ergo, Iris Global e Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: Información de seguros

Seguro de accidentes y rescate incluido en la península (España, Portugal y Pirineo Francés)

Capital asegurado

- Fallecimiento accidente 7.500 €
- Incapacidad permanente absoluta accidente 15.000 €
- Incapacidad accidente según baremo 15.000 €
- Salvamento, rescate u otros gastos derivados del accidente hasta 12.000 €

- Asistencia sanitaria accidente ilimitada en centros españoles concentrados.

Delimitación de cobertura de gastos asistenciales por accidente

- Periodo máximo cobertura de asistencia dental en centros concertados 365 días
- Importe máximo centros NO concentrados 12.000. Los gastos serán abonados por el cliente y reembolsados por la aseguradora con posterioridad.
- Importe máximo para cobertura de material protésico y endoprotésico ilimitado
- Importe máximo para cobertura en centros No concertados, hasta 12.000 €
- Importe máximo para cobertura de material protésico dental ilimitado.

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Compañía Previs seguros. Nº PÓLIZA 4020015582-0 Global Adventure Team. Teléfono de asistencia 24h 913840330.

** Hay que dar parte a la aseguradora con la mayor brevedad posible. La compañía facilitará un número de expediente. Ese número de expediente es imprescindible para acudir al centro de atención médica. Se tendrá que facilitará ese número de expediente al centro médico.

*** El guía de la actividad tendrá que mandar un parte de accidentes a la compañía aseguradora durante las siguientes 48 horas del accidente.

**** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

*** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Enlaces de interés

- Valles Pasiegos

7 Puntos fuertes

- Recorrido variado con bosques, prados y costa.
- Conocer los valles Pasiegos.
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística y cultural.

8 Otros viajes similares

- Senderismo en el Parque Natural de Somiedo. Asturias
- Senderismo en los Picos de Europa. Recorridos a tu alcance
- Senderismo en el País Vasco. Amboto, Gorbea y Aizcorri

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid