



RAQUETAS DE NIEVE EN LAS MONTAÑAS DE SAN ISIDRO

MONTAÑA LEONESA

ÍNDICE

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

1 Presentación

Nos vamos a **La Montaña Oriental Leonesa**, donde los valles se abren entre montes de caliza y hayedos centenarios, un espacio natural que guarda algunos de los paisajes más bellos y mejor conservados del norte de España.

Haremos una serie de itinerarios muy propicios para recorrerlos con raquetas de nieve, que no requerirán experiencia previa, pero si una forma física mínima y estar habituado a caminar en montaña.

Desde la localidad de Puebla de Lillo, nos encontraremos justo en el centro de esta zona y nos permitirá, con pequeños desplazamientos, alcanzar el punto de inicio de cada una de las rutas.

No puedes perder la oportunidad de realizar una visita a una de las zonas más salvajes de la Montaña Leonesa.

2 Destino

Situada en el norte de la provincia de **León**, la **Montaña Oriental Leonesa** es una de las zonas más espectaculares de la **cordillera Cantábrica**. Este territorio, modelado por el tiempo y las tradiciones, combina profundos valles, desfiladeros de roca caliza, hayedos centenarios y cumbres que superan los dos mil metros.

A caballo entre el **Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre** al Este, el **Parque Natural de Redes y Ponga** al Norte y la **Reserva de la Biosfera de Los Argüellos** y el **Alto Bernesga** al Oeste, hacen de este territorio de unos 171 km² una tierra, un lugar más salvaje y fuera de las posibles masificaciones que pueden tener otros lugares más conocidos, pero no por ello con menos encanto, al contrario.

Un territorio donde el visitante se empapa de la cultura y tradiciones del lugar, como el Carnaval de la Montaña Leonesa, con personas tradicionales como los zamarrones, la Vieja, el Oso... todo ello muy ligado siempre con la naturaleza, lo que nos da a entender el fuerte vínculo que coexiste hoy en día. Y también, como no podía ser de otra manera, de su gastronomía, quesos, carnes de montaña, setas, productos del bosque...

3 Datos básicos

Destino: Montaña Leonesa Oriental.

Actividad: Raquetas de nieve.

Nivel físico: B

Duración: 4 días.

Época: Todo el año.

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 a Puebla de Lillo. El hayedo de Lillo y bosque de la Cervatina.

Distancia: 15 km. Desnivel + 330 m. Desnivel – 275 m.

Hostal** Ruta del Porma en Puebla de Lillo. (MP)

Día 2. Peña del Viento (1.992 m).

Distancia 11 km. Desnivel + 580 m. Desnivel - 580 m.

Hostal** Ruta del Porma en Puebla de Lillo. (MP)

Día 3. Ascensiones a los picos Remelende (1.888 m) y Mongayo (1.849 m).

Distancia 10 km. Desnivel + 575 m. Desnivel - 575 m.

Hostal** Ruta del Porma en Puebla de Lillo. (MP)

Día 4. Lagos Ausente e Isoba. Viaje de regreso.

Distancia 12 km. Desnivel + 480 m. Desnivel - 480 m.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a Puebla de Lillo. El hayedo de Lillo y bosque de la Cervatina.

Saldremos de Nuevos Ministerios a las 7:30h, desde aquí a la localidad de Puebla de Lillo (400 km)

La primera actividad se realizará en el entorno del pueblo, que goza de una redolada especial. La **Puebla de Lillo** tiene una población de unas 650 personas el municipio y se encuentra a una altitud de 1.100 metros aproximadamente, lo que hace que sea un ambiente muy rural. En la misma localidad podemos encontrar el torreón de Puebla de Lillo, la ermita de la Virgen de las Nieves, del siglo XVIII.

La actividad partirá desde la misma localidad de Puebla de Lillo, desde donde nos introduciremos en el valle del Celorno hasta la ermita de Pegaruas, lugar donde se encuentra el hayedo de **Lyarga y Lillo**. Seguiremos la marcha y llegaremos a la **Fuente de Fombea**, ya metidos en el corazón del hayedo de Lillo.

Nos acercaremos a visitar el bosque de **tejos centenarios** de la **Cervatina**, así como pequeñas acebedas y peñas como la de la Osa o la Solana, vestidas por bosques de robles y hayas. El descenso de retorno al pueblo, para completar la ruta circular, lo realizaremos por el arroyo de la Patina y a la sombra de la cara Norte del **pico Susarón**.

Distancia: 15 km. Desnivel + 330 m. Desnivel – 275 m.

Día 2. Peña del Viento (1.992 m).

La Peña del Viento se encuentra en el límite fronterizo entre Asturias y León. En este macizo calcáreo, podremos encontrar fósiles en sus rocas. También otras curiosidades geológicas como plegamientos, fallas y cabalgamientos. Así como una modelación geomorfológica por parte de antiguos hielos que ocupaban el lugar. Una vista panorámica desde esta cima que nos permitirá ver a vista de pájaro el **Parque Natural de Redes** y las montañas del **Alto Valle del Porma**.

Comenzaremos desde San Isidro, en el Puente Wamba, ascendiendo por el Valle de los Fornos por un cómodo camino que nos conducirá hasta la cima de la Peña del Viento (1.992 m) una de las cimas señeras del Parque Natural de Redes y que ofrece magníficas vistas tanto hacia el Norte (Redes) como hacia el Sur, la provincia de León.

Por el cordal descenderemos hacia el Valle de los Pozos hasta encontrarnos con el arroyo de las Aliviadas, recorriendo los últimos metros junto a él para completar una ruta circular.

Distancia 11 km. Desnivel + 580 m. Desnivel - 580 m.

Día 3. Ascensiones a los picos Remelende (1.888 m) y Mongayo (1.849 m).

La **Sierra de Mongayo** se encuentra entre los **Puertos de Tarna** y San Isidro, haciendo de frontera entre la vertiente que ya da a Riaño o a Redes y Ponga por el Norte. Una zona de la cual se ha aprovechado la ganadería extensiva, al pastoreo de verano y a la retirada de bosques para su uso como leña y carbón vegetal.

Una montaña que ha sido relativamente poco explotada, lo que hace que la naturaleza esté bien conservada.

Desde el **Puerto de Las Señales** nos dirigiremos al Norte para recorrer todo el cordal que alberga varias de las cumbres que pisaremos en la jornada de hoy. Una serie de picos, que rondan los casi 1.900 metros de altitud y que nos darán una bonita vista del Parque Natural de Redes, el macizo de los Mampodres y Picos de Europa.

Ascenderemos al **Pico Remelende** (1.888 m) y posteriormente tras llegar a la Bardera, los **Picos Moneo** (1.826 m) y el **Mongayo** (1.849 m). El descenso junto al arroyo de los Carros para ascender al **Pico del Águila** (1.848 m), la última cima del día para completar otra ruta circular en este entorno tan bonito.

Distancia 10 km. Desnivel + 575 m. Desnivel - 575 m.

Día 4. Lagos Ausente e Isoba. Viaje de regreso.

No podíamos irnos sin visitar con las raquetas de nieve los lagos más emblemáticos de las Montañas de San Isidro, los **lagos de Ausente e Isoba**. Dos lagos de origen glaciar que en los entornos calcáreos que se encuentran, recobran mayor importancia. El lago Ausente, se comenta que viene su nombre a que aparentemente “está ausente” ya que no se ve afluente visible que le aporte agua.

El Lago Isoba tiene en sus alrededores unas minas de talco antiguas y se encuentra a los pies de picos como el Peña San Justo y Peña los Niales, en la zona conocida como “Vega Fonda”.

Una de las rutas más bonitas del **Alto Porma**, comenzando desde la localidad de Isoba, cercana al Puerto de San Isidro, llegaremos al pueblo de Cofiñal. Antes de meternos en el cañón que forma el río Isoba, cruzaremos por un puente para alcanzar la orilla del lago Isoba, también conocido como Lago Presente.

Desde este momento, la ruta gana altura hasta llegar al paraje de las Lagunas de Vega Fonda, desde donde veremos algunas de las cimas señeras del **Alto Porma**, como el **Susarón** o el **Pico Torres**. Continuaremos subiendo hasta alcanzar el **Lago Ausente**, a 1.750 metros de altitud y que en estas fechas suele estar congelado.

Desde el lago, comenzaremos el descenso hasta el punto de inicio por otro itinerario distinto al de subida, completando de esta manera de ruta circular.

Distancia 12 km. Desnivel + 480 m. Desnivel - 480 m.

Tras la finalización de la ruta, emprendemos el viaje de regreso a Madrid.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 545 €. Suplemento de 75 € en habitación individual.

5.1 Incluye

- Servicio de guía de montaña.
- Traslado desde Madrid y traslados internos en furgoneta. Opción de vehículo propio.
- 3 noches de hotel en habitación doble con baño privado en régimen de media pensión. [Hostal ** Ruta del Porma](#) en Puebla de Lillo.
- Raquetas de nieve y bastones rígidos.
- Seguro de accidentes y rescate
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Almuerzos (se harán en montaña).
- Bebidas fuera del menú concertado.
- Nada que no esté especificado en el apartado "incluye".

6 Mas información

Lugar y hora de partida del viaje

Nuevos Ministerios a las 7:30h. [Localización](#)

Material y ropa necesaria

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking.
- Bastones de nieve rígidos y raquetas (incluido en el precio del viaje).
- 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.

Seguro de accidente y rescate incluido

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 facilitar ese número de expediente al centro médico.

*** Si tiene algún otro seguro contratado de este tipo, tiene la obligación de informar a todas las compañías del nombre y número de póliza de sus seguros y también tendrá que dar parte. Las compañías se pondrán en contacto unas con otras y se repartirán los costes generados por su accidente. En caso de no proceder de esta forma, los aseguradores no estarán obligados a pagar la indemnización.

**** 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

- [Montañas de León](#)

7 Puntos fuertes

- Transporte incluido.
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística, biológica, geológica y cultural.
- Buena gastronomía.

8 Otros viajes similares

- Senderismo en el País Vasco. Amboto, Gorbea y Aizkorri
- Senderismo en el Parque Natural de Redes. Asturias
- Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias
- Valles Pasiegos y Costa Cántabra
- La Selva de Irati
- Montaña Central asturiana
- Senderismo en el Parque Natural de Somiedo. Asturias (4 días)

9 Contacto

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

Telf. +34 91 00 52047 / WhatsApp: +34 629 37 98 94 / c/ de Miguel Yuste, n.º 3, 3E 28037 Madrid

info@muntania.com / www.muntania.com / www.geographica.es