



# Codillera Cantábrica

**Raquetas en las Tierras de la Reina**

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 1   | Presentación .....                         | 1 |
| 2   | Destino.....                               | 2 |
| 3   | Datos básicos .....                        | 2 |
| 3.1 | Nivel físico exigido para este viaje ..... | 2 |
| 4   | Programa .....                             | 3 |
| 4.1 | Programa resumen .....                     | 3 |
| 4.2 | Programa detallado .....                   | 3 |
| 5   | Precio. Incluye/No incluye .....           | 4 |
| 5.1 | Incluye.....                               | 4 |
| 5.2 | No incluye .....                           | 4 |
| 6   | Más información .....                      | 4 |
| 7   | Puntos fuertes.....                        | 6 |
| 8   | Otros viajes similares .....               | 6 |
| 9   | Otros viajes similares .....               | 6 |

## 1 Presentación

### Tierras de la Reina, una comarca histórica

Las Tierras de la Reina, situadas en la Montaña Oriental de León, deben su nombre a la Reina Berenguela de Castilla (siglo XII), quien recibió esta región como parte de su dote. No obstante, la tradición popular también asocia el nombre con la Reina Constanza de Portugal (siglo XIII), que encontró refugio y bienestar en estos parajes.

La capital de la comarca es el municipio de Boca de Huérgano, aunque en esta ocasión nos alojaremos en el cercano Riaño. Esta comarca es un lugar ideal para el montañismo invernal, ofreciendo paisajes remotos, cumbres elegantes y un entorno salvaje donde el invierno se experimenta en su máxima expresión. En estas tierras nace el río Esla, el afluente más importante del Duero, que le aporta la mayor parte de su caudal. Se dice que “El Esla lleva el agua y el Duero la fama”. El curso alto del Esla, desde su nacimiento en el Puerto de Tarna hasta el embalse de Riaño, recorre un entorno montañoso espectacular, conocido como las Montañas de la Reina.

## Las rutas

Para disfrutar de un excelente fin de semana en la Cordillera Cantábrica con raquetas de nieve, no es necesario subir a las grandes cumbres. Realizaremos dos rutas que nos llevarán a dos miradores: uno al pie del Puerto de San Glorio, en el corazón de las Tierras de la Reina, y otro en la cabecera del Alto Esla, junto al embalse de Riaño. Las ascensiones a los picos Abeceo y Loto no presentan grandes dificultades técnicas. Aunque la nieve aumentará la exigencia física, las raquetas de nieve harán más cómodos estos recorridos, en los que se acumula una gran cantidad de nieve durante el invierno.

## 2 Destino

La **Montaña de Riaño** está ubicada al noreste de la provincia de León, en plena **Cordillera Cantábrica**, más exactamente en la Montaña Oriental Leonesa.

El **Parque Regional «Montaña de Riaño y Mampodre»**, incluye los **valles de Riaño, Sajambre, Valdeburón, Valdeón, Tierra de la Reina, Prioro y Lois**, abarcando los municipios de **Sajambre, Valdeón, Maraña, Acebedo, Burón, Boca de Huérgano, Prioro, y Riaño**, y a algunos pueblos limítrofes como **Lois, Salamón y Remolina**, siendo Riaño el centro geográfico y neurálgico de la zona.

En este lugar privilegiado podremos disfrutar de **paisajes de gran belleza** con una naturaleza increíble de valles verdes y extensos bosques sobre los que se erigen un sinfín de esbeltas cumbres.

## 3 Datos básicos

Destino: Cordillera Cantábrica.

Actividad: Raquetas.

Nivel físico: B

Duración: 3 días. (1/2 de viaje y 2 de actividad)

Época: Todo el año. Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

### 3.1 Nivel físico exigido para este viaje

| Nivel físico requerido |   |
|------------------------|---|
| <b>A</b>               | Forma física normal, con hábito de caminar<br>No se precisa experiencia previa en montaña<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m                 |
| <b>A+</b>              | Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m  |
| <b>B</b>               | Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos<br>Aconsejable experiencia previa en montaña<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m |
| <b>B+</b>              | Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m  |
| <b>C</b>               | Forma física muy buena<br>Imprescindible experiencia previa en montaña<br>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** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje Madrid - **Riaño**.

Día 3. Ascenso al **Pico Corisco** (2.236 m) desde el puerto de San Glorio.

Distancia 13 km Desnivel + 690 m. Desnivel -690m.

Día 3. Ascenso al **Pico Gilbo**. Tras la excursión viaje de regreso.

Distancia 7 km Desnivel + 405 m. Desnivel -405 m.

Tras el almuerzo, emprendaremos el viaje de regreso.

### 4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje Madrid - **Riaño**.

Día 2. La **Vega del Naranco** y el **Pico Abaceo**.

La Vega del Naranco es un impresionante y apartado valle de origen glaciar, cerrado por el famoso Boquerón de Bobias, un collado que conecta con el valle de Bobias. Si las condiciones de la nieve lo permiten, nuestro objetivo es llegar a la cima del Pico Abaceo por su cara noreste, desde donde se disfrutan vistas espectaculares de las cumbres de Fuentes Carrionas y las Montañas de la Reina.

Comenzaremos la ruta en el pueblo de Llánaves de la Reina, donde tomaremos un sendero que atraviesa la Vega del Naranco hasta llegar a una amplia cuenca glaciar, hogar del refugio del Club Alpino Tajahierro. Ascenderemos hasta el paso del Boquerón de Bobias, y desde ese punto, por una amplia canal, subiremos hasta la cima del Pico Abaceo. El descenso lo realizaremos recorriendo el cordal de la Sierra de Opiñas, terminando nuevamente en el pueblo de Llánaves de la Reina.

Distancia 12 km Desnivel + 685 m. Desnivel -685m.

Día 3. El **Pico Loto**. Mirador de la Montaña de Riaño. Tras la excursión viaje de regreso.

La cumbre del Pico Loto, que marca la máxima altitud de un modesto cordal en la montaña de Riaño, se encuentra entre los municipios leoneses de Horcadas, al norte, y Tejerina, al sur. Aunque su altitud no es muy elevada, la ascensión ofrece impresionantes vistas panorámicas de la Montaña Leonesa.

Para ascender a esta montaña olvidada, que ofrece un increíble mirador de las montañas del Alto Esla, comenzaremos nuestra ruta en la aldea de Horcadas, adentrándonos en la Hoz Oscura. Desde allí, llegaremos a las campas de La Prada y avanzaremos bajo los escarpes de la cumbre, hasta emprender la subida final hacia su vértice, que supera ligeramente los 1.800 metros. Tras alcanzar la cima, regresaremos al Collado de La Prada y, siguiendo el arroyo del mismo nombre, descenderemos hasta llegar nuevamente a esta pintoresca aldea leonesa.

Distancia 10 km Desnivel + 800 m. Desnivel -800 m.

Tras el almuerzo, emprendaremos el viaje de regreso.

## 5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 395 €. Suplemento de 50 € en habitación individual.

### 5.1 Incluye

- Traslado desde Madrid.Parada en Burgos para recoger a más participantes.
- Guía de montaña.
- 2 noches de alojamiento en régimen de media pensión (cena y desayuno). [Hotel Presa](#) \*\* en Riaño.
- Raquetas incluidas.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión del viaje.

### 5.2 No incluye

- Almuerzos. Se harán en montaña.
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.

## 6 Más información

### Material necesario

- Mochila (25-35 litros)
- Botas tipo trekking
- Raquetas de nieve
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón largo de trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Guantes finos tipo forro polar y gruesos



- Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol
- Frontal (pilas de repuesto)
- Cantimplora.
- Crema solar y protección labial
- Cámara de fotos

### **Flexibilidad de fechas**

Siempre planteamos varias salidas con distintas fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran y programaremos una salida para ti.

### **Hora y lugar de encuentro**

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

### **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.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

## 7 Puntos fuertes

- La tranquilidad y belleza de la Cordillera Cantábrica.
- Ascenso a dos bonitas cimas.

## 8 Otros viajes similares

- Ascensiones en el valle de Alto Campoo, Cantabria. Cordillera Cantábrica
- Ascensiones en el Macizo Central de los Picos de Europa

## 9 Otros viajes similares

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

CICMA: 2608  
+34 629 379 894  
[www.muntania.com](http://www.muntania.com)  
[info@muntania.com](mailto:info@muntania.com)



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

[info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) / [www.muntania.com](http://www.muntania.com) / [www.geographica.es](http://www.geographica.es)