



**Cimas de Fuentes Carrionas**

**Espigüete y Peña Labra**

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

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

## 1 Presentación

### Fuentes Carrionas, la Montaña Palentina

En el **extremo norte de la provincia de Palencia**, más allá de las amplias llanuras cerealistas, se alza el impresionante y aún poco conocido **macizo de Fuentes Carrionas**. Sus cumbres y crestas, que superan los **2.500 metros**, dibujan un relieve único formado por afiladas agujas, valles profundos y escarpados cantiles que transmiten una sensación de grandiosidad y soledad alpina.

### El Espigüete y Peña Labra, esencia montañara

En la parte más oriental de la **Montaña Palentina**, limitando con **Cantabria**, se alza **Peña Labra** (2.029 m), un auténtico mirador natural desde el que se pueden contemplar los **Picos de Europa** y la comarca de **Liébana**. Esta montaña presenta un caso singular en la hidrografía de la Península Ibérica, ya que de sus laderas nacen tres ríos que, posteriormente, desembocan en diferentes mares.

El objetivo principal de nuestro viaje será la imponente pirámide del **Espigüete** (2.450 m), que se eleva por encima del conjunto montañoso del **Alto Carrión**. Su esbelta silueta es fácilmente reconocible y, reflejada en las aguas del **embalse de Cardaño**, constituye una de las imágenes más icónicas y espectaculares de la **Cordillera Cantábrica**.

Este territorio, situado en el límite entre Palencia, Cantabria y León, combina paisajes de gran belleza, relieve alpino y rincones únicos que muestran tanto la fuerza de la naturaleza como la riqueza geográfica e histórica de la región.

### Los ríos Carrión y el Pisuerga

Pocos elementos marcan y moldean tanto el carácter y el paisaje de la **Montaña Palentina** como el agua, sin duda una de sus mayores riquezas. Esta región es la cuna de dos de los ríos más representativos de **Castilla, el Carrión y el Pisuerga**, y su valor fue reconocido con la declaración del **Parque Natural de Fuentes Carrionas y Fuente Cobre**, que protege sus paisajes, ecosistemas y recursos hídricos.

## 2 Destino

El **macizo de Fuentes Carrionas**, situado en el extremo norte de la **provincia de Palencia**, forma parte de la **Montaña Palentina** y constituye una de las zonas montañosas más destacadas de la **Cordillera Cantábrica**. Sus cumbres superan los 2.500 metros, destacando el **Espigüete** (2.450 m) y **Peña Labra** (2.029 m), y están rodeadas de profundos valles, barrancos escarpados y altivos cantiles. Entre sus valles se originan ríos de gran importancia para Castilla, como el **Carrión**, el **Pisuerga** y el **Esla**, configurando una red hidrográfica que ha marcado la historia y el desarrollo de la región.

Geológicamente, el macizo está compuesto principalmente por calizas, pizarras y dolomías que han sido esculpidas por procesos tectónicos y glaciaciones pasadas. Los circos glaciares, aristas afiladas, valles en forma de artesa y lagunas de altura, como la **Laguna Altera**, muestran la huella de los glaciares que modelaron estas montañas. Esta geomorfología crea un paisaje alpino único en el norte de Castilla, donde se combinan cimas agrestes y suaves praderas de alta montaña que se prolongan hasta los valles más bajos.

La flora y fauna de **Fuentes Carrionas** es excepcional. En sus praderas y pastizales de alta montaña crecen especies endémicas y adaptadas a climas fríos, mientras que los bosques de robles, castaños y coníferas cubren los valles. Entre la fauna destacan las cabras montesas, aves rapaces y especies de ribera que habitan lagunas y arroyos. Históricamente, la zona ha sido refugio y frontera: su inaccesibilidad protegió a pueblos y ganaderías, y también dejó huella de culturas como la musulmana, que introdujo ingeniosos sistemas de regadío, y de comunidades locales que han conservado la arquitectura tradicional y el aprovechamiento sostenible de los recursos naturales.

### 3 Datos básicos

Destino: Fuentes Carrionas. Montaña Palentina. Cordillera Cantábrica.

Actividad: Ascensiones.

Nivel físico: B

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

Época: Todo el año. Grupo mínimo-máximo: 5-16 personas (1/2 guías).

#### 3.1 Nivel físico exigido para este viaje

Nivel físico requerido	
<b>A</b>	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña 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 Aconsejable experiencia previa en montaña 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 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** (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 – **Cervera de Pisuerga** (Fuentes Carrionas).

Traslado en furgoneta a Cervera de Pisuerga (365 km). Salida a las 16:30 pm desde Nuevos Ministerios (Madrid).

Día 2. Ascenso al **Espigüete** (2.450 m).

En el oeste de **Fuentes Carrionas** se alza esta imponente montaña de caliza.

Distancia 12 km Desnivel + 1.219 m. Desnivel -1.1190 m.

Día 3. Ascenso a **Peña Labra** (2.018 m). Viaje de regreso.

Distancia 7 km Desnivel + 610 m. Desnivel -610 m.

Tras el almuerzo, emprenderemos el viaje de regreso.

#### **4.2 Programa detallado**

Día 1. Viaje Madrid – **Cervera de Pisuerga** (Fuentes Carrionas).

Traslado en furgoneta a Cervera de Pisuerga (365 km). Salida a las 16:30 pm desde Nuevos Ministerios (Madrid).

Día 2. Ascenso al **Espigüete** (2.450 m).

En el oeste de **Fuentes Carrionas** se alza esta imponente montaña de caliza.

Hoy nos proponemos llegar a la cumbre de una de las montañas más emblemáticas del **macizo de Fuentes Carrionas**, el **Espigüete**, considerada sin duda la más atractiva y alpina de la región. Su vertiente norte está marcada por afilados espolones rocosos, corredores y paredes verticales impresionantes, que le confieren un aspecto desafiante y aparentemente inaccesible.

En esta ocasión, si las condiciones meteorológicas lo permiten, intentaremos subir por la **cara este**, partiendo de la carretera que conecta **Cardaño de Abajo** con **Cardaño de Arriba**. La ruta gana altura por un espolón aéreo pero sencillo, superando tres cotas y realizando una trepada fácil hasta alcanzar la cumbre.

El descenso lo haremos por la **cara sur**, de acceso más cómodo, finalizando la jornada en el **pueblo de Cardaño de Abajo**.

Distancia 12 km Desnivel + 1.219 m. Desnivel -1.1190 m.

Día 3. Ascenso a **Peña Labra** (2.018 m). Viaje de regreso.

Por la mañana realizaremos la ascensión a **Peña Labra** desde el **Puerto de Piedrasluengas**, un paso natural que conecta la **Liébana** con **Fuentes Carrionas**, desde donde se puede contemplar una espectacular panorámica que abarca gran parte de la **Cordillera Cantábrica**.

Partiendo desde el **Puerto de Piedrasluengas**, iniciaremos la caminata por un sendero que asciende de manera continua a través de verdes pastizales, hasta alcanzar la base de la montaña. Allí seguiremos una cresta rocosa de fácil acceso que nos ofrecerá unas vistas espectaculares de gran parte de la **Cordillera Cantábrica**.

Tras disfrutar de la panorámica desde la cumbre, realizaremos el descenso por el mismo itinerario hasta el punto de partida.

Distancia 7 km Desnivel + 610 m. Desnivel -610 m.

Tras el almuerzo, emprenderemos el viaje de regreso.

## 5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 395 €. Suplemento de 80 € en habitación individual.

### 5.1 Incluye

- Todos los traslados desde Madrid.
- Guía de montaña.
- 2 noches de alojamiento en régimen de media pensión (cena y desayuno). [Hotel Peñalabra](#) en Cervera de Pisuerga.
- 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

### Nivel técnico exigido

Es necesario tener experiencia con el manejo de Piolet y crampones. Posibilidad de alquilarlo con nosotros por 30 €. Hay que solicitarlo antes del viaje.

### Material necesario para este viaje

- Mochila (25-35 litros)
- Botas tipo trekking.
- Bastones.
- Crampones y piolet. Opción de alquilar.
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón largo de trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - 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

## 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 trámite 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 pinchando [aquí](#)

## 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 2 impresionantes montañas.
- Traslado incluido.
- Media pensión incluida.

## 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)**

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)