



Senderismo

**Reserva Natural de Peloño, Ponga.
Asturias**



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	7

1 Presentación

En el extremo occidental de los **Picos de Europa**, separado de ellos por el espectacular desfiladero de los **Beyos**, por donde discurren las aguas del río Sella, y enlazando con los frondosos bosques del **Parque Natural de Redes**, se encuentra el **valle de Ponga**, uno de los tesoros mejor conservados de **Asturias**. Su excelente estado de conservación se debe a un relieve muy abrupto y singular, donde profundos desfiladeros a unos 300 metros de altitud dan paso a impresionantes cumbres que superan los 2.000 metros.

Durante el recorrido, el paisaje sorprende con verdes pastizales de montaña y magníficos bosques de hayas y robles, que aportan una gran riqueza natural al entorno. Se trata de un destino aún poco masificado, ideal para quienes buscan disfrutar de la montaña en un ambiente auténtico, tranquilo y con la posibilidad de caminar en plena naturaleza prácticamente en solitario.

2 Destino

El **Parque Natural de Redes** es uno de los grandes tesoros naturales de **Asturias**, donde destacan sus extensos bosques, que cubren gran parte del territorio, y sus numerosos ríos y arroyos que atraviesan impresionantes desfiladeros. Este entorno, además de su gran belleza, es una importante reserva de agua de la región.

Su paisaje es muy variado, con huellas glaciares, formaciones kársticas, pastizales de alta montaña y densos bosques que crean una atmósfera única. Por su gran valor ecológico, ha sido declarado **Reserva de la Biosfera**, conservando la naturaleza en un estado casi intacto.

En el oriente asturiano, en la puerta natural del macizo occidental de los Picos de Europa, se abre el espectacular **desfiladero de los Beyos**, una garganta profunda y salvaje excavada por la fuerza paciente del río Sella. A lo largo de milenios, sus aguas han ido tallando este cañón entre paredes de roca caliza de origen cámbrico, creando un paisaje de gran dramatismo, donde la montaña se estrecha y el río se abre camino como una cinta brillante entre las paredes de la Cordillera Cantábrica.

En continuidad con los bosques de **Redes y Sajambre**, y extendiéndose por las laderas del macizo de Peña Ten, el **bosque de Peloño** se presenta como uno de los enclaves forestales más representativos y bellos de Asturias. Su densa masa arbórea crea un auténtico espectáculo de luz y color, especialmente en las estaciones de transición, cuando el bosque se transforma en un mosaico vivo de tonalidades.

Considerado uno de los hayedos mejor conservados de la Península Ibérica, **Peloño** es un refugio natural de extraordinario valor ecológico. Su excelente estado de conservación queda reflejado en la presencia de especies tan emblemáticas como el oso pardo o el urogallo cantábrico, que encuentran aquí un hábitat seguro. Entre sus laderas se cuentan alrededor de doscientas mil hayas, muchas de ellas de gran porte, que convierten este bosque en un auténtico santuario natural de la montaña asturiana.

3 Datos básicos

Destino: Bosques de Ponga.

Actividad: Senderismo

Nivel físico: B

Duración: 4 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

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 Valle de Ponga (Asturias).**

Día 2. **El Bosque de Peloño. El Picu Recuencu.**

Distancia 18 km Desnivel + 900 m Desnivel – 900 m

Día 3. **La Foz de los Moñacos.**

Distancia 15 km Desnivel + 600 m Desnivel – 600 m

Día 4. **Ascensión al Pico Pierzu. Viaje de regreso.**

Distancia 10 km Desnivel + 555 m Desnivel – 555 m

4.2 Programa detallado

Día 1. **Viaje al Valle de Ponga (Asturias).**

Viaje hasta Casona de Mestas en el valle asturiano de **Ponga** (5h 30 min).

Día 2. **El Bosque de Peloño. El Picu Recuencu.**

Peloño es, ante todo, un extenso hayedo donde también se pueden encontrar magníficos ejemplares de roble albar, como el conocido roblón de **Bustiellu**. Nuestra ruta parte desde el mirador de **Les Bedules** y asciende hasta la cima del **Picu Recuencu**, un magnífico balcón natural con amplias vistas sobre el **Parque Natural de Ponga**, las montañas de **Redes y los Picos de Europa**.

A lo largo del recorrido, caminando entre la espesura del bosque de **Peloño**, nos adentraremos en el corazón más auténtico y salvaje de Ponga, disfrutando de un entorno de gran belleza y tranquilidad.

El **hayedo de Peloño** es uno de los bosques mejor conservados de la cornisa cantábrica, un auténtico santuario natural donde destacan magníficos ejemplares de haya y roble, entre los que sobresale el conocido roblón de **Bustiellu**, un impresionante roble albar de gran porte.

Nuestra ruta circular se inicia en el mirador de **Les Bedules**, desde donde tomaremos un sendero que nos conducirá en primer lugar hasta la cima del **Picu Recuenco**, un extraordinario balcón natural con amplias panorámicas sobre el Parque Natural de Ponga, las montañas de Redes y los Picos de Europa.

Continuaremos el itinerario atravesando un frondoso hayedo hasta alcanzar la collada **Pumerín**, un lugar privilegiado para contemplar el paisaje en toda su magnitud. Desde allí iniciaremos el descenso de regreso hacia el bosque de **Peloño**, completando así una magnífica travesía por el corazón más auténtico de Ponga.

Distancia 18 km Desnivel + 900 m Desnivel – 900 m

Día 3. **La Foz de los Moñacos.**

Hoy nos adentramos en la **Foz de los Moñacos**, dentro del **Parque Natural de Redes**, un rincón de gran belleza donde el sendero avanza entre impresionantes bosques de hayas mientras seguimos el curso de esta estrecha y espectacular garganta.

La **Foz de los Moñacos** es un estrecho desfiladero de paredes claras, salpicado por manchas verdes de tejos, encajado como una profunda hendidura en la alargada línea de cumbres de la Sierra de Aves.

La ruta comienza en el área recreativa de **La Pesanca**, desde donde avanzaremos entre bosques de castaños y robles hasta llegar a la majada de **Dego**. Más adelante, nos adentraremos en el **Estrecho de Lanchosa**, continuando en ascenso progresivo hasta enlazar con la **Senda del Argañal**, que nos introduce en un magnífico hayedo en pleno corazón de la **Foz de los Moñacos**.

Al alcanzar la pradera de La **Llomba**, podremos disfrutar de amplias y hermosas vistas panorámicas antes de iniciar el regreso por el mismo itinerario de subida.

Distancia 15 km Desnivel + 600 m Desnivel – 600 m

Día 4. **Ascensión al Pico Pierzu.** Viaje de regreso.

Nuestra última excursión en el **Parque Natural de Ponga** nos conducirá hasta la cima del **Pico Pierzu**, uno de los miradores naturales más espectaculares de **Asturias**. Desde su cumbre podremos contemplar amplias y magníficas panorámicas de este rincón privilegiado del paisaje asturiano. Tras disfrutar de estas vistas, iniciaremos el camino de regreso.

La subida a este hermoso mirador del **Parque Natural de Ponga** comienza en el collado de **Llomena**, también conocido como **Alto de la Llamarga**, situado entre las localidades asturianas de **Viego** y **Beleño**. Desde este punto iniciaremos la ascensión que nos conducirá hasta uno de los balcones naturales más espectaculares de la **Cordillera Cantábrica**.

Distancia 10 km Desnivel + 555 m Desnivel – 555 m

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 625 €. *Suplemento de habitación individual: + 100 €.

5.1 Incluye

- Servicio de guía de montaña de Muntania Outdoors.
- Transporte en furgoneta durante todo el recorrido.
- 3 noches de hotel en habitación doble con régimen de media pensión en el [Hotel Rural La Casona de Mestas en Valle de Ponga](#).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- **Vuelos. Posibilidad de ser gestionados por parte de Muntania Outdoors (30€)**
- Salvo cuando se indica Pensión Completa, los almuerzos, que se hacen durante la ruta como snacks, bocadillo, picnics etc...
- Bebidas no incluidas en los menús concertados
- Cualquier otro concepto no incluido expresamente

6 Mas información

Hora y lugar de partida

Salida a las 16:00 pm desde [Nuevos Ministerios, Madrid](#)

Material y ropa necesaria para este viaje

- 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 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

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 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 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 concertados 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.

*** 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

- [Parque Natural de Redes](#)

7 Puntos fuertes

- Recorrido variado con bosques, prados y grandes montañas.
- Conocer el Parque Natural de Redes y la región de Ponga.
- Viaje activo, visitando zonas de gran riqueza paisajística.

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
- Montaña Central Asturiana.
- Somiedo y la Costa Occidental Astur.

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