



Senderismo

Alto Bernesga



ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	Destino	2
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel físico requerido para este viaje.....	3
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

La Montaña Central Leonesa

En el corazón de la **cordillera Cantábrica** nacen tres de los ríos más importantes de la montaña leonesa: el Bernesga, el Torío y el Curueño. Sus cabeceras dan forma a las históricas comarcas de **La Tercia**, **Los Argüellos** y **Valdelugeros**, territorios con raíces que se remontan al siglo IX. Fue entonces cuando, en estas montañas cántabro-asturianas, encontraron refugio grupos representativos de la España visigoda que escapaban del avance árabe.

La Reserva de la Biosfera del Alto Bernesga

El **Alto Bernesga** destaca como una de las zonas más valiosas de la **cordillera Cantábrica** por su riqueza natural, geológica y paisajística. Desde finales del siglo XIX ha despertado el interés de investigadores y científicos europeos gracias a la singularidad de sus ecosistemas.

Atravesada por el **río Bernesga**, esta comarca se sitúa entre la influencia climática atlántica y la mediterránea, lo que favorece una gran diversidad vegetal. En sus montes conviven extensos bosques de hayas, abedules, sabinas y encinas, creando un entorno ideal para especies emblemáticas como el oso pardo, el lobo ibérico o

el urogallo. Además, en las aguas del Bernesga habitan animales tan singulares como la nutria y el desmán ibérico.

Cumbres emblemáticas del Bernesga: el pico Correcillas y Peña Fontún

El **pico Correcillas**, primera montaña que supera los 2.000 metros al llegar desde el **páramo leonés**, es una de las cimas más representativas y queridas por los montañeros de León. Visible desde la propia capital, se alza imponente sobre la vega sur del **río Torío** y cae de forma espectacular hacia las **Hoces de Vegacervera**.

Muy cerca, en la cabecera del Torío y junto a la localidad de **Cármenes**, se encuentra **Peña Fontún** (1.916 m), una impresionante formación caliza considerada la cuna de la escalada leonesa. Visible desde numerosos puntos del Alto Bernesga y del valle del Torío, destaca sobre el Barranco de Gete como un magnífico balcón natural con vistas privilegiadas sobre ambas cuencas fluviales.

2 Destino

Situada en el norte de la provincia de **León**, la **Montaña Central 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.

En el corazón de esta comarca se encuentra la **Reserva de la Biosfera del Alto Bernesga**, reconocida por la UNESCO en 2005 por su excepcional valor ecológico y cultural. Este espacio protegido, que abarca los municipios de **La Pola de Gordón** y **Villamanín**, conserva una rica variedad de ecosistemas donde conviven especies emblemáticas como el corzo, el jabalí, el águila real o el urogallo cantábrico. Además, su diversidad geológica y vegetal la convierte en un enclave único para la interpretación del paisaje y la educación ambiental.

Más allá de su riqueza natural, el **Alto Bernesga** destaca por su patrimonio humano. Los pueblos de la zona, con su **arquitectura tradicional de piedra y madera**, mantienen vivas las costumbres, la gastronomía y la hospitalidad característica de la montaña leonesa. Rincones como **Ciñera**, **Casares de Arbas** o **Villamanín** conservan la esencia de una vida ligada al entorno, a la ganadería, la minería y los antiguos caminos que comunicaban ambos lados de la cordillera.

3 Datos básicos

Destino: Alto Bernesga. Cordillera Cantábrica.

Actividad: Ascensiones.

Nivel físico: B.

Duración: 3 días.

Época: de primavera a otoño.

3.1 Nivel físico requerido 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 destino, Pola de Gordón.**

Salida de Nuevos Ministerios a las 16:00 pm [Localización](#). Viaje al destino.

Día 2. **Ascensión al Pico Correcillas**

Distancia 11 km Desnivel + 960 m Desnivel – 960 m.

Día 3. **Ascensión a la Peña Fontún.**

Distancia 10 km Desnivel + 870 m Desnivel – 870 m.

4.2 Programa detallado

Día 1. **Viaje a destino, Pola de Gordón.**

Salida de Nuevos Ministerios a las 16:00 pm [Localización](#). Viaje al destino.

Día 2. Ascensión al Pico Correcillas

Hoy realizaremos una de las rutas más emblemáticas de la Montaña Leonesa: la ascensión al **Pico Correcillas**. Esta montaña, muy querida por los montañeros leoneses, es una de las cumbres más representativas de la cordillera Cantábrica y puede contemplarse perfectamente desde la ciudad de León. Además, destaca por ser la cima más elevada del borde sur de la cordillera, levantándose de forma imponente sobre la vega sur del río Torío y ofreciendo unas panorámicas espectaculares del entorno.

Nos encontramos ante una de las montañas más emblemáticas y apreciadas por los montañeros leoneses. El **Pico Correcillas**, visible desde la ciudad de León, constituye uno de los grandes referentes de la cordillera Cantábrica y destaca además por ser la cumbre más elevada de su vertiente sur, elevándose de forma espectacular sobre la vega del río Torío.

La ascensión se realizará por la cara sur, iniciando la ruta en **Villalfeide**, localidad situada muy cerca de **Vegacervera**. Desde la cima disfrutaremos de unas magníficas panorámicas sobre las innumerables formaciones kársticas que caracterizan esta zona de la montaña leonesa, así como de unas vistas privilegiadas de las famosas Hoces del Torío, ubicadas muy próximas al final de nuestro recorrido.

Distancia 11 km Desnivel + 960 m Desnivel – 960 m.

Día 3. Ascensión a la Peña Fontún.

Antes de emprender el viaje de regreso, disfrutaremos de una excursión por las primeras estribaciones de la cordillera Cantábrica, entre los valles del Torío y del Bernesga. La ruta nos llevará por el entorno de la emblemática Peña Fontún, considerada la cuna de la escalada leonesa y una de las grandes montañas de referencia de la cordillera Cantábrica, situada en pleno corazón de los **valles de Valporquero y Vegacervera**. Tras finalizar la actividad, iniciaremos el regreso.

Nos desplazaremos hasta la cabecera del río Torío, muy cerca de la localidad de **Cármenes**, para ascender a la espectacular Peña Fontún (1.916 m). Este impresionante espolón calizo, considerado la cuna de la escalada leonesa, es una de las montañas más representativas del Alto Bernesga y del valle del Torío, destacando sobre el Barranco de Gete como un magnífico mirador natural sobre ambas cuencas.

La ruta comienza en **Fontún de la Tercia**, desde donde iniciaremos el ascenso por un camino que atraviesa pastizales de alta montaña y zonas de lapiaz, característicos del paisaje kárstico de la zona. Alcanzaremos las lomas de **Peña Negra**, rodeando esta formación antes de aproximarnos a la parte inferior de la cresta del **pico Machamedio** (1.911 m). Desde allí continuaremos avanzando por el cordal hasta alcanzar la cima de Peña Fontún.

Desde la cumbre disfrutaremos de una panorámica excepcional sobre buena parte de la cordillera Cantábrica, con vistas que abarcan desde Fuentes Carrionas hasta los Ancares. Montañas tan emblemáticas como **Peña Ubiña**, el **Espigüete** o **Brañacaballo** aparecerán en el horizonte, conformando una de las vistas más impresionantes de toda la cordillera.

El descenso lo realizaremos por una sencilla canal que nos llevará cómodamente de regreso al punto de inicio de la ruta.

Distancia 10 km Desnivel + 870 m Desnivel – 870 m.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 425 €. Supl. Hab. Individual 70 €.

5.1 Incluye

- Servicio de guía de montaña de Muntania Outdoors.
- Traslado desde Madrid y traslados internos.
- 2 noches de hotel habitación doble en régimen de media pensión (desayuno y cena), Hotel Bicis & Vacas en Pola de Gordón en
- Seguro de accidentes y rescate
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Almuerzos que se harán en montaña.
- Seguro de viaje y anulación Ergo Select. Consultar.

6 Mas información

Hora y lugar de partida

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

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).

Envío de información final del viaje

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te informaremos del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Seguro de accidentes, viaje y cancelación

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. 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 únicamente 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 **Galia** y **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 <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

*** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

**** El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en el ámbito nacional y un límite de 12.000 € tanto en asistencia sanitaria como en rescate en el extranjero, teniendo que ser esta cantidad, o la correspondiente si fuera superior, por el asegurado.

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.

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

[Alto Bernesga](#)

7 Puntos fuertes

- Traslado corto desde Madrid.
- La belleza de la montaña leonesa.
- Ascenso a dos cumbres.

8 Otros viajes similares

- Senderismo en el País Vasco. Amboto, Gorbea y Aizcorri
- Ascensiones en Peña Ubiña y Montaña Central Asturiana

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