



ASCENSIONES EN EL MACIZO CENTRAL DE LOS PICOS DE EUROPA

Cordillera Cantábrica

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Datos básicos	2
2.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje.....	2
3	Programa.....	2
3.1	Programa resumen.....	2
3.2	Programa detallado	3
4	Más información	4
4.1	Incluye	4
4.2	No incluye.....	4
4.3	Material y ropa necesaria para las ascensiones.....	4
4.4	Observaciones	5
4.5	Enlaces de interés.....	6
4.6	Puntos fuertes	6
5	Otros viajes similares	6
6	Contacto.....	7

1 Presentación

Viaja a los **Picos de Europa**, concretamente al Macizo Central, y asciende a 4 bonitas cimas en 4 jornadas en montaña.

Nos alojaremos en hotel/casa rural en el valle y cada día con la mochila de día “ligeros de equipaje” conoceremos parte de este singular macizo calcáreo.

Además, podremos degustar la **gastronomía local** en algunos de los numerosos restaurantes típicos de la zona.

Sin duda este es un recorrido perfecto para disfrutar de los **Picos de Europa**, de sus escarpadas cimas, de su geomorfología caprichosa y de sus contrastes.

2 Datos básicos

Destino: **Picos de Europa**

Actividad: Ascensiones.

Nivel físico: **. Tipo de terreno: **/**

Duración: 5 días

Época: De mayo a noviembre.

Grupo mínimo-máximo: 4-6 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel + y que la etapa tenga 12 km

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

3 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada, dificultad, desniveles etc) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

3.1 Programa resumen

Día 1. Día de viaje. Alojamiento en el Valle de Cabrales/Potes.

Día 2. Tesorero (2.563 m).

Desnivel + 750 m Desnivel – 750 m

Día 3. Peña Vieja (2.614 m).

Desnivel + 800m Desnivel – 800 m

Día 4. Circular de Peña Maín (1.612 m) desde **Tielve**.

Desnivel + 1.000 m Desnivel – 750 m

Día 5. El Coterón (2.032 m) desde Collado **Pandébano**.

Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

3.2 Programa detallado

Día 1. Día de viaje. Alojamiento en el Valle de **Cabrales/Potes**.

Día 2. Tesorero (2.563 m).

Que mejor manera de empezar el viaje accediendo de forma cómoda gracias al teleférico de **Fuente De** hasta la estación superior del mismo llamado **El Cable** (1.834 m) y desde aquí emprender camino.

Tomaremos la pista que va a los **Puertos de Áliva** durante unos metros para posteriormente desviarnos camino de **Cabaña Verónica** bordeando el imponente muro calcáreo de **Peña Olvidada** y **Peña Vieja**. Dejaremos la pista y ya por camino con más pendiente iremos ganando metros hasta alcanzar **Cabaña Verónica**. Desde aquí en un terreno de alta montaña acometeremos los últimos metros de ascenso hasta la cima del **Tesorero** (2.563 m).

Que decir de las vistas, ¡Soberbias! **Naranjo de Bulnes, Horcados Rojos, Peña Vieja, Torre de la Palanca, Torre del Llambrión, etc....**

Desnivel + 750 m Desnivel – 750 m

Día 3. Peña Vieja (2.614 m).

Al igual que en la jornada del **Pico Tesorero**, gracias al teleférico, partiremos de 1.834 metros para encaminar nuestros pasos a esta bonita cumbre deseado tanto del montañero como de muchos escaladores que por el célebre **espolón de los Franceses** a **Peña Vieja** alcanzan la cumbre.

Nuestro camino no tendrá dificultades técnicas más que salvar el desnivel obligado para alcanzar su cumbre.

Entre la **Aguja Bustamante** y la **Torre de las Coteras Rojas** accederemos al célebre **Collado de la Canalona** que nos da paso al **Valle de las Moñetas** el cual es ejemplo de erosión kárstica con abundantes dolinas y otras formas caprichosas que generan estas rocas calcáreas.

Tendremos a vista la cumbre tan deseada pero aún tendremos que armarnos de paciencia y superar aún unos cuantos metros de desnivel.

De nuevo, amplias vistas, destacando la cara sur del **Naranjo de Bulnes** y amplias vistas del macizo oriental de los Picos de Europa.

Desnivel + 800m Desnivel – 800 m

Día 4. Circular de Peña Maín (1.612 m) desde **Tielve**.

En la vertiente norte del **macizo central de los Picos de Europa**, desde la pequeña aldea de **Tielve**, iniciaremos un espectacular itinerario circular para ascender por los Invernales de Vierru hasta **Peña Maín**.

Seleccionamos esta cumbre en ocasiones olvidada por otras mayores o más célebres ya que su situación avanzada sobre el macizo central es un perfecto mirador del mismo.

El descenso lo realizaremos por su vertiente sur camino de **Sotorraña** para acabar en los **Invernales del Texu**.

Desnivel + 1.000 m Desnivel – 750 m

Día 5. El Coterón (2.032 m) desde Collado Pandébano.

De nuevo en la vertiente norte del **Macizo Central de los Picos de Europa**, la ascensión al **Coterón** de forma directa, nos permitirá alcanzar la cumbre por la cara más dócil de esta cima ya que por su vertiente sur no es viable debido al fuerte desnivel y presencia de paredes rocosas.

El inicio de la jornada es cómodo recorriendo los pastos del **collado Pandébano**. Poco antes de llegar al **refugio de la Tenerosa** nos desviaremos de la senda principal que conduce al **Pico Urriellu** (Naranjo de Bulnes) para alcanzar la **Vega los Tororios** y posteriormente la cima de el Coterón (2032 m)

Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

4 Más información

Precio. 620 euros.

4.1 Incluye

- Gestión del viaje.
- Guía de montaña
- 4 noches de hotel en régimen de alojamiento y desayuno en habitación doble en el valle de Potes y Cabrales.
- Seguro de accidentes y rescate

4.2 No incluye

- Transporte. Muntania Outdoors puede gestionar el transporte del mismo en función de la procedencia de los participantes poniendo en contacto entre los mismos y compartir desplazamiento.
- Almuerzos (se harán en montaña) y cenas.

4.3 Material y ropa necesaria para las ascensiones

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

- Mochila (25-35 litros)
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón largo ligero tipo 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.
- Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol
- Frontal (pilas de repuesto)
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback
- Botiquín y neceser personal (si la actividad requiere dormir en refugio de montaña).
- Crema solar y protección labial
- Cámara de fotos
- Bastón/bastones (depende de la actividad y si es por su parte de uso habitual)

4.4 Observaciones

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.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 a 4 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Transporte a la zona donde se realiza este viaje

Si quiere compartir transporte desde la zona donde reside, cuando haga la reserva y nos mande sus datos, nos podrá indicar su disponibilidad. Tendrá que permitirnos por escrito a compartir su nombre y teléfono con otros participantes que residan por su zona y que también estén dispuestos para que se puedan poner de acuerdo.

Habitación doble/individual

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que este interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo, pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Seguro de accidentes/viaje

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 PÓLIZA 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 actividades de ámbito nacional y hasta 12.000 euros en el extranjero, siendo el pago contra reembolso.

4.5 Enlaces de interés

- <http://reddeparquesnacionales.mma.es/parques/picos/index.htm>
- <http://www.picoseuropa.net>
- <http://www.liebanaypicosdeeuropa.com>

4.6 Puntos fuertes

- Ascensiones a varias cimas.
- Visita el corazón del macizo de Picos de Europa.
- Paisajes de gran belleza.
- Singularidad de los pueblos de la zona.

5 Otros viajes similares

- Ascensiones míticas en los Picos de Europa. Macizo Central y Macizo Occidental
- Ascensiones al Tres provincias, Pico Murcia y Coriscao. Colosos de la Cordillera Cantábrica
- Ascensiones en la Montañas de Riaño. Cordillera Cantábrica

6 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).