

PROGRAMA DE SENDERISMO **SANTA MARÍA EN RUTA 2023**

El Ayuntamiento de Santa María del Páramo presenta el Programa de Senderismo Santa María en Ruta 2023, con 8 rutas nuevas a realizar entre los meses de marzo y noviembre.

Las rutas que se van a realizar son:

Ruta 1. La Baña – Cascada de la Fervencia. 18 de marzo

Ruta 2. Camín Real de la Mesa (Babia). 22 de abril

Ruta 3. Puerto de San Glorio – Portilla del Reina 20 de mayo

Ruta 4. Sierra del Robezo - Somiedo (Asturias). 3 de junio

Ruta 5. Molinos Río Merón – Playa España (Asturias). 22 de julio

Ruta 6. Pico Remelende – Hayedo de Valdosín 23 de septiembre

Ruta 7. Valporquero - Getino. 21 de octubre

Ruta 8. Río Ancares. 11 de noviembre



Reservas

1. Reserva tu plaza por teléfono, personalmente en el Ayuntamiento de Santa María del Páramo o a través de la APP “Santa María del Páramo Deporte”.

2. **El periodo de reservas de cada ruta** comenzará a las 09:00 horas del segundo domingo antes de la realización de la ruta en la APP “Santa María del Páramo Deporte” o en la URL <https://patronato.deporweb.net/altaonline/cursos.aspx?header=true&footer=true&nav=true&lang=es-ES&type=OX11bnRhbWllbnRvIFNhbWVhIE1hcmlhIGRibCBQYXJhbW98MTYw>, a partir de las 09:00 horas dos lunes antes para los Empadronados y el martes para los No Empadronados a las 09:00 horas.

3. La duración de cada reserva para formalizar la inscripción es de 24 horas de manera online y de 48 horas para el resto de opciones, **si a las 48 horas de realizar la reserva no se ha ingresado el abono se perderá la plaza.**

4. Cada participante podrá realizar la reserva de 3 plazas.

Inscripciones. Para formalizar la inscripción se debe entregar la siguiente documentación:

1. Hoja de Inscripción. Las personas que lo hagan de manera online tendrán que rellenar la hoja de inscripción en el autobús.

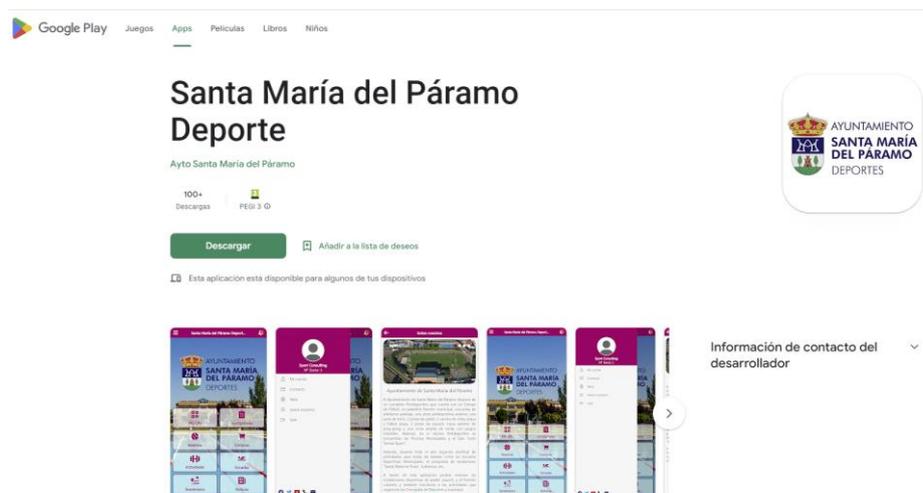
2. El pago de las rutas se puede realizar en **Caja Rural de Zamora, por transferencia bancaria en la cuenta ES42 3085 0074 7224 3929 7223** o pagar con tarjeta en el mismo Ayuntamiento. También a través de la APP se puede realizar el pago.

3. El participante quedará inscrito en el momento de entregar la documentación completa.
4. Las plazas del autobús serán ocupadas según se vaya entregando el justificante de ingreso.
5. Cada reserva será personal e intransferible. En caso de que una persona no pueda realizar la ruta sólo se devolverá la cuantía si esa plaza es ocupada por otra persona (de la lista de reservas). A partir del miércoles anterior a la ruta no se devolverá la cuantía.
6. El precio de las rutas es de 14 € Empadronados y de 17 € No Empadronados.
7. También se ofrece un bono de 6 a 8 rutas, a razón de 14 € por ruta para los Empadronados y de 17 € para los No Empadronados. Las personas que opten por este método tienen que comunicar en el momento de la inscripción la fecha de las rutas a las que se apuntan (pueden hacerlo mandando un correo electrónico a deportes@santamariadelparamo.es). El bono es personal e intransferible. **Se realizarán un total de 35 bonos, que se podrán solicitar a partir del sábado 4 de marzo a las 09:00 horas a través de la APP (18 plazas) y del lunes 6 a las 09:00 horas de manera presencial (17 plazas) en las oficinas municipales para los empadronados y de las 09:00 horas del martes 7 para los no empadronados.**

Toda la información sobre cómo realizar la inscripción a través de la APP o de manera online tiene un documento de cómo realizarlo.

7. Aquellas personas que se encuentren Federadas por la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de CyL y con licencia en vigor tendrán un descuento de 1 € por Ruta.

8. Se realizará un descuento del 50 % para los menores de 18 años.



Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sportconsulting.aytosantamariadelparamo>

iOS: <https://apps.apple.com/app/id1627663018>

1.- La Baña - Cascada de la Fervienza

Fecha: 18 de marzo

Datos de la ruta

- Distancia: 15 km
- Dificultad: media
- Desnivel positivo: 550 m
- Desnivel negativo: 550 m
- Tipo de ruta: circular
- Hora de salida: 08:00
- Lugar de salida: La Baña
- Lugar de llegada: La Baña

Descripción general: se trata de un recorrido situado en los Montes de León, en plena comarca de La Cabrera Baja con varios puntos de interés en la propia ruta: restos de arquitectura tradicional cabreiresa en La Baña, valle glaciar donde se podrá observar su geomorfología típica, antiguo circo glaciar y su morrena (piedras y sedimentos abandonados tras un retroceso continuo del hielo), cascada de la Fervienza y en sus proximidades el lago de La Baña, los arroyos de cabecera del río Cabrera y algunos de los picos más emblemáticos como Peña Trevinca, El Teleno y El Picón. Además, incluye en su trazo un componente cultural con la presencia de una cueva cercana a la cascada, lugar donde se ambienta el libro titulado "Antonio B. El Rojo: ciudadano de tercera" de Ramiro Pinilla.

Itinerario: la ruta parte y atraviesa toda la localidad leonesa de La Baña, después de callejear por su casco urbano y cruzar el río Cabera y el arroyo Faeda, el itinerario toma una pendiente ascendente hacia la loma que divide los valles de Llampazas y Faeda; este tramo que discurre entre brezales permite contemplar el paisaje montañoso y algunas de las localidades más occidentales de la comarca de La Cabrera. Posteriormente la senda recorre aguas arriba el valle por donde transita del arroyo del Cadabal y se dirige rumbo hacia la cascada La Fervienza y el valle de origen glaciar que la origino. El término fervienza hace referencia al "lugar donde hierve el agua". Bordeando por el lado izquierdo la cascada, por detrás de los robles que cubren sus peñascos, se puede llegar a la gruta donde se refugió el protagonista del mencionado "El Rojo". Una vez visitados dichos puntos de interés, habrá que retomar el camino de vuelta unos cientos de metros hasta el desvío que nos conducirá esta vez a la parte alta de la cascada y de la morrena glaciar desde donde se podrá alcanzar a ver unas buenas vistas de todo el valle glaciar en la cabecera de este valle, conocido también como las Morteiras. El camino de retorno es igual durante varios kilómetros hasta tomar un desvío que transcurre por el fondo valle del arroyo de Faeda, constituido por un paisaje lleno de prados y una vegetación de ribera muy bien conservada que nos devolverá de nuevo a la localidad de La Baña.

Más información: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/la-bana-cascada-fervienza-45133780>
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/la-bana-la-fervienza-110561337>
<http://lipe2000.blogspot.com/2012/09/cascada-de-la-fervienza-en-la-cabrera.html>

Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

MIDE

La Baña - Cascada de la Fervienza

horario	4h 55'			2	severidad del medio natural
desnivel de subida	550 m			1	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	550 m			2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	15,0 Km			3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular				

Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.
Calculado sobre datos de 2021.

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc)



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta).



2.- Camín Real de La Mesa (Babia)

Fecha: 22 de abril

Datos de la ruta

- **Distancia:** 16 km
- **Dificultad:** media
- **Desnivel positivo:** 600 m
- **Desnivel negativo:** 600 m

- Tipo de ruta: circular
- Hora de salida: 08:00
- Lugar de salida: Torrestío
- Lugar de llegada: Torrestío

Descripción general: el itinerario escogido para la ruta incluye un tramo del Camín Real de la Mesa y atraviesa dos comarcas muy montañosas, Babia y Somiedo, constituyendo una de las vías antiguas más emblemáticas de cuantas cruzan la Cordillera Cantábrica. El Camín Real de la Mesa fue una vía de invasión y una vía de huida; primigeniamente estaba constituida por sendas trazadas por los astures, pero posteriormente los romanos las aprovecharon y convirtieron en una calzada romana que comunicaba Asturica Augusta (Astorga) con el centro de Asturias, como prolongación al mar de la Vía de la Plata. En siglos posteriores fue utilizado por los árabes en sus incursiones y retiradas en el norte peninsular, también sirvió como camino de peregrinaje hacia Santiago, y hasta mediados del siglo XIX continuó siendo una importante vía de comunicación para personas, ganado y mercancías entre Asturias y León.

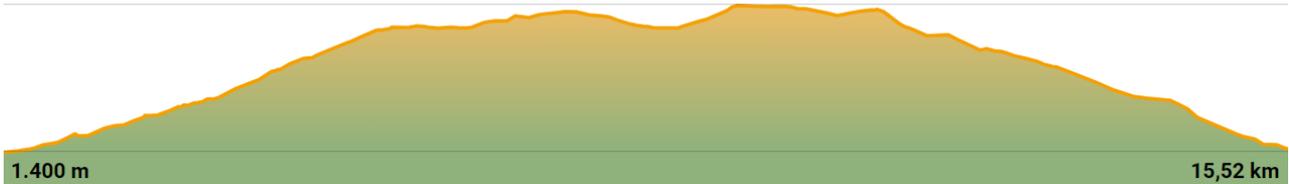
Itinerario: la ruta comienza en la localidad de Torrestío, sin cruzar el río Forcada o Traspando que nace en La Farrapona, tomamos un ancho camino que asciende a través del valle de las Partidas hacia el Puerto de La Mesa (1782 m). Aquí, divisoria entre Asturias y León, la panorámica es impresionante: a la izquierda la cima de Los Búgaros (2.038 m) que a recorreremos su base durante varios kilómetros, a la espalda el macizo de Ubiña y por todas partes cumbres y laderas. De este lugar, por pastizales se asciende por una loma hasta el lago Chao desde donde se divisa la Braña de La Mesa - antiguo emplazamiento de una venta y hoy poblado de cabañas, algunas aun cubiertas de teito. Desde aquí, el itinerario se torna de nuevo hacia la provincia de León, pero ahora a través del cordal que divide las dos provincias entre las cimas de Las Piedras y el collado del Pico Ferreirúa. Este tramo del Cordal de la Mesa ofrece aún unas espectaculares vistas de este sector de la Cantábrica, con las cimas y valles de las comarcas de Babia, Somiedo y Las Ubiñas-La Mesa. El último tramo de la ruta es el descenso por el valle del río Malamala para retornar de nuevo a Torrestío y contemplar a lo lejos la cascada de la Foz.

Más información: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/torrestio-pico-piedras-camin-real-de-la-mesa-84867071>
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/torrestio-y-camin-de-la-mesa-113831011>
<http://www.senderismoenasturias.es/mesasomie.htm>

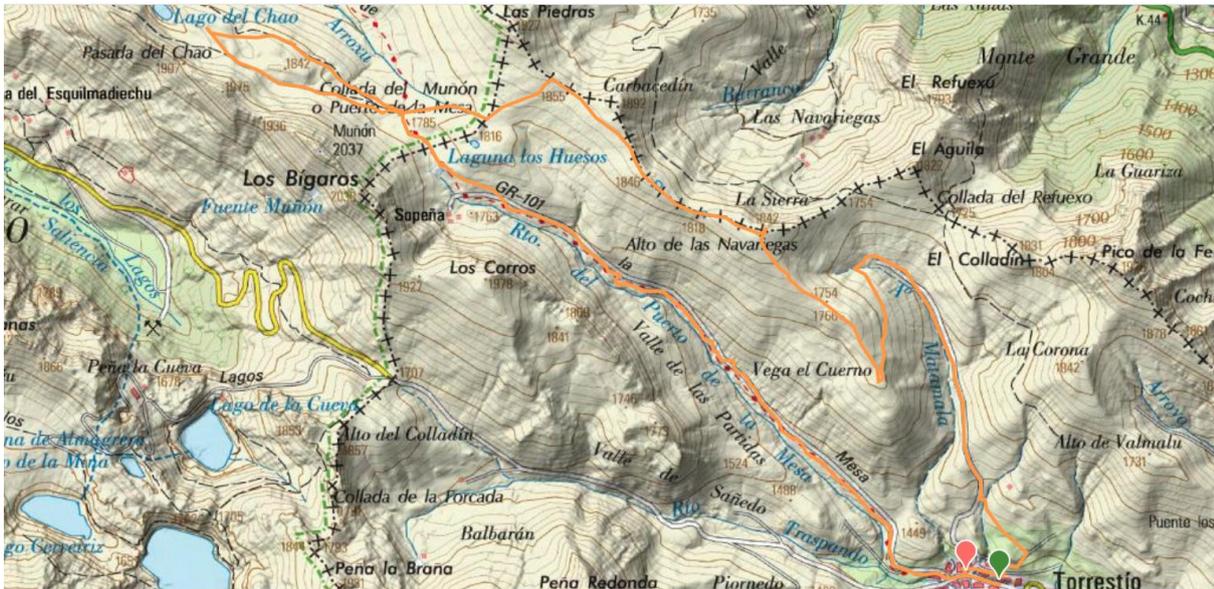
Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

MIDE		Camín Real de La Mesa (Babia)	
horario	5h 15' 	 3	severidad del medio natural
desnivel de subida	600 m 	 2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	600 m 	 2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	16,0 Km 	 3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular 		
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2022.			

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc)



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta). Recorrido aproximado.



3.- Puerto San Glorio – Portilla de la Reina

Fecha: 20 de mayo

Datos de la ruta

- Distancia: 16 km
- Dificultad: media
- Desnivel positivo: 400 metros
- Desnivel negativo: 750 metros
- Tipo de ruta: travesía
- Hora de salida: 08:00
- Lugar de salida: Puerto de San Glorio
- Lugar de llegada: Portilla de la Reina

Descripción general: toda la ruta transcurre en la comarca de Tierras de la Reina, en el sector nororiental de la provincia de León, y dentro del Parque Regional Montaña de Riaño y Mampodre. El entorno del puerto de San Glorio, y los valles de Lechada y Naranco constituyen un corredor biológico de excepcional importancia para la conservación de los últimos osos pardos del núcleo oriental de la Cordillera Cantábrica. En estos valles también habitan dos especies de aves muy escasas como reproductores, el pechiazul y el mirlo capiblanco. Otro de sus principales atractivos sucede hacia el mes de mayo, cuando tiene lugar la floración del capilote o narciso de los prados. Desde el punto de vista del montañismo destaca la presencia de varias cimas muy conocidas de la Cantábrica: al norte los macizos de Los Picos de Europa, y al sur y muy cercanos a la ruta Peña Espigüete, Pico Murcia, Pico Tres Provincias, Pico de las Lomas y las Agujas de Cardaño que alcanzan casi los 2.500 metros de altitud y son limítrofes con La Montaña Palentina.

Itinerario: la ruta comienza en el mismo puerto de San Glorio, situado a 1.599 m de altitud, siguiendo una senda hacia el sur que atraviesa la vega de Tarna y que desciende por el arroyo de mismo nombre hasta

alcanzar una hoz flanqueada por poderosas paredes de conglomerados que da acceso al Portillo del Boquerón. La ruta continua por una zona de magnífico relieve glaciar con un fondo de valle de prados, con varios refugios dispersos y con empinadas laderas de brezo y escoba, coronadas por cortados. Posteriormente se comienza a ascender por una pista de la ladera de la margen derecha del valle del Naranco, que después se convierte en un estrecho sendero dirección hasta el Boquerón de Bobias, a 1.859 m de altitud e identificable por su forma de hendidura que rompe el perfil de la Sierra de Orpiñas. A partir de este se observará una espectacular panorámica de la cabecera glaciar del valle de Bobias y otros arroyos que alimentan al río Lechada. A través de un pequeño piornal se enlaza con la pista del valle de Lechada por el que se realizará un largo descenso hasta su confluencia en el río Yuso, ya cerca del polígono ganadero cercano a Portilla de la Reina, localidad donde finaliza la ruta. Prados, cascadas, arroyos de alta montaña acompañaran toda esta segunda mitad del recorrido, pero sobre todo acompañados por las llamativas formaciones de rocas de conglomerados, formadas por canto rodado y guijarros, y sobre las que viven líquenes fusionados a la superficie de la roca que le otorgan una característica coloración amarillo-verdosa.

Más información: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/puerto-de-san-glorio-valle-de-lechada-portilla-de-la-reina-10000235>
<https://www.mriano.com/es/ruta/pr-le-22-valle-de-lechada-naranco3>
<https://www.fonsado.com/2012/06/los-valles-de-naranco-y-lechada.html>
https://www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKewj3ko655rD7AhUNhf0HHQuyCdlQFnoECAsQAQ&url=https%3A%2F%2Fpatrimonionatural.org%2Fficheros%2Fvallenaranco-vallelechadapdf030910_110414.pdf&usg=AOvVaw1eZVLFkhdR9QGpflExcbEQ

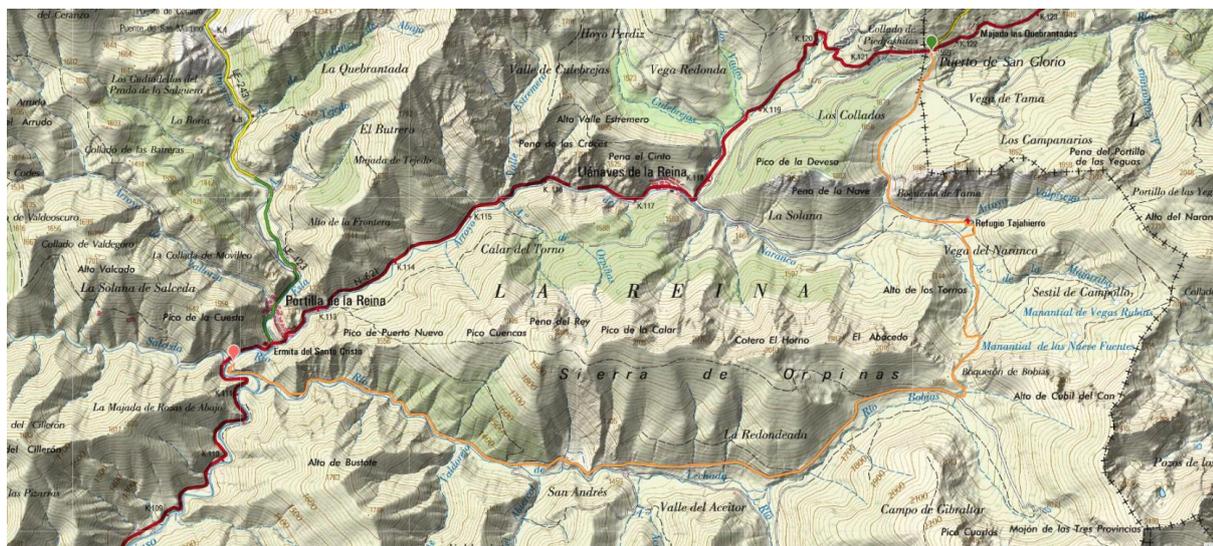
Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

MIDE		Puerto San Glorio – Portilla de la Reina	
horario	5h 10'   3	severidad del medio natural	
desnivel de subida	400 m   2	orientacion en el itinerario	
desnivel de bajada	750 m   2	dificultad en el desplazamiento	
distancia horizontal	16,0 Km   3	cantidad de esfuerzo necesario	
tipo de recorrido	Circular 		
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2021.			

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc) (La distancia total son aproximadamente 16 km y no se representa el perfil completo)



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta).



4.- Sierra del Robezo - Somiedo

Fecha: 3 de junio

Datos de la ruta:

- **Distancia:** 16,5 km
- **Dificultad:** media
- **Desnivel positivo:** 550 metros
- **Desnivel negativo:** 1150 metros
- **Tipo de ruta:** travesía
- **Hora de salida:** 08:00
- **Lugar de salida:** Puerto de Somiedo
- **Lugar de llegada:** El Coto

Descripción general: esta ruta discurre en su primera etapa entre las divisorias de las provincias de León y Asturias, de hecho, en las últimas décadas ha existido disputas entre ambas provincias que han provocado cambios en los límites provinciales. Las comarcas que se recorren son Alto Sil y Somiedo, ambas Reserva de la Biosfera y el segundo declarado también Parque Natural, siendo el oso pardo uno de los animales más emblemáticos. Respecto al paisaje, destacan las morfologías de origen glaciar de muchas cumbres de este sector de la cordillera Cantábrica y desde donde se podrá contemplar cimas relativamente cercanas y muy conocidas como El Cornón y Peña Ornis, de casi 2.200 metros de altitud. El valor etnográfico de las brañas y localidades que se atraviesan es muy alto.

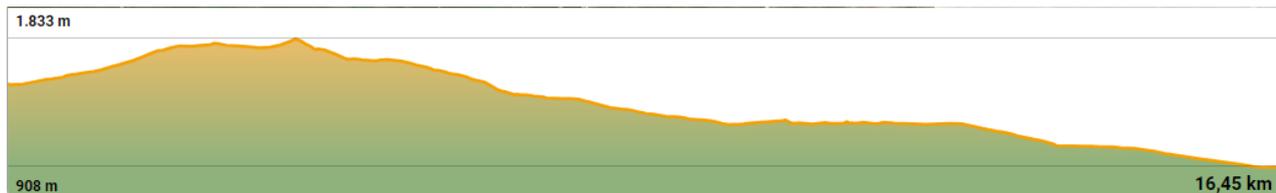
Itinerario: la ruta comienza en el Puerto de Somiedo en la localidad asturiana de El Puerto desde donde rápidamente se toma una senda dirección noreste y ascendente por una amplia campera primero hacia la Mayada Ordial y posteriormente hasta alcanzar el collado del Putracón, desde donde se puede contemplar al este Peña Chana, al sur el valle del Robezo y al norte Peña Salgada y la sierra del Robezo, de altitudes en torno a 2.000 metros. La senda continua hasta alcanzar el collado del Canalizo que con sus aproximadamente 1840 m constituye el punto de mayor altitud de la ruta y que constituye límite entre las provincias de León y Asturias, con excelentes vistas de las comarcas del Alto Sil al sur y de Somiedo al norte. Desde aquí la ruta toma una fuerte pendiente descendente hasta el fondo del valle, primero bordeando el Pico del Muñón, grandes pedreros y varias brañas como la de Sousas, muy conocida por sus construcciones, pero también otras como la de Tabladiellu y Fuexu. Siguiendo el camino, nos baja hacia Valle de Lago. En las cercanías se puede observar el embalse del Valle y la Peña El Castiellu que se bordeará para dirigirnos hacia la localidad de El Coto siguiendo aguas abajo el río Sotres, localidad donde finalizará el itinerario.

Más información: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/santamaria-del-puerto-somiedo-valle-de-lago-el-coto-20344850>
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/el-puerto-de-somiedo-valle-de-lago-coto-de-buenamadre-15-10-2017-ibp-80hkg-20328731>

Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

MIDE		Sierra del Robezo - Somiedo	
horario	7h 10'	  3	severidad del medio natural
desnivel de subida	550 m	  2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1150 m	  3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	16,5 Km	  4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía		
<p>Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2023.</p>			

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc).



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta).



5.- Molinos río Merón

Fecha: 22 de julio

Datos de la ruta:

- **Distancia:** 12 km
- **Dificultad:** baja-media
- **Desnivel positivo:** 200 metros
- **Desnivel negativo:** 350 metros
- **Tipo de ruta:** travesía
- **Hora de salida:** 08:00
- **Lugar de salida:** puente de Robleu (Manzaneu)
- **Lugar de llegada:** Playa España

Descripción general: se trata de una ruta que se recorre muy cerca de la costa Cantábrica y que consta de dos partes bien diferenciadas, primero una senda fluvial en su primer tramo entre el puente de Robleu, cerca de Manzaneu y la playa de Merón; y un segundo tramo hasta la playa España a través de un paisaje de la típica campiña asturiana salpicada de plantaciones de eucaliptos. La primera parte es un descenso por la senda conocida como ruta de los molinos del río Merón, que contó con 15 molinos harineros construidos mayoritariamente a partir del siglo XVIII, y que constituyen unos elementos etnográficos de gran valor del concejo de Villaviciosa al que pertenecen. Todo el territorio tiene una belleza natural con una variada vegetación por la influencia del ambiente climático húmedo. Además, en la ladera oeste Playa de Merón se encuentran las huellas de dinosaurios, este lugar es un punto destacado de la Costa del Jurásico Asturiano por la presencia de 20 icnitas consecutivas, que constituyen un yacimiento paleontológico muy singular.

Itinerario: la marcha da comienzo en el puente Robleu por la ruta PR AS-50 que discurre alternando ambos márgenes del río Merón, inmersos en un precioso bosque de ribera, puentes de piedra, vados, y molinos, siempre de manera descendente y hasta alcanzar la playa de Merón. Desde la playa se asciende

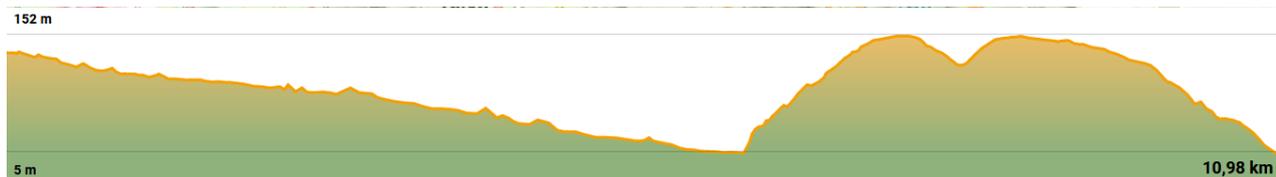
por una pista en zigzag para salvar unos 150 metros de desnivel, donde se comenzará un recorrido por pistas y pequeñas carreteras que atraviesan varias parroquias y aldeas, la de mayor entidad la de Villaverde, justo antes de comenzar a descender de nuevo, pero en esta ocasión para alcanzar la playa España donde finaliza la ruta.

Más información: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/molinos-rio-meron-y-playa-espana-126039047>
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-de-los-molinos-del-rio-meron-42294493>
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/playa-espana-playa-meron-playa-espana-53432851#wp-53432852>
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-cascada-la-mexona-molinos-del-rio-meron-117402180>
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/playa-espana-playa-meron-playa-espana-53432851>
<https://www.turismoasturias.es/blog/-/blogs/ruta-de-los-molinos-del-rio-meron>
<https://viajerosconfesos.com/ruta-molinos-meron-asturias/>

Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

MIDE		Molinos río Merón	
horario	3h 35'   1	severidad del medio natural	
desnivel de subida	200 m   2	orientacion en el itinerario	
desnivel de bajada	350 m   2	dificultad en el desplazamiento	
distancia horizontal	12,0 Km   3	cantidad de esfuerzo necesario	
tipo de recorrido	Travesía 		
Condiciones de verano, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2023.			

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc).



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta).



6.- Pico Remelende y hayedo Valdósín

Fecha: 23 de septiembre

Datos de la ruta:

- **Distancia:** 14 km
- **Dificultad:** media-alta
- **Desnivel positivo:** 500 metros
- **Desnivel negativo:** 900 metros
- **Tipo de ruta:** travesía
- **Hora de salida:** 08:00
- **Lugar de salida:** Puerto Las Señales
- **Lugar de llegada:** Fuente Turriente (La Uña)

Descripción general: La ruta se encuentra situada en el corazón de la montaña Cantábrica, a mitad de camino entre las provincias de Asturias y León. Esta zona es el nacimiento de algunos de los principales cauces de estos dos territorios como los ríos Nalón y Ponga de la cuenca hidrográfica del Norte y los ríos Esla y Porma de la cuenca hidrográfica del Duero. En esta área muy bien conservada de la Cantábrica también confluyen varios espacios naturales protegidos: Parque Nacional de Los Picos de Europa, el Parque Regional de la Montaña de Riaño y Mampodre, Parque Natural de Redes y el Parque Natural de Ponga. Los hayedos son las formaciones boscosas en estos espacios, pero quizá el más singular es el pinar de Lillo, considerado uno de los pocos pinares autóctonos de toda la Cordillera. Desde el punto de vista histórico también es reseñable la existencia de un castro prerromano en el Castiello, los restos de la ermita de San Miguel, los recuperados fortines de Tarna compuestos por galerías semienterradas de la guerra civil, los puertos de Señales y Tarna y el antiguo paso del puerto de Ventaniella que supuso antaño un importante paso de montaña entre Asturias y León. Entre las especies más emblemáticas señalar la presencia de lobo ibérico y de oso pardo.

Itinerario: La ruta comienza en el puerto Las Señales, a 1.627 metros de altitud, primero atravesando una de las partes más septentrionales del pinar de Lillo y luego ascendiendo por una senda entre pinos solitarios hasta alcanzar el cordal que permite alcanzar la cima del Pico Remelende de 1.888 metros. Las vistas durante todo este trayecto permiten divisar Picos de Europa, Mampodres e infinidad de otras cumbres de los valles de Ponga y Redes al norte, en Asturias, y del Alto Porma y Alto Esla, en León. Desde este pico descendemos rápidamente hasta el puerto de Tarna y donde pronto alcanzaremos dos fortines

y galerías de la guerra civil española. Desde aquí la ruta asciende por la falda de los Picos Felispardi y Cotalbo hasta superar dos colladas antes de comenzar el descenso por el valle del arroyo Valdosín, al principio por empinados prados, pero que a medida que la pendiente desciende penetra en un denso bosque dominado por las hayas. Después de cruzar el hayedo el valle se abre a la amplia vega de Valdosín, ocupada por extensos pastizales en cuyo centro se encuentra el redil de Valdosín y donde se unen al río Esla algunos arroyos tributarios de su cabecera. En todo este recorrido las dos cimas omnipresentes son Peña Ten y Pileños. A continuación, comienza el descenso por la margen izquierda en lo que se conoce como camino de Ventaniella que pronto atraviesa una pequeña hoz donde la referencia geomorfológica la marca la Peña Castiello. Poco después el valle se vuelve a abrir en la vega de San Miguel donde confluyen los ríos Riosol y Esla, para poco después cruzar un puente y finalizar la ruta en el aparcamiento de la fuente Turriente, ya muy cerca de la localidad de La Uña.

Más información: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/senales-remelende-tarna-valdosin-118934680>
https://recorepicos.com/Rutas/LaUna_Ventaniella.HTM
<http://xistras.blogspot.com/2014/05/puerto-de-las-senales-picos-lago-y.html>
<http://frentedelospuertos.blogspot.com/2015/08/fortin-de-remelende.html>

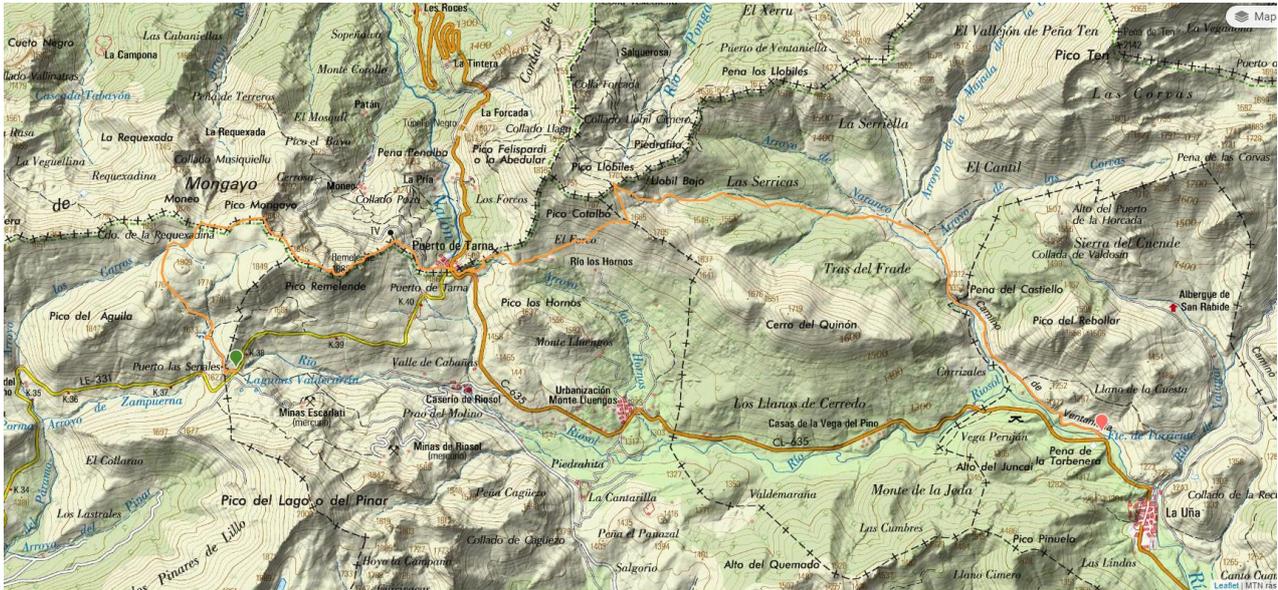
Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

MIDE		Pico Remelende y hayedo Valdosín	
horario	4h 55'	  3	severidad del medio natural
desnivel de subida	500 m	  2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	900 m	  2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	14,0 Km	  3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía		
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2022.			

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc)



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta).



7.- Valporquero - Getino

Fecha: 21 de octubre

Datos de la ruta

- **Distancia:** 15 km
- **Dificultad:** media
- **Desnivel positivo:** 450 metros
- **Desnivel negativo:** 700 metros
- **Hora de salida:** 08:00
- **Lugar de salida:** Valporquero de Torío
- **Lugar de llegada:** La Venta de Getino

Descripción general: la ruta está enclavada en plena montaña central leonesa, en la conocida comarca de Los Argüellos, concretamente en el valle del río Torío, muy cerca de las Hoces de Vegacervera. Valporquero es el inicio de la ruta y constituye uno de los mejores complejos kársticos de la cordillera Cantábrica. Dolinas, lapiazes, surgencias, cortados, peñas ... son productos de la disolución de la roca caliza. El resto del paisaje está compuesto por un mosaico de pastizales, matorrales, robledales, hayedos y restos de la actividad agroganadera tradicional ya muy abandonada como son los bancales para el centeno. La fauna y la flora que acompaña a esta variedad de ambientes a caballo entre el mundo mediterráneo y el templado es muy rica y diversa.

Itinerario: la ruta comienza en el mismo pueblo de Valporquero hacia el oeste y en un rápido ascenso se alcanzan unas amplias vegas aprovechados principalmente como pastos de diente para el ganado, aunque el abandono de las últimas décadas está favoreciendo el avance de matorrales como las escobas y aulagas. Este paisaje se repite a medida que se asciende, pero el que se suma las pequeños cortados de calizas que jalonan el valle del arroyo Gocillo hasta ascender al collado de Formigoso. Desde este collado se asciende al Alto del Salguerón Sur de 1725 m para posteriormente flaquear la cima Norte hacia el collado de Gete. Esta parte del recorrido permite reconocer algunas cimas conocidas de la montaña leonesa como El Fontún o Machacado, el Correcillas y Peña Galicia. Desde el último collado la ruta se vuelve descendente por el denominado barranco de Gete, hasta alcanzar la localidad que le da nombre. Antes se atraviesa un hermoso tramo de prados salpicado de fresnos y cerezos y visualizar un hayedo en orientación norte. Ya en Gete, tras atravesar por un puente el barranco y una fuente la ruta transita por un pequeño tramo de carretera hasta Getino donde se visitará sus caldas y donde finaliza la ruta.

Más información: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/valporquero-getino-116362134>

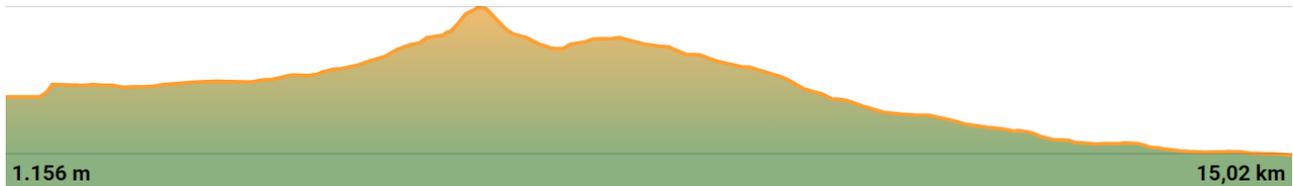
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/valporquero-de-torio-gete-67900375>

Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

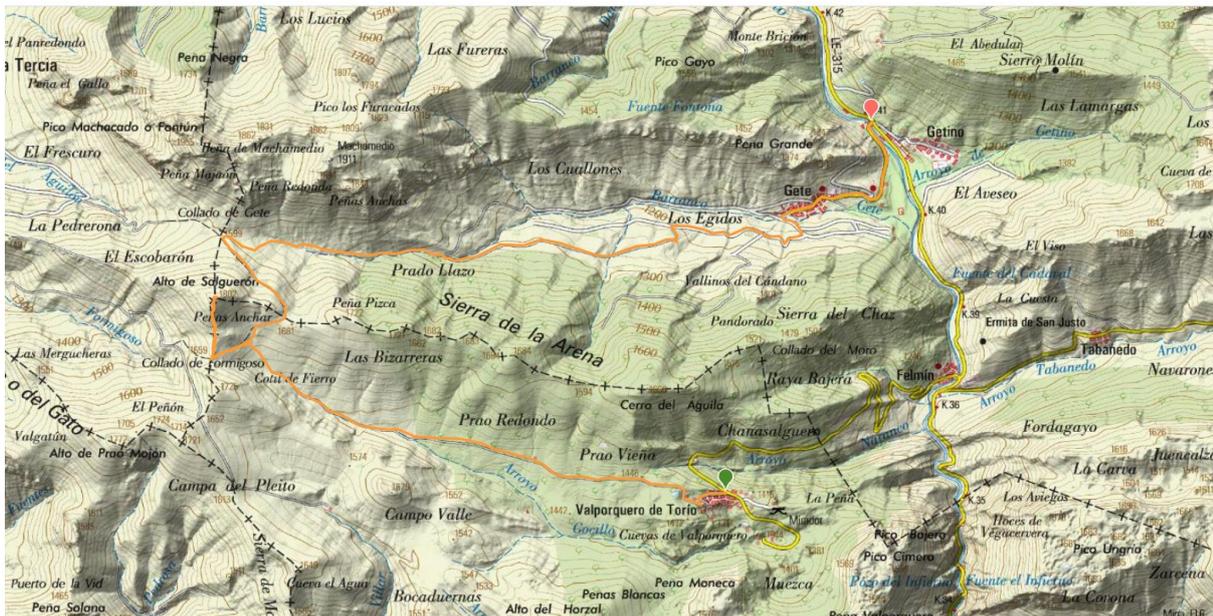
MIDE		Valporquero - Getino		
horario	4h 55'	 	3	severidad del medio natural
desnivel de subida	450 m	 	2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	700 m	 	2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	15,0 Km	 	3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía			
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.				
Calculado sobre datos de 2022.				

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc).

1.858 m



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta).



8.- Río Ancares

Fecha: 11 de noviembre

Datos de la ruta

- Distancia: 12,5 km
- Dificultad: media
- Desnivel positivo: 250 metros
- Desnivel negativo: 650 metros
- Tipo de ruta: travesía

- Hora de salida: 08:00
- Lugar de salida: Puerto Las Lumeras
- Lugar de llegada: San Martín de Moreda

Descripción general: se encuentra enclava en el curso medio del río Ancares, uno de los principales ríos de la subcuenca del río Sil y a medio camino entre las comarcas de El Bierzo y Los Ancares Leoneses, y que reúne unos notables valores ecológico, histórico y patrimonial. La ruta tiene dos partes diferenciadas, un tramo de cresteo y un tramo fluvial, lo que permite disfrutar de un paisaje enormemente variado. Las vistas del primer tramo son espectaculares, con las cumbres de los montes de los valles de Ancares y Fornela al norte, con picos tan representativos como el Miravalles y el Mostellar que casi alcanzan los 2.000 m de altitud; hacia el sur el valle del río Ancares, la salida de la garganta del río Ancares y en la lejanía la Hoya del Bierzo. Al oeste se vislumbran los despoblados de Villarbón y La Busgarda en la ladera opuesta del río Ancares; al este Villar de Otero y otras poblaciones del valle del río Cúa, como Fabero y Vega de Espinareda. También durante la ruta se observarán vestigios de las antiguas explotaciones auríferas de origen romano como la naturalizada charca de las Sacaveras, que sirvió como antiguo estanque de acumulación de agua y presenta una extraña forma alargada. Cerca del itinerario también se encuentra el castro perromano de La Piñera y un corral de lobos.

Itinerario: la ruta comienza en el Puerto de Lumeras, a en la carretera LE-712 que atraviesa los municipios de Vega de Espinareda y de Candín y situado a 1.048 m de altitud. El primer tramo de esta transcurre por una pista forestal con firme en buen estado y que discurre entre plantaciones de pinos y que se dirige hacia el sur hasta alcanzar las peñas de Los Diales, un crestón de cuarcitas puntiagudas que jalonan a media ladera la garganta del río Ancares. Posteriormente la ruta toma un sendero descendente en sentido noroeste hasta alcanzar el puente de Villarbón o del Amor que cruza el cauce y desde donde la ruta sigue un sentido sur y paralela al río Ancares, pasando por la Mata la Veiga y el arroyo Penedón. Esta segunda parte de la ruta atraviesa un bonito bosque de galería dominado por alisos y laderas pobladas de robles, encinas, pinos y salpicadas de madroños y castaños centenarios. Así, dejando atrás antiguos puentes y molinos se alcanza la localidad de San Martín de Moreda, que aún conserva parte de su arquitectura tradicional e incluso un puente romano. La ruta continua por un pequeño tramo de carretera hasta alcanzar su playa fluvial en el propio río Ancares.

Más información: <https://www.vegadeespinareda.org/turismo/rutas/rio-ancares>
http://www.ancaresleoneses.es/images/CuadernoDeRutas-001-Garganta_peq.pdf
<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/rio-ancares-puerto-las-lumeras-san-martin-de-moreda-126037436>
https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-del-rio-ancares-san-martin-de-moreda-46916395?utm_source=newactivities&utm_medium=email&utm_content=favourites&utm_campaign=Fri_20Feb21#wp-46916411

Otros datos y dificultad de la ruta según MIDE (Método de Información de Excursiones)

MIDE		Río Ancares	
horario	4h 	 3	severidad del medio natural
desnivel de subida	250 m 	 2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	650 m 	 2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	12,5 Km 	 3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía 		
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2023.			

Perfil altitudinal de la ruta (Fuente: wikiloc)

1.072 m



Situación de la ruta (Fuente: Instituto Geográfico Nacional. Marcador verde: inicio de la ruta; marcador rosa: fin de la ruta; línea naranja: itinerario de la ruta).

