



SENDERISMO EN LOS PICOS DE EUROPA

Recorridos a tu alcance

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 excursiones	4
4.4	Observaciones	4
4.5	Enlaces de interés.....	6
4.6	Puntos fuertes	6
5	Otros viajes similares.....	6
6	Contacto	6

1 Presentación

Muntania te propone un viaje por los **Picos de Europa** recorriendo algunos de los lugares más emblemáticos de este macizo montañoso en la **Cordillera Cantábrica**.

Hemos seleccionado unas excursiones para que sin dejar de visitar y ver lugares míticos, escapemos en la medida de lo posible de realizar itinerarios muy frecuentadas, buscando variantes menos masificadas.

Alojándonos en un hotel en el valle, cada día realizaremos excursiones visitando lugares tan conocidos como el **Macizo de Andara, Tielve** y los **Caminos de Sotres, Fuente Dé** y los **Prados de Aliva, el Picu y los Lagos de Covadonga**.

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.

Un viaje completo que no dejará indiferente a nadie.

2 Datos básicos

Destino: Picos de Europa (España).
Punto de encuentro: Arenas de Cabrales
Actividad: Senderismo
Nivel físico: */**. Tipo de terreno: **
Duración: tarde de viaje + 4 días de actividad.
Época: De junio a octubre
Grupo mínimo-máximo: 4-10 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1000 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

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

(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 positivos y que la etapa tenga 12 km).

Recorrido **exigente**. Es necesario tener la capacidad de hacer **1.000-1.200** metros positivos a ritmo tranquilo de forma cómoda y estar acostumbrado a **caminar durante bastantes horas**. Los caminos presentan distintos estados de conservación. Hay que tener soltura andando en senderos pedregosos.

3 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.

3.1 Programa resumen

Día 1. Tarde de viaje. Alojamiento en el **Valle de Cabrales**

Día 2. Itinerario circular por el **macizo de Andara**. Opción de ascender al **Pico Samelar (2.229 m)**

Distancia total: 14 km. Desnivel + 1.000 m. Desnivel – 1.000 m. Tiempo 5-6 horas.

Día 3. Circular a los **Lagos de Covadonga**.

Distancia total 7 km. Desnivel +200 m. Desnivel – 200 m. Tiempo 4 horas.

Día 4. Circular a **Peña Maín desde Tielve**. **Camino viejo de Sotres**.

Distancia total: 16 km. Desnivel + 1.100 m. Desnivel – 1.100 m. Tiempo 6-7 horas.

Día 5. **Fuente Dé (El Cable) (1.860 m)-Aliva-Fuente Dé.**

Excursión ideal de media jornada para emprender el viaje de regreso

Distancia total: 12,2 km. Desnivel + 244 m. Desnivel – 1.018 m. Tiempo 3 horas.

3.2 Programa detallado

Día 1. Tarde de viaje. Alojamiento en el **Valle de Cabrales**

Día 2. Itinerario circular por el **macizo de Andara**. Opción de ascender al **Pico Samelar (2.229 m)**

Saldremos de la **Vega del Conde** en dirección sur hacia el **Casetón de Andara**. Desde los inicios iremos ganando altura pasando por el **collado de Andara**. Desde aquí, nos quedarán aproximadamente 400 metros para alcanzar el **Pico de Samelar** para los que quieran alcanzar esta cumbre.

El regreso lo haremos por el mismo camino hasta poco antes del **collado de Andara** y continuaremos bordeando **Peña Maín** hasta alcanzar el punto de inicio.

Distancia total: 14 km. Desnivel + 1.000 m. Desnivel – 1.000 m. Tiempo 5-6 horas.

Día 3. Circular a los **Lagos de Covadonga**.

Realizaremos un recorrido circular para visitar los lagos de la zona, el **Enol** y el de la **Ercina**. Lagos de origen glacial situados en la parte asturiana del **Parque Nacional de los Picos de Europa**, en el macizo occidental.

Distancia total 7 km. Desnivel +200 m. Desnivel – 200 m. Tiempo 4 horas.

Día 4. Circular a **Peña Maín desde Tielve. Camino viejo de Sotres.**

Esta excursión está llena de contrastes. Iniciaremos el camino en **Tielve** en un paisaje de valle angosto en terreno calcáreo. Iremos ganando altura hasta alcanzar terreno de pastos y de prados. Las vistas del **Naranjo de Bulnes** son soberbias.

Tras descansar, emprenderemos el camino de descenso de nuevo al valle donde está situado **Tielve**.

Distancia total: 16 km. Desnivel + 1.100 m. Desnivel – 1.100 m. Tiempo 6-7 horas.

Día 5. **Fuente Dé (El Cable) (1.860 m)-Aliva-Fuente Dé.**

No podemos abandonar los **Picos de Europa** sin subir en teleférico a **Fuente Dé** y desde aquí realizar una bella excursión donde pasaremos de un paisaje de alta montaña, rocoso con cimas míticas a un paisaje boscoso y finalmente de fondo de valle donde finalizará la excursión.

Este itinerario es prácticamente de descenso. Observar **Peña Vieja** desde distintos ángulos es un espectáculo para la vista. Recorrer los **Prados de Aliva** transmiten paz y armonía al caminante y la parte final en terreno boscoso antes de alcanzar **Fuente Dé** son de gran belleza,

Excursión ideal de media jornada para emprender el viaje de regreso

Distancia total: 12,2 km. Desnivel + 244 m. Desnivel – 1.018 m. Tiempo 3 horas.

4 Más información

Precio. 590€

4.1 Incluye

- Guía de montaña.
- 4 noches en hotel habitación doble el valle de Cabrales con desayuno.
- 1 ticket de ascenso en el teleférico de Fuente Dé.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.

4.2 No incluye

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

4.3 Material y ropa necesaria para las excursiones

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking.
- 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).

El resto de equipaje que no lleve en las excursiones estará en su hotel.

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 5 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 esté 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.

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.

4.5 Enlaces de interés

- <https://parquenacionalpicoseuropa.es>
- <http://liebanaypicosdeeuropa.com/wordpress/>
- <https://www.miteco.gob.es/es/red-parques-nacionales/nuestros-parques/picos-europa/>

4.6 Puntos fuertes

- Visita el corazón del macizo de Picos de Europa.
- Paisajes de gran belleza.
- Singularidad de los pueblos de la zona.
- Tranquilidad del lugar.

5 Otros viajes similares

- Senderismo en el Parque Natural de Somiedo. Asturias

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).