

FIN DE SEMANA EN PICOS DE EUROPA:

FECHAS: 14, 15 Y 16 de octubre de 2022.

1. “TRAVESÍA POR EL MACIZO CENTRAL DEL PARQUE NACIONAL DE PICOS DE EUROPA. CORDIÑANES - VEGA DE LIORDES – PADIORNA (ASCENSO OPCIONAL)-VEGA DE LIORDES-PANDETRABE”.

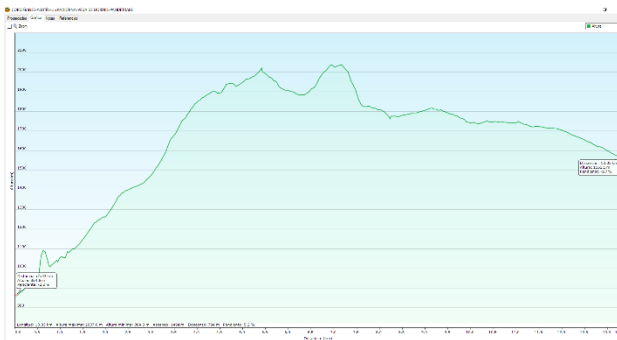
DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE LA ACTIVIDAD:

Partiremos de la pequeña localidad de Cordiñanes, situada entre los macizos oriental y central del Parque Nacional de Picos de Europa, y nos dirigiremos hacia el oeste para flanquear la Peña del Porrocho y acceder al Halledo de Asotín primero, y a la Vega de igual nombre después. Caminaremos junto al regato también llamado Asotín hasta la impresionante Vega de Liordes donde los participantes tendrán la oportunidad de subir la Padiorna (2.314m.) o esperar tranquilamente disfrutando de las vistas. A continuación nos dirigiremos hacia el suroeste para salir por el Canal de Pedavejo. Pasada la Fuente nos dirigiremos hacia el Collado de Remoña donde cogeremos el camino que nos llevará al final de la ruta en el puerto de Pandetrabe.



MIDE				CORDIÑANES-ASOTIN-VEGA DE LIORDES-PANDETRABE			
horario	6h 45'			4	severidad del medio natural		
desnivel de subida	1491 m			3	orientacion en el itinerario		
desnivel de bajada	793 m			4	dificultad en el desplazamiento		
distancia horizontal	13,4 Km			4	cantidad de esfuerzo necesario		
tipo de recorrido	Travesía						
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2022.							

				CORDIÑANES-ASOTIN-VEGA DE LIORDES-PADIORNA-PANDETRABE			
horario	8h 25'			4	severidad del medio natural		
desnivel de subida	1804 m			3	orientacion en el itinerario		
desnivel de bajada	1130 m			4	dificultad en el desplazamiento		
distancia horizontal	16,4 Km			4	cantidad de esfuerzo necesario		
tipo de recorrido	Travesía						
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2022.							



Nota: la información que aparece en las fichas son estimaciones muy aproximadas a los datos reales, no obstante no dejan de ser una aproximación y por tanto los horarios son estimativos pudiendo variar en dos o más horas según la experiencia de los participantes y las incidencias que pudieran producirse.



Se trata de una ruta de dificultad media-alta que requiere un esfuerzo físico generoso, como casi todas las que se pueden hacer en el interior del parque cuando se pretende llegar a los lugares más emblemáticos. Trataremos de marcar un ritmo suave y llevadero que haga asequible y cómodo el recorrido, que, en nuestra opinión, merece la pena sin duda.

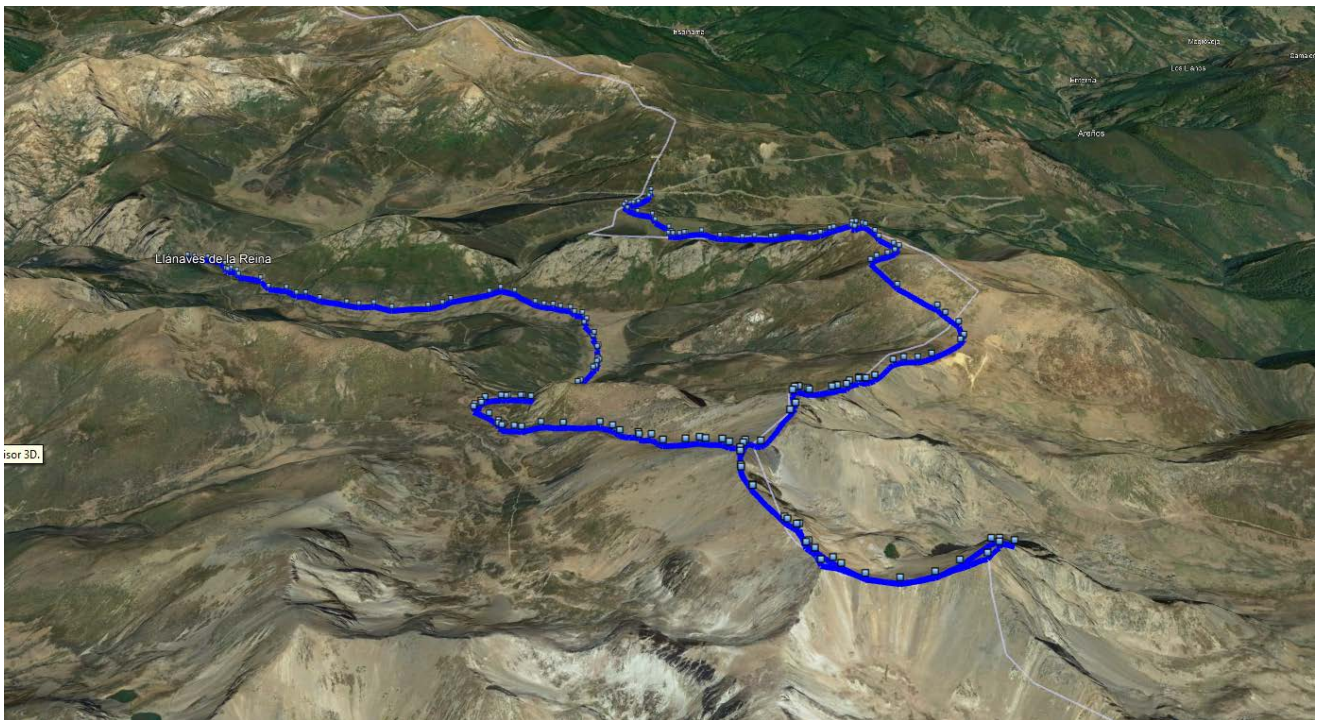
2. “PARQUE REGIONAL DE PICOS DE EUROPA. SAN GLORIO – MOJÓN TRES PROVINCIAS – PEÑA PRIETA – LLÁNAVES DE LA REINA”.

DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE LA ACTIVIDAD:

Iniciamos el recorrido en lo alto del Puerto de San Glorio dirigiéndonos al sur hacia la Vega de Tama donde comenzaremos a ascender en dirección al cordal que nos lleva al Portillo de las Yeguas y después a su collado. Una vez allí, bordearemos el Alto del Naranco para alcanzar su collado sur, el del Robadorio, que nos da acceso hacia el Alto del Cubil del Can, una zona escarpada con unas vistas que ya nos muestran el carácter del Parque Natural de Fuente Carrionas y Fuente Cobre-Montaña Palentina, parque por el que, junto con el Regional de Picos de Europa, discurre nuestra ruta. A partir de este punto, hemos de seguir por la cresta de la montaña hasta llegar a las dos cumbres que pretendemos subir, el Mojón Tres Provincias (2.499 m.) y Peña Prieta (2.539m).

Alcanzados los picos, volveremos por nuestros pasos y antes de llegar al Alto del Cubil del Can, giraremos a la izquierda hacia la Canaleta de Bobias y más tarde hasta el Boquerón que nos da acceso al Valle de Nueve Fuentes. Seguiremos perdiendo altura entre los cauces de los arroyos que van dando forma al Naranco y que por su Vega nos permite parar en el Refugio del Tajahierro y enlazar con el PR-24 que nos llevará a nuestro destino final, el pueblo de Llánaves de la Reina.





San Glorio-Mojón Tres Provincias-Peña Prieta-Llanaves de la Reina		
horario	7h	severidad del medio natural
desnivel de subida	1062 m	orientación en el itinerario
desnivel de bajada	1285 m	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	17,7 Km	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía	

Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.
Calculado sobre datos de 2022.



Nota: la información que aparece en las fichas son estimaciones muy aproximadas a los datos reales, no obstante no dejan de ser una aproximación y por tanto los horarios son estimativos pudiendo variar en dos o más horas según la experiencia de los participantes y las incidencias que pudieran producirse.

PROGRAMACIÓN DÍA 1:

- Salida de Salamanca: el viernes 14 de octubre 16.30 horas frente al Colegio Mayor Oviedo (Campus Miguel de Unamuno).
- Salida de Zamora: a las 17.20 horas frente al Hotel AC (Calle Príncipe de Asturias, 43).
- Alojamiento en el Albergue "La Cuesta" en los Llanos de Valdeón. Hora estimada de llegada: 21.30 horas.

PROGRAMACIÓN DÍA 2:

- Inicio de ruta 1: a las 9.00 horas en Cordiñanes.
- Recorrido de ruta: 8h30' sin tener en cuenta paradas (Cordiñanes-Asotín-Vega de Liordes-Padiorna-Vega de Liordes-Canal de Pedavejo-Pandetrabe).

VNiVERSiDAD D SALAMANCA

- Llegada a los Llanos de Valdeón : 20.30 horas.
- Alojamiento en el Albergue “La Cuesta” en los Llanos de Valdeón.

PROGRAMACIÓN DÍA 2:

- Inicio de ruta 2: a las 9.30 horas en San Glorio.
- Recorrido de ruta: 7h00´ sin tener en cuenta paradas (San Glorio-Mojón Tres Provincias-Peña Prieta-Llánaves de la Reina).
- Llegada a Llánaves de la Reina: a las 19.00 horas.
- Llegada a Zamora : 22.00 horas (aprox).
- Llegada a Salamanca : 23.00 horas (aprox).

PRECIO:

- Comunidad universitaria (estudiantes, PAS y PDI): 45 €
- Federados GUM y Alumni: 54 €
- Ajenos: 63 €

Incluye:

- ✓ Desplazamiento en autocar o furgoneta.
- ✓ Alojamiento en el Albergue “La Cuesta” en Los Llanos de Valdeón.
- ✓ Planificación, desarrollo y guiado profesional de la actividad.
- ✓ Seguro de accidentes.

INSCRIPCIONES: a partir del 23 de septiembre, hasta el 10 de octubre en <https://citius.usal.es/CronosWeb/Login>

ACLARACIONES: Los desniveles y distancias son APROXIMADOS. Los horarios propuestos son estimaciones y pueden variar considerablemente en función de las circunstancias: condición física y/ o técnica de los participantes, incidencias, condiciones meteorológicas, tráfico, etc. Estas condiciones pueden hacer que se modifiquen los recorridos, las paradas o los ritmos de progresión. Incluso es posible que se suspenda la actividad cuando la seguridad del grupo se vea comprometida a criterio de los guías, cuya misión principal es salvaguardar la seguridad de los participantes.

El participante ha de saber que se trata de una actividad en montaña y que como tal, entraña ciertos riesgos que hay que tener en cuenta y que pueden aparecer a pesar de contar con una buena planificación, una buena organización y una buena ejecución de la actividad.

MATERIAL NECESARIO:

IMPORTANTE: en actividades de senderismo de montaña como esta, el material es fundamental para la seguridad y el confort de todo el grupo y por ello será evaluado por los guías antes de ponernos en marcha, pudiendo impedir la participación a cualquier asistente que no lleve el equipamiento adecuado.

MATERIAL TÉCNICO OBLIGATORIO:

- ✓ Mochila de montaña de tamaño adecuado para el material relacionado.
- ✓ Se recomienda llevar un frontal o linterna.

UNIVERSIDAD DE SALAMANCA

- ✓ Botas de montaña, resistentes y cómodas. Preferiblemente con membrana impermeable.
- ✓ Material personal mínimo: ropa térmica interior y de recambio, bastones, pantalón largo, forro polar o que proteja del frío, chaqueta que proteja del viento y del agua, guantes, gorro, braga, gafas de sol, crema solar (factor alto) y protector de labios.
- ✓ Comida necesaria para pasar el día y que no necesite preparación.
- ✓ Agua: al menos 1.5 litros por persona.
- ✓ En su caso, medicaciones específicas.

Es importante ajustar el material en función del parte meteorológico previsto:
<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion>

CONDICIÓN FÍSICA NECESARIA:

- ✓ El participante debe ser capaz de realizar en dos días 35 kilómetros con 2500-3000 metros de desnivel positivo y otros 2000-2500 de desnivel negativo, dependiendo de si se sube a la Padierna o no, a un ritmo de 4 kilómetros/ hora y 150 metros de desnivel positivo/ hora.

ACTIVIDAD DISEÑADA POR:

- ✓ Alberto Rincón Carrasco (TDEM II Media Montaña) alrincon@usal.es
- ✓ Pablo Fernández Jaime (TDEM II Media Montaña) pjaime@usal.es