



“VEGA DE PAS – CHURRÓN DE AGUALTO – PUERTO DE LAS ESTACAS DE TRUEBA” (Cantabria).

10, 11 y 12 de MARZO de 2023.

- **LUGAR:** CORDILLERA CANTÁBRICA. Parque Natural de los Collados de Asón. Y Montes de Valnera.

Dos actividades, una de montañismo y la otra de senderismo montaña.

1ª Jornada 11 de marzo: Churrón de Agualto y Montes de Valnera. Vega de Pas – Churrón de Agualto – Pandillo – Praderas de Ruyemas – Puerto de Estacas.

2ª Jornada 12 de marzo: Por los Collados de Asón (Collado de Asón – Castros de Horneo – Collado de los Lobos – Collado de Bustalveinte – Puerto de Lunada).

➤ **PERNOCTA:**

Albergue “La Incera”.

- Dirección: Barrio San Martín, 22. SAN MARTÍN DE SOBA (Cantabria).
- Teléfono: 942 677 388
- Web: www.alberguelaincera.com
- Correo: info@alberguelaincera.com

Jornada Transfer (viernes 10 de marzo de 2023)

Hora prevista de salida (Salamanca): 16:30h.

Hora prevista de llegada (San Martín de Soba): Aprox.: 21:00 – 21:30 h.

En las habitaciones de literas el nórdico y la toalla no está incluido. Si lo desean se pueden alquilar en el albergue por 2€ el nórdico y 1€ la toalla.

Por lo que se recomienda llevar SACO DE DORMIR, TOALLA y CHANCLETAS (para la ducha).



1ª Jornada (sábado 11 de marzo de 2023).

Travesía con inicio la localidad cántabra de Vega de Pas.

Actividad de montañismo. En la que el recorrido se realizará por senderos de montaña, pedreras, zonas de campo a través y alguna pista forestal, además ganaremos un desnivel importante de subida, siendo en alguna ocasión terreno algo complicado.

➤ Situación.

Los Montes de Valnera es una pequeña sierra situada en la frontera de Burgos con Cantabria, en los famosos Valles Pasiegos.

La travesía recorre gran parte de la sierra, comenzando en la vertiente cántabra y terminando en la burgalesa.



Churrón de Aqualto, a los pies del Castro Valnera.



➤ **DIFICULTAD:** Media **4-2-3-4** (M.I.D.E.).

(<http://www.montanasegura.com/euromide/index2.php>)

MIDE			
Churrón de Agualto (Cantabria)			
	Horario	07h 45 min	4 Severidad del medio natural
	Desnivel de subida	1.571 m	2 Orientación en el itinerario
	Desnivel de bajada	969 m	3 Dificultad en el desplazamiento
	Distancia horizontal	17,4 km	4 Cantidad de esfuerzo necesario
	Tipo de recorrido	Travesía	0° Pendiente nieve poco probable
	Tres estaciones		

Nota: Aunque los desniveles y distancias están calculados con rigor, 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.

Factores de riesgo

- No existen factores de riesgo como tal, salvo por la vegetación resbaladiza si está húmeda y los cruces de agua si los arroyos vienen cargados.

Vías de Escape:

- En el paso por Pandillo se podría abandonar la ruta y regresar a Vega de Pas por carretera o pista.

DISTANCIA GEOMÉTRICA o con alturas: 17,400 kilómetros

ALTURA MÁXIMA (Pico del Rostro): 1.194 metros.

ALTURA MÍNIMA (Vega de Pas): 417 metros.

ALTURA SALIDA (Vega de Pas): 417 metros.

ALTURA LLEGADA (Puerto de Estacas de Trueba): 1.013 metros.

ASCENSO ACUMULADO: 1.571 metros.

DESCENSO ACUMULADO: 969 metros.

HORARIO ACTIVIDAD (estimación M.I.D.E.): 7 h. 45 minutos (*sin contar paradas y descansos*).



➤ **RECORRIDO:**

Secuenciación:

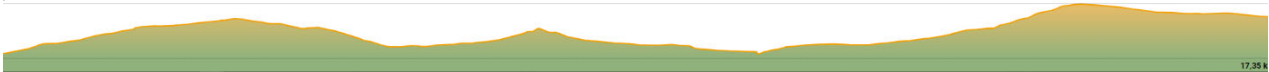
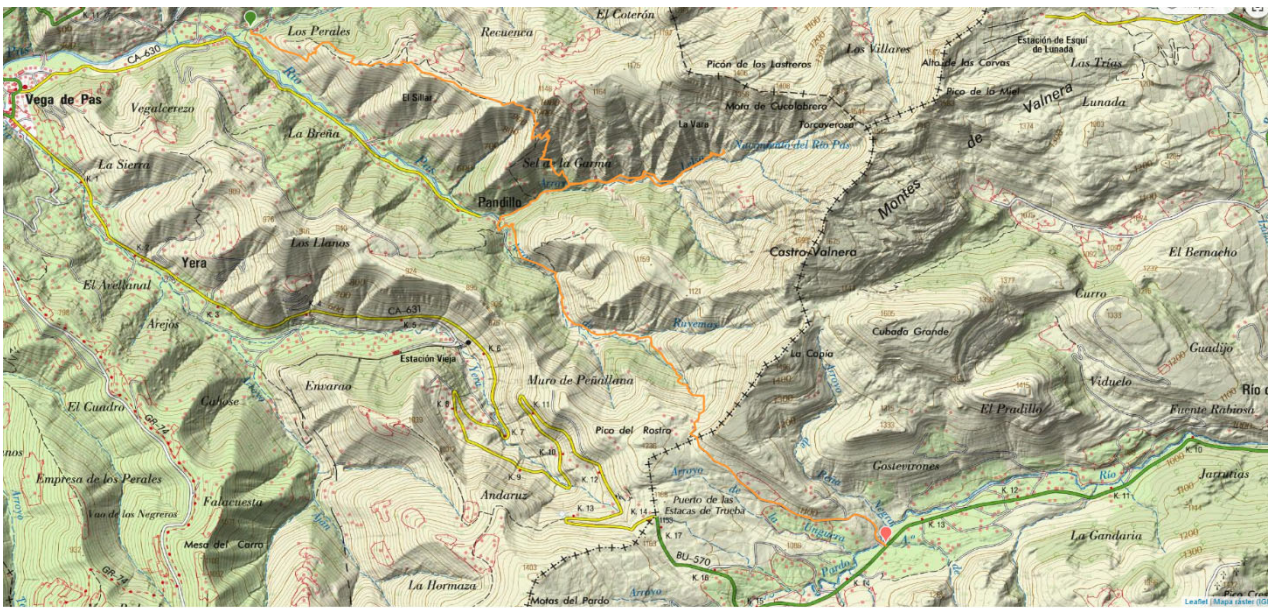
Vega de Pas (348m.) – Churrón de Agualto 800m. – Pandillo 524m. – Praderas de Ruyemas. – Pico del Rostro 1.194m. – Puerto de las Estacas de Trueba (1.013m.).

➤ **Descripción de la ruta:**

La ruta en realidad parte de Pandillo, pero como el autobús no podrá entrar hasta allí deberemos comenzar en Vega de Pas, donde tras andar 2km por la carretera para aproximarnos al barrio de Portilla, donde tomaremos una pista que gana altura para ir paralelo a la carretera de Pandillo.

Iremos ganando altura hasta el Collado de las Honias, donde abandonaremos la cuerda para comenzar una fuerte bajada hasta el Arroyo de Aguasal.

Este valle nos llevará hasta la espectacular cascada del Churrón de Agualto, prácticamente en el nacimiento del Río Pas.





Una vez visitada la cascada desandaremos nuestros pasos hasta el final de la bajada anterior, esta vez para seguir bajando el arroyo hasta el barrio de Pandillo, donde ahora tomaremos en dirección sur el Arroyo de Pandillo, que nos llevará a las bonitas Praderas de Ruyemas y desde ellas acometeremos la subida al collado del Pico del Rostro, punto más alto del día.

Y desde allí ya solo quedará descender al Puerto de las Estacas de Trueba.

➤ **Alternativas en caso de mal tiempo o nieve:**

En caso de mal o malas condiciones del terreno (nieve, exceso de humedad, etc) tendremos que eliminar la subida por el valle del Río Pas y afrontar otras alternativas

- **1ª ruta alternativa:** Desde Pandillo se podría regresar a Vega de Pas recorriendo el Río Pas.
- **EN CASO DE IMPOSIBILIDAD POR NIEVE:** En caso de imposibilidad de acceso a la cuerda de Castro Valnera tendremos que cambiar la totalidad de la ruta y hacer por la zona de las Merindades (en el sur de la sierra), partiendo desde el Monumento Natural de Ojo Guareña y terminando en Puente de Penedey (18km / 585m+ / 723m.-)



2ª Jornada (domingo 12 de marzo de 2023).

- **LUGAR:** CORDILLERA CANTÁBRICA. Parque Natural de los Collados de Asón.
Términos municipales de Asón.
- **CARACTERÍSTICAS:**
Travesía con inicio en el Collado de Asón.
Actividad de senderismo de montaña. En la que el recorrido se realizará por senderos de montaña, zonas de campo a través y alguna pista forestal en un parque natural único.
- **Situación.**
El Parque Natural de los Collados de Asón está situado al sur de Cantabria, en el límite con Burgos

La ruta atraviesa casi el parque natural.



Parque Natural de los Collados de Asón.



➤ **DIFICULTAD:** Media **3-3-3-3** (M.I.D.E.).

(<http://www.montanasegura.com/euromide/index2.php>)

MIDE					
Collado De Asón (Cantabria)					
	Horario	05h 15 min		3	Severidad del medio natural
	Desnivel de subida	1.108 m		3	Orientación en el itinerario
	Desnivel de bajada	465 m		3	Dificultad en el desplazamiento
	Distancia horizontal	13,5 km		3	Cantidad de esfuerzo necesario
	Tipo de recorrido	Travesía		0°	Pendiente nieve poco probable
	Tres estaciones				

Nota: Aunque los desniveles y distancias están calculados con rigor, 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.

Factores de riesgo

- Pasaremos por alguna zona en la que hay que moverse entre grandes piedras, pero nada reseñable.

Vías de Escape:

- A mitad de ruta podríamos retornar al Collado de Asón para perder rápidamente altura.

DISTANCIA GEOMÉTRICA o con alturas: 13,500 kilómetros

ALTURA MÁXIMA (Collado de Bustalveinte): 1.432 metros.

ALTURA MÍNIMA (Collado de Asón): 682 metros.

ALTURA SALIDA (Collado de Asón): 682 metros.

ALTURA LLEGADA (Puerto de Lunada): 1.322 metros.

ASCENSO ACUMULADO: 1.108 metros.

DESCENSO ACUMULADO: 465 metros.

HORARIO ACTIVIDAD (estimación M.I.D.E.): 5h 15 minutos (*sin contar paradas y descansos*).



RECORRIDO:

Secuenciación:

Collado de Asón (682m.) – Castros de Horneo 1.116m. – Collado de los Lobos 1.070m. – Collado de Bustalveinte 1.432m. – Puerto de Lunada (1.322m.).

Descripción de la ruta:

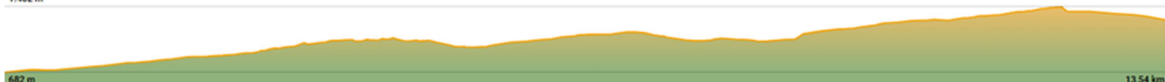
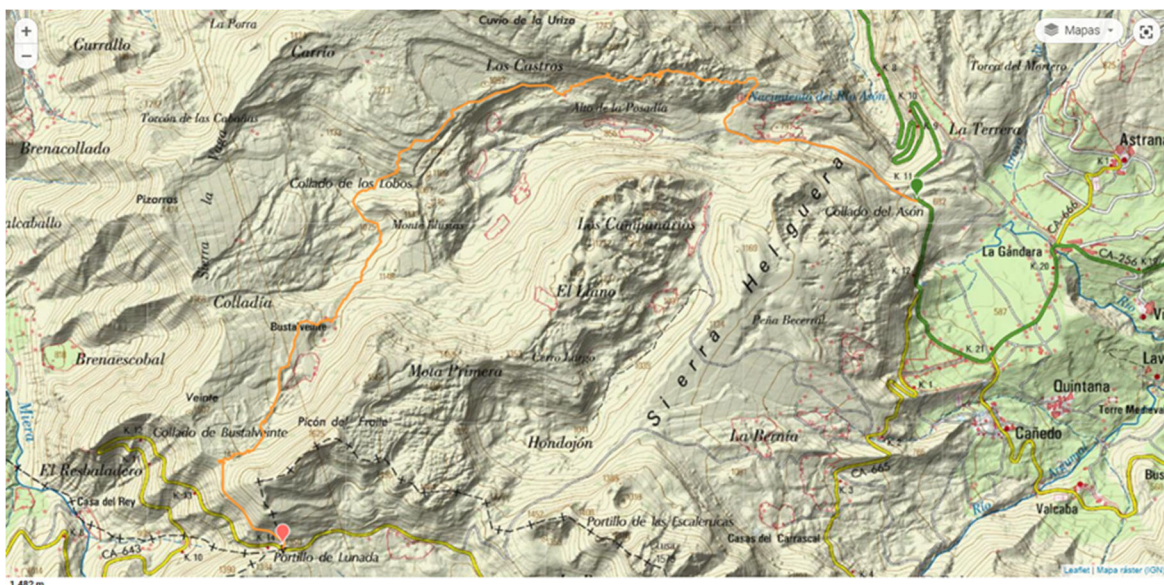
La ruta parte del Collado de Asón, zona tradicional del comienzo de las rutas en el Parque Natural y cercano al famoso nacimiento del Río Asón.

Desde este punto tomaremos dirección Oeste para adentrarnos en el valle por una pista forestal, que dejaremos no muy tarde para comenzar a tomar algo de altura en dirección a El Cuadralijo, zona previa a la espectacular zona de los Castros de Horneo, donde transitaremos entre grandes paredes.

Tras pasarlos el valle se abre y damos a parar a la zona del Collado de los Lobos, donde ya daremos vista al valle que sube hacia el Collado de Bustalveinte, punto más alto de la ruta.

Desde aquí, si vamos con ganas y bien de tiempo, podremos ascender al pico Veinte 1.507m.

Desde el collado ya solo nos queda, en descenso, rodear la base militar del Picón del Fraile para llegar al destino en el Portillo de Lunada.





*Si el primer día tuviéramos que cambiar la ruta de Castro Valnera por las Merindades, esta ruta la podríamos hacer algo más larga y con más desnivel ascendiendo alguna de las cimas de la zona.

Alternativas en caso de mal tiempo o nieve:

En caso de mal o malas condiciones del terreno (nieve, exceso de humedad, etc) tendremos que eliminar la subida por el valle del Río Pas y afrontar otras alternativas

- 1ª ruta alternativa: A mitad de ruta podríamos retornar al Collado de Asón por el camino principal de ascenso.

- DÍA, HORA y LUGAR de SALIDA: viernes 10 de marzo a las 16:30 horas frente al Colegio Oviedo (Campus Miguel de Unamuno). Se solicita presentarse 15 minutos antes, de manera que se pueda comenzar el viaje lo más puntual posible. Gracias.
- SEGURO: Aquellos que no estén federados en montaña o no posean un seguro que cubra la actividad, deberán abonar el mismo al hacer la inscripción. El precio de este es **3,82 €** por dos días de esta actividad.

PRECIOS:

- Comunidad Universitaria: **96 €.**
- Socios ALUMNI y Federados con el GUM-USAL: **105 €.**
- Ajenos: **114 €.**

En el precio están incluidos los desayunos del sábado y domingo. Y **NO LAS COMIDAS NI LAS CENAS**, por tanto, como en las salidas de un solo día, tendrá que llevar cada uno su propia comida y bebida para los dos días (bocadillos, fruta, frutos secos, ... lo que cada uno considere oportuno, así como agua).



Las CENAS, tanto del viernes como del sábado, corren por cuenta de cada participante, estas se podrán hacer en el albergue. Para poder cenar se tienes que solicitar y reservar a la hora de hacer la inscripción.

El precio de estas es de 9,5 € cada cena (19€ las cenas de los dos días), las cuales se pagarán allí mismo, en el albergue.

Si alguien no quiere cenar en el albergue y prefiere hacerlo en algún establecimiento de la localidad, también se puede hacer, pero esto ya lo tendrá que hacer por su cuenta.

➤ **PLAZAS:**

Mínimo: 25 personas para que se realice la actividad.

Máximo: 35.

➤ **RESERVA y ANULACIÓN:**

Es imprescindible pagar la totalidad del importe para realizar la reserva.

Las salidas se realizarán siempre que se cubra el cupo mínimo de inscritos establecido por la organización en cada caso, por lo que ésta podrá tomar la decisión de ANULAR O SUSPENDER una salida por este motivo o cualquier otro de fuerza mayor, en cuyo caso, SE PROCEDERÍA A LA DEVOLUCIÓN DE LAS TASAS.

En las anulaciones por parte del usuario y la solicitud de devolución de las tasas, SE ATENDERÁ a lo estipulado por LA NORMATIVA VIGENTE sobre LA DEVOLUCIÓN DE PRECIOS PÚBLICOS del SEFYD-USAL (la cual se podrá consultar en la Web del SEFYD).

➤ **INSCRIPCIONES:**

Del lunes 23 de enero al 28 de febrero de 2023 o hasta que se agoten las plazas.

Las inscripciones se harán a través del correo electrónico inscripciones.deportes@usal.es

No se atenderán correos anteriores a las 9 h. de la mañana del primer día de inscripción.



➤ **MATERIAL NECESARIO.**

El material será evaluado por los guías antes de realizar la actividad.

Material técnico mínimo: Obligatorio botas de montaña o senderismo/trail (descartar calzado, que, aun siendo deportivo, no sea específico para montañismo y senderismo).

Mochila de día, chubasquero, ropa de abrigo (forro polar), guantes, gorro o gorra y ropa de repuesto por si llueve.

Especialmente recomendada ropa con membrana cortaviento debido a la existencia de tramos en ambas actividades expuestas al viento. Gafas de sol, crema solar (factor alto) y protector de labios. Se recomienda bañador.

Material pernocta: NO es obligatorio saco de dormir, pero sí, **RECOMENDABLE**, al igual que la **TOALLA** y las **CHANCLETAS** para la ducha.

Comida: Bocadillos, chocolates, fruta, frutos secos y agua. 2 litros por persona (hay fuentes por el camino, pero es difícil prever que tenga agua).

Material personal: Medicación si está en tratamiento, neceser, ropa de repuesto, etc...

Atención a la previsión meteorológica y adecuar el material a las condiciones del medio ese día.

➤ **ACLARACIONES:**

Los desniveles y distancias son APROXIMADOS. Los horarios propuestos son estimativos y pueden variar en algunos casos INCLUSO horas, según la experiencia de los participantes. En el caso de que las condiciones meteorológicas, capacidades del grupo, etc., fuesen tales que impidieran el desarrollo de la actividad en condiciones aceptables de seguridad, se podrá variar el itinerario o incluso suspender la actividad. Esta decisión corresponde ÚNICAMENTE a los guías responsables de la actividad (Técnicos Deportivos).

Actividad diseñada y textos elaborados por:





- Jairo Hernández (TDEM II Media Montaña).
- Felipe Sánchez (TDEM II Media Montaña).



ANEXO I

MIDE (Método de Información De Excursiones)

MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

 <p>Medio. Severidad del medio natural</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 El medio no está exento de riesgos 2 Hay más de un factor de riesgo 3 Hay varios factores de riesgo 4 Hay bastantes factores de riesgo 5 Hay muchos factores de riesgo 		
 <p>Itinerario. Dificultad de orientarse en el itinerario</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 Caminos y cruces bien definidos 2 Sendas o señalización que indica la continuidad 3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales 4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza 5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear 		
 <p>Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por caminos de herradura 3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares 4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio 5 Requiere pasos de escalada para la progresión 		
 <p>Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario</p>	<table border="0"> <tr> <td data-bbox="582 1176 1029 1314"> <ol style="list-style-type: none"> 1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva </td> <td data-bbox="1029 1176 1272 1314"> <p>Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado</p> </td> </tr> </table>	<ol style="list-style-type: none"> 1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva 	<p>Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado</p>
<ol style="list-style-type: none"> 1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva 	<p>Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado</p>		

El MIDE está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

Más información: www.euromide.info