

PICOS DE EUROPA (el macizo central)



Descripción de la ruta

Este año realizaremos gran parte del recorrido por Asturias, aun así, finalizaremos el fin de semana en Cantabria. El primer día tras el viaje llegaremos a Poncebos, lugar desde el cual compartiremos inicio con la ruta del Cares. En nuestro caso tras tomar un desvío ascenderemos hasta el pueblo de Bulnes, una vez allí continuaremos ascendiendo por las laderas que quedan a la izquierda de la reguera del Toral hasta llegar a la zona de pastoreo de Cantiellu.

De aquí en adelante cambiaremos de fondo de valle y nos adentraremos en la zona de la majada de la Jelguera. Continuaremos pegados a la regata del mismo nombre entre prados y siempre custodiados por los picos más altos de la zona, entre ellos el Picu Urriellu. En esta zona habremos realizado la mitad de nuestro recorrido y el mayor desnivel de la etapa. Una vez en el collado de Pandébanu continuaremos por una serie de caminos hasta el pueblo de Sotres.

El segundo día tras el desayuno comenzaremos a caminar tomando el camino que nos llevó la jornada anterior al pueblo. Una vez en el fondo del valle tomaremos la pista que nos conduce a Áliva, es un camino cómodo y espectacular gracias a las vistas que tenemos alrededor. Tras caminar unos pocos kilómetros, llegaremos a las Vegas del Toro o de Sotres y desde aquí podremos ver la parte sur este del picu Urriellu y de las peñas de Fresnidiello.

Una vez realizada la mitad del recorrido llegaremos a la Vega de piedra Llé, de aquí en adelante continuaremos caminando por Cantabria hacia el hotel de montaña Aliva. Parada obligatoria en el hotel para realizar el almuerzo-comida y poder descansar un rato en un lugar con vistas espectaculares.

Tras el descanso retomamos la actividad comenzando el descenso al valle de Espinama. La bajada aunque pronunciada es llevadera y por camino cómodo, en una hora y media llegaremos al autobús que nos estará esperando para regresar a Vitoria.

Ficha técnica

- **Bulnes (Poncebos) - Sotres**

Tiempo de marcha: 6 horas

Distancia: 13,5 kilometros

Desnivel positivo: +1420 metros

Desnivel negativo: -950 metros



- **Sotres – Fuente De (Espinama)**

Tiempo de marcha: 7 horas

Distancia: 21,1 kilometros

Desnivel positivo: +1071 metros.

Desnivel negativo: -950 metros



Planing de la actividad

Día 1, sábado

- **6:30 H** Salida desde el Estadio
- **10:30H** Llegada a Poncebos
- **11:00 H** Inicio del recorrido
- **14:00 H** Parada para comer
- **18:00 H aprox.** Llegada al albergue, tiempo para descansar antes de la cena
- **20:30 H** Cena y tiempo libre.

Día 2, domingo

- **7:00 H** Desayuno.
- **8:00 H** Inicio del recorrido.
- **13:00 H** Parada para comer.
- **16:00 H** Llegada a Fuente De (Espinama).
- **20:30 H aprox.** Llegada al Estadio.

Material necesario:

- Algo de ropa de abrigo para la noche y ropa de recambio
- Chaqueta impermeable

- Gorro y guantes

- Gafas de sol

- Bastones (recomendado para la bajada)

- Linterna frontal

- Crema de sol

- Botas de monte o de trekking “domadas” con buena suela.

- Comida tipo pic-nic y agua para durante el día.

- Mochila de 30-45 L

- Saco tipo sábana

Vuestros guías

Iñaki Garai: Guía de Alta montaña, trabaja como guía en los Alpes y Pirineos principalmente, también es profesor de escalada en los rocódromos municipales de Vitoria - Gasteiz. Alpinista y escalador incansable ha visitado varios macizos de montaña participando en varias expediciones a los Andes e Himalaya entre otros.

Unai García: Experimentado alpinista en los Pirineos, Alpes y alto Atlas. Guía de media montaña, trabaja como tal e instructor de orientación, autorescate y actividades guiadas en cualquiera de estos macizos. Desde el 2013 es además guía en la Fundación Estadio donde realiza ascensiones guiadas por los Montes Vascos y los Pirineos.