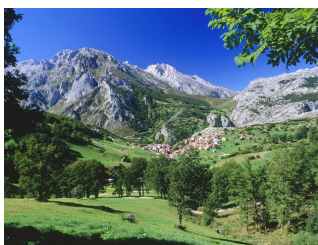


**En el Parque Nacional de los
PICOS de EUROPA,
lagos glaciares, ríos caudalosos, y el litoral
cantábrico**

Durante todo el verano 2009

*Seis noches de **domingo a sábado***



entre la montaña y el mar

*Desde las praderas y los manzanos a las
mareas de la costa cantábrica...*

**En el entorno del Parque Nacional de
PICOS de EUROPA:**

descenso en **CANOA** por el tradicional tramo del río **SELLA**,
descenso de **CAÑONES** por una de las gargantas del río
Ponga;
excursión a **CABALLO** por aldeas del entorno de
COVADONGA;
travesía de montaña desde los **LAGOS**,
por **VEGARREDONDA** hasta el mirador de Ordiales;
ESPELEOTURISMO o travesía por el interior de una **CUEVA**
horizontal
con un río subterráneo, equipados con cascos y **LÁMPARAS**;
desde un puerto pesquero, excursión en **LANCHA** al atardecer
para realizar una experiencia de **PESCA** con caña;
noche en las cuevas del queso en **CABRALES**, con llagares,
pumaradas, **SIDRA** y **ESPICHA** en una aldea de montaña.

INCLUYE:

Actividades:

- **Descenso** del río Sella en **kayak** y en **canoas** estables desde Arriondas hasta Llovio; se explicará y practicarán, previamente, las **técnicas** básicas de **remo** por un tramo ancho y abierto sin grandes dificultades; se superarán distintos “rabiones” -o tramos donde el agua empuja con más fuerza-, que se alternarán con “mansas” donde se puede observar el entorno con tranquilidad. Se podrá realizar aunque se carezca de experiencia, auxiliado el grupo en todo momento por los guías especialistas de piraguas; se descansará a mitad del recorrido con un refrigerio de bocadillos y dulces, que se llevarán en las propias embarcaciones en bidones estancos; *trayecto de catorce kms.; duración: cuatro/cinco horas netas.*
- **Descenso de Cañones** en el barranco de Caranga, afluente del Ponga. Existen cinco raperes, siendo el mayor de once metros. Se progresará por un desnivel de casi cuatrocientos metros, de grieta abierta, constituido por cuarcitas, superando toboganes y badinas. Muy divertido. *Nivel: iniciación/medio; duración: dos horas y media.*
- Excursión a **caballo** desde la aldea Soto de Cangas, en el cruce de Covadonga, por caminos de montaña entre prados y bosques de robles y castaños. Se alcanzarán otras dos pequeñas aldeas -Isongo y Corao- en las que se tomará un culín de sidra. El regreso será por la ribera del río Güeña; *duración: dos horas.*
- **Senderismo** por uno de los valles de Picos. Más arriba del lago Enol y del mirador del Rey, se partirá desde el aparcamiento de Pandecarmen. Pasando una majada, por Vega de Piedra, y las cabañas de Rondiella, se alcanzará el collado Gamonal y el refugio de Vegarredonda. Tras el descanso se subirá por el canal de Cüeña Cerrada y el collado de Sierra Pelada hasta llegar al mirador de Ordiales; *duración neta: tres horas y media (ida y vuelta al refugio) seis horas (ida y vuelta al mirador).*
- **Espeleoturismo** o travesía subterránea por el interior de la cueva de La Huelga, junto a Cangas de Onís, cuya entrada es una gran visera rocosa, donde en el paleolítico, grupos de cazadores de ciervos vivían en los meses de verano; lo avala los restos de puntas de asta de cérvidos encontradas, así como colgantes elaborados con dientes y huesos. Las aguas del arroyo La Brava originaron un complejo sistema kárstico de galerías que hace necesario recorrerlas con especialistas; por el interior existe un curso de aguas. El desarrollo se realiza en un mismo con un leve descenso hacia el interior; se encontrarán todos los elementos típicos de estas formaciones calizas: gours, coladas, columnas, estalactitas, estalagmitas... Para pasar de una sala a otra se utilizarán gateras, pero que en esta ocasión son cómodas de superar. El itinerario es circular hasta la salida, y se recorrerán unos cuatrocientos metros aprox. Se facilitarán un mono y el casco con iluminación; se precisa calzado tipo deportivas; *duración: hora y media.*
- Itinerario **agroturístico** desde la aldea de Asiegu de Cabrales. Recorrido de un kilómetro y medio aproximadamente con interpretación de usos tradicionales: visita a

una quesería artesanal con explicación del proceso de elaboración; recorrido por la aldea o quintana, hábitat tradicional; la era o tierra de labor; el monte comunal; la cueva del queso; la pumarada, en un paisaje de manzanos; y el llagar en donde se elabora la sidra. Se finalizará con una **espicha** (cena-degustación, mientras se “espicha” de la propia cosecha de la finca, el tonel: tabla de quesos, Mayau de Cabrales, huevos duros, tortas de maíz, chorizos, picadillo, tortillas, miel...

- Excursión en **lancha** a motor desde el puerto pesquero de Lastres, y realización de una experiencia de **pesca**. Se navegará en función de las condiciones del mar hasta Carabias, observando la línea de costa con varias playas y acantilados. En la zona de la playa de Espasa, se iniciará la actividad de pesca “de fondo” con caña, dejando caer el cebo o señuelo sobre el propio fondo del mar; con esta modalidad se podrá pescar el sargo (parecido a la dorada, plateado con rayas negras), la julia o doncella (un pez pequeño) o la cabrilla; durante la travesía, en grupos de dos personas, se podrá pescar en la modalidad de “currican”, echando la caña por la popa, arrastrando el cebo, pudiendo conseguir alguna lubina o caballa; se incluyen los aparejos y los cebos. Es una embarcación a motor de fibra, abierta, de unos diez metros de eslora y tres metros y medio de manga, con capacidad máxima de doce personas más patrón; *duración: dos horas*.

Alojamiento:

En **Hotel (**)** en Cangas de Onís. **Pensión completa** desde la **cena del domingo** a la **comida del sábado**. Total: **seis noches** de alojamiento y **seis pensiones completas**.

Temporada Baja (meses julio y septiembre)

- Con transporte por medios propios(*), en habitación doble **seis noches 519€**
- *Suplemento* habitación individual (*por noche*) **24 €**

Temporada Alta (mes agosto, desde el 2 al 29)

- Con transporte por medios propios(*), en habitación doble **seis noches 632 €**
- *Suplemento* habitación individual (*por noche*) **29 €**

Hora y lugar de reunión: 21:00 h. del domingo, durante la **cena** en el hotel.

* **Nota:** el traslado desde el hotel al punto de salida de las actividades es igualmente por medio propios.

Equipaje: calzado imprescindible de trekking, chubasquero, ropa de abrigo, bañador y pantalón corto; camiseta/sudadera, zapatilla usadas para el barranco y la cueva, pantalón sin costuras recias para el caballo.

Itinerario: Desde Madrid: N-IV hasta Benavente, desvío a León y a la altura de Onzonilla tomar la autovía A 66 con dirección a Oviedo; en Mieres se sigue por la autovía AS 1 hasta la A 64 que lleva a Villaviciosa y Llovio; de aquí, desvío a Arriondas y Cangas de Onís.