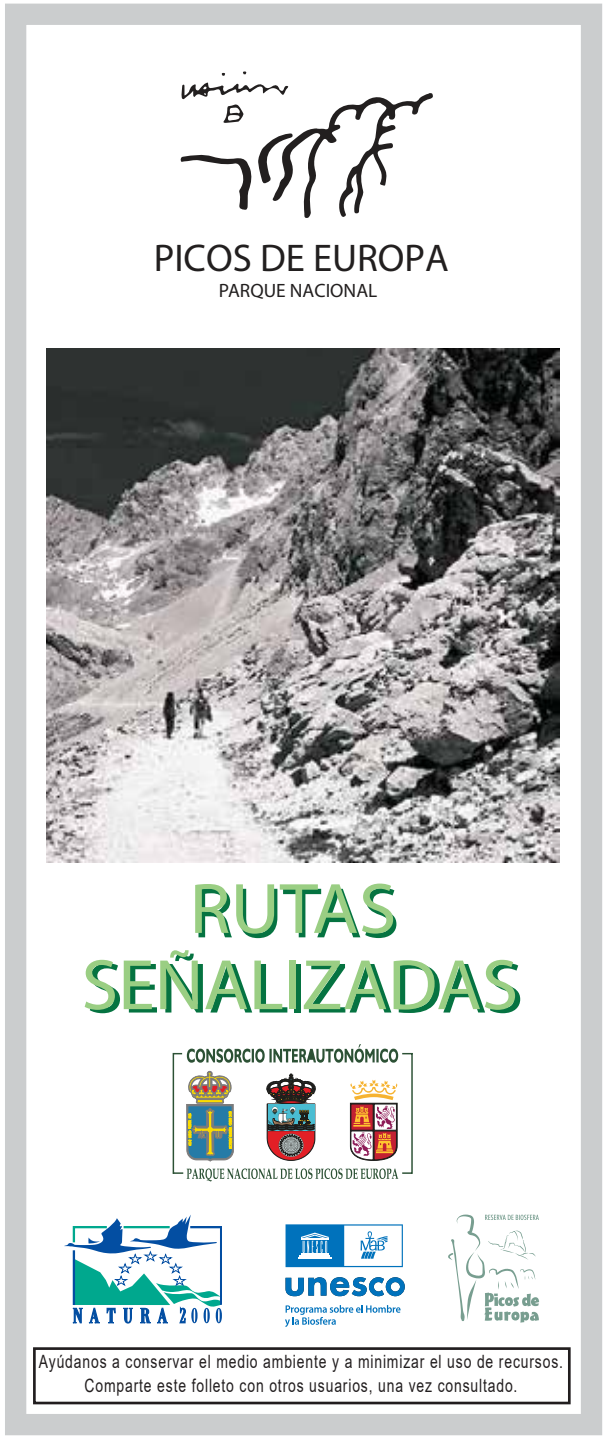




PR-PNPE. 25: Vega de Liordes

Recorrido: Fuente Dé, Majada de Pedabejo, Canal de Pedabejo, Vega de Liordes, Collado de Liordes, Fuente Dé. / *Distancia:* 11 Km. / *Tiempo:* 5 1/2 h / *Desnivel:* 970 m. / *Dificultad:* alta.

PR-PNPE. 26: Hayedo de las Ilces

Recorrido: Espinama, Pido, El Matu, Las Ilces, Espinama. / *Distancia:* 10,2 Km. / *Tiempo:* 4 1/2 h / *Desnivel:* 300 m. / *Dificultad:* baja. *Existe una variante señalizada para volver a Espinama acortando el recorrido.*

PR-PNPE. 27: Brez - Canal de las Arredondas

Recorrido: Brez, Fuentesperi, La Mayor, Castro de las Cerras, Brez. / *Distancia:* 5,4 Km. / *Tiempo:* 2 h / *Desnivel:* 220 m. / *Dificultad:* baja.

PR-PNPE. 28: Macizo de Ándara

Recorrido: Bejes, Hornos de Dobrillo, Vao de Los Lobos, Casetón de Ándara, Hoyo del Tejo, Hayedo de Valdediezma, Monte La Llama, Vao de Los Lobos, Hornos de Dobrillo, Bejes. / *Distancia:* 25 Km. / *Tiempo:* 7 1/2 h / *Desnivel:* 1.110 m. / *Dificultad:* media-alta.

PR-PNPE. 30: Urdón - Tresviso

Recorrido: Urdón, Entrambospuentes, La Bargona, Balcón de Pilatos, Invernales de Prias, Tresviso, Urdón. / *Distancia:* 13,6 Km. / *Tiempo:* 5 h / *Desnivel:* 830 m. / *Dificultad:* alta.

PR-PNPE. 31: Camarmeña

Recorrido: Poncebos (entrada, puerta embalse), Camarmeña, Mirador de Camarmeña, Poncebos. / *Distancia:* 2 Km. / *Tiempo:* 1 1/2 h / *Desnivel:* 200 m. / *Dificultad:* baja.

PR-PNPE. 33: Panderruedas - Oseja de Sajambre

Recorrido: Puerto de Panderruedas, Majada El Prendao, Majada Las Porqueras, Entramboscaminos, Mirador de Verrunde, Oseja de Sajambre. / *Distancia:* 6,4 Km. / *Tiempo:* 2 h / *Desnivel:* 708 m. / *Dificultad:* baja.

PR-PNPE. 34: Oceño - San Esteban de Cuñaba

Recorrido: Oceño, Jaces, Carraspión, Collada Galabín, Majada Sombejo, San Esteban. / *Distancia:* 11,2 Km. / *Tiempo:* 4 h 55 min / *Desnivel acumulado:* 990 m. de ascenso y 1.221 m. de descenso / *Dificultad:* media-alta.

PR-PNPE. 34: Oceño - Tresviso

Recorrido: Oceño, Jaces, Carraspión, Montedejes, cabañas de Tajadura, Carretera de Tresviso, Tresviso. / *Distancia:* 13,2 Km. / *Tiempo:* 5 h 35 min / *Desnivel acumulado:* 1.056 m. de ascenso y 622 m. de descenso / *Dificultad:* media-alta.

PR-PNPE. 35: La Farfada

Recorrido: Mirador del Tombo, Monte Corona, Río de la Farfada. / *Distancia:* 3,2 Km. (solo ida); 6,4 Km. (ida y vuelta). / *Tiempo:* 1 h 15 min (solo ida); 2 h 30 min (ida y vuelta) / *Desnivel:* 140 m. / *Dificultad:* baja.

RUTAS DE SENDERISMO

PR-PNPE.1: Ruta de Frassinelli

Recorrido: Aparcamiento Buferrera, Vega de Comeya, Cañavalles, Tarañodios, Uporquera, El Pandal, Abamia, Corao. / *Distancia:* 15,1 Km. / *Tiempo:* 3 1/2 h / *Desnivel:* 970 m. / *Dificultad:* media

PR-PNPE. 2: Ruta de Los Lagos

Recorrido: Aparcamiento Buferrera, Centro de Visitantes Pedro Pidal, Mirador del Príncipe, Mina de Buferrera, Lago Ercina, Bricial, Hayedo de Palomberu, Vega de Enol, Lago Enol, aparc. Buferrera / *Distancia:* 5 Km. / *Tiempo:* 2 1/2 h / *Desnivel:* 50 m. / *Dificultad:* baja

PR-PNPE. 3: Ruta del Cares

Recorrido: Posada de Valdeón, Mirador del Tombo, Monte Corona, Caín, Puente Bolín, Culiembro, Los Collaos, Poncebos / *Distancia:* 21 Km. / *Tiempo:* 5 1/2 h (3h tramo Caín-Poncebos) / *Desnivel:* 739 m. / *Dificultad:* media

PR-PNPE. 4: Vega de Ario

Recorrido: Aparcamiento Buferrera, Lago Ercina, Las Bobias, El Llagüellu, El jito, Vega de Ario y Refugio de Ario / *Distancia:* 7,6 Km. / *Tiempo:* 3 1/2 h subida, 2 3/4 h bajada / *Desnivel:* 610 m. / *Dificultad:* media - alta

PR-PNPE. 5: Vegarredonda - Ordiales

Recorrido: Aparcamiento Buferrera, Lago Enol, Pandecarmen, Vega la Piedra, LaRondiella, Collado la Gamonal, Refugio de Vegarredonda, El Forcao, Mirador de Ordiales / *Distancia:* 10,2 Km. / *Tiempo:* 3 3/4 h subida, 3 h bajada / *Desnivel:* 641 m. / *Dificultad:* media - alta

PR-PNPE. 6: Orandi

Recorrido: Moferos (km. 2,8 carretera de los lagos), Bastañar, Les Llaceries, Collado Jou los Cestos, Las Mestas, Vega de Orandi, La Matona, Covadonga / *Distancia:* 4,3 Km. / *Tiempo:* 2 1/2 h / *Desnivel:* 430 m. / *Dificultad:* media

PR-PNPE. 7: La Jocica - Carombo

Recorrido: Collado Angón, El Restañó, Fuente Prieta, Presa de la Jocica, Carombo, Barcinera, El Olla, Portillera de Beza. Enlaces con acceso a Vegabaño por Barcinera y Senda del Arcediano en Portilla de Beza / *Distancia:* 17,5 Km. / *Tiempo:* 6 h / *Desnivel:* 550 m. / *Dificultad:* media

PR-PNPE. 8: Demués - Los Lagos

Recorrido: Demués, Collado Lincós, Cantón de Soñín, Belbín, Aparcamiento de Buferrera / *Distancia:* 10,1 Km. / *Tiempo:* 3 1/2 h subida, 2 3/4 h bajada / *Desnivel:* 700 m. Subida / *Dificultad:* media

PR-PNPE. 9: Soto - Vegabaño

Recorrido: Soto de Sajambre, Riega de Miraño, Mda. y Refugio de Vegabaño, Mirador de los Porros, Soto de Sajambre / *Distancia:* 9,8 Km. / *Tiempo:* 3 h / *Desnivel:* 391 m. / *Dificultad:* baja

PR-PNPE. 10: Pueblos de Sajambre

Recorrido: Oseja de Sajambre, La Corona, Soto de Sajambre, Mirador de Vistalegre, Ribota de Arriba, Ribota de Abajo, La Cruz, vierdes, Pío, Vierdes, La Cruz, Oseja / *Distancia:* 113,8 Km. / *Tiempo:* 4 1/2 h / *Desnivel:* 600 m. / *Dificultad:* baja

PR-PNPE. 36: Pica Ten

Recorrido: Aparcamiento, Hayedo, Merendero, Mirador de la Pica Ten. / *Distancia:* 1 Km. / *Tiempo:* 55 min / *Desnivel:* 140 m. / *Dificultad:* media-alta.

PR-PNPE. 37: Sierramor

Recorrido: Sotres, Cabeza Sonllanu, Invernales de La Caballar, Majada del Medio, Mirador de la Varera, Sotres. / *Distancia:* 6,7 Km. / *Tiempo:* 2 3/4 h / *Desnivel:* 350 m. / *Dificultad:* baja.

GR 201: Senda del Arcediano (Recorrido completo)

Recorrido: Puerto del Pontón, Mediomonte (carretera Pontón), Los Trabanzos, Puente del Bao, Verrunde, Entramboscaminos, Oseja de Sajambre, La Corona, Soto de Sajambre, Valdelosciegos, Los Collaos, Portillera de Beza, Majada de Toneyo, Majada de Saugu, Fuente Gelmeda, Collado de Angón, Amieva. / *Distancia:* 27,5 Km. / *Tiempo:* 9 1/2 h / *Desnivel:* 900 m. / *Dificultad:* media-alta.

GR 202: Ruta de la Reconquista (Recorrido completo)

Recorrido: Covadonga, Monte Auseva, Las Mestas, Severín, Fana, Teón, Comella, Vega de las Mantegas, Belbín, Arnaedo, Vega Maor, Ostón, Culiembro, Poncebos, Bulnes, Pandébano, Invernales del Texu, Puertos de Áliva, Espinama, Pido, Cosgaya. / *Distancia:* 58,6 Km. / *Tiempo:* 20 1/2 h / *Desnivel:* 1.050 m. / *Dificultad:* alta.

RUTAS DE ALTA MONTAÑA

Para la realización de estos recorridos se requiere, especial preparación física y equipo adecuado para la alta montaña, tanto por el elevado desnivel que hay que salvar; como por tratarse de rutas largas, expuestas y con pasos peligrosos.

PR-PNPE 16: Collado Jermoso (Desnivel muy elevado)

Recorrido: Cordiñanes, Hayedo y Vega de Asotín, Cdo. Solano, Traviesas de Congosto, Refugio Collado Jermoso. / *Distancia:* 4,2 Km. / *Tiempo:* 4 h / *Desnivel:* 1.214 m. / *Dificultad:* alta.

PR-PNPE 18: Jou de los Cabrones (Desnivel muy elevado)

Recorrido: Puente Colines, Bulnes (barrio de arriba), Canal de Amuesa, Majada de Amuesa, Cuesta del Trave, Jou de los Cabrones, Refugio J.R. Lueje. / *Distancia:* 5,5 Km. / *Tiempo:* 5 h / *Desnivel:* 1.430 m. / *Dificultad:* alta.

PR-PNPE 19: Canal de Camburero (Desnivel muy elevado y pasos peligrosos)

Recorrido: Bulnes (La Villa), Canal de Balcosín, Majada de Camburero, Refugio de Urriellu (Delgado Úbeda). / *Distancia:* 4,3 Km. / *Tiempo:* 4 1/2 h / *Desnivel:* 1.300 m. / *Dificultad:* alta.

PR-PNPE 32: Pandetrave - Collado Jermoso (Pasos expuestos)

Recorrido: Puerto de Pandetrave, Horcada de Valcabao, Caben de Remoña, Canal de Pedabejo, Sedo de la Padierna, Las Colladinas, Cdo. Jermoso. / *Distancia:* 11,9 Km. / *Tiempo:* 6 1/2 h / *Desnivel:* 800 m. / *Dificultad:* alta.

PR-PNPE. 11: Panderruedas - Posada de Valdeón

Recorrido: Puerto de Panderruedas, Cruce de Porciles, río Cable, Posada de Valdeón / *Distancia:* 13,5 Km. / *Tiempo:* 4 h sentido descendente / *Desnivel:* 511 m. / *Dificultad:* baja

PR-PNPE. 12: Vega de Llos

Recorrido: Posada de Valdeón, Soto, Caldevilla, Majada de Argoya, Collado Bustiello, Vega de Llos, Collado Bustiello, Soto, Posada de Valdeón / *Distancia:* 12 Km. circuito completo / *Tiempo:* 5 h / *Desnivel:* 596 m. / *Dificultad:* media

PR-PNPE. 13: Cueva de Santibañas

Recorrido: Caín, Caín de Arriba, Las Fuentes, Hayedo La Tejera, Calabredo, Cueva Santibañas, Calabredo, Cdo. del Hoyo, Caín / *Distancia:* 4,3 Km. / *Tiempo:* 2 1/2 h / *Desnivel:* 500 m. / *Dificultad:* baja

PR-PNPE. 14: Montó (Valle de Prada)

Recorrido: Prada, Loma del Jito, Majada de Brez, Majada de Montó, Prada / *Distancia:* 11,6 Km. / *Tiempo:* 4 1/2 h / *Desnivel:* 610 m. / *Dificultad:* media. *Existe una variante señalizada desde Santa Marina de Valdeón con enlace al camino de Prada a Montó.*

PR-PNPE. 15: Senda del Mercadillo

Recorrido: Prada, Corijales, Cdo. Peranieva, Caben de Remoña, Majada de Pedabejo, Pista de Fuente Dé a Pandetrave, Fuente Dé / *Distancia:* 15 Km. / *Tiempo:* 5 1/2 h / *Desnivel:* 832 m. / *Dificultad:* media-alta. *Existe una variante señalizada desde Santa Marina de Valdeón con enlace en el Caben de Remoña.*

PR-PNPE. 17: Entorno de Tresviso

Recorrido: Tresviso, Javas, Prau Lleu, Toju, Tresviso / *Distancia:* 2,9 Km. / *Tiempo:* 1 1/2 h / *Desnivel:* 330 m. / *Dificultad:* baja.

PR-PNPE. 20: Monte Camba (Tielve - Sotres)

Recorrido: Tielve, Majada de Valfrío, Majada de Tobaos, La Caballar, Sotres, Tielve (por camino viejo) / *Distancia:* 14,1 Km. / *Tiempo:* 5 h / *Desnivel:* 530 m. / *Dificultad:* media.

PR-PNPE. 21: Vega Urriellu

Recorrido: Invernales del Texu, Canero, Collado Pandébano, Majada de la Terenosa, Collado Vallejo, Refugio y Vega de Urriellu / *Distancia:* 8,6 Km. / *Tiempo:* 4 h 1/2 h / *Desnivel:* 1.070 m. / *Dificultad:* alta.

PR-PNPE. 22: Peña Oviedo (El Cable - Mogrovejo)

Recorrido: Fuente de los Asturianos (Áliva), Peña Oviedo, Mogrovejo / *Distancia:* 10 Km. / *Tiempo:* 3 h / *Desnivel:* 700 m. / *Dificultad:* baja.

PR-PNPE. 23: Horcados Rojos

Recorrido: El Cable, Horcadina de Covarrobres, La Vueltona, Collado Horcados Rojos, El Cable. / *Distancia:* 10 Km. / *Tiempo:* 4 1/2 h / *Desnivel:* 510 m. / *Dificultad:* media-alta.

PR-PNPE. 24: Puertos de Áliva

Recorrido: El Cable, Horcadina de Covarrobres, Refugio de Áliva, Fuente de los Asturianos, Las Portillas, Busecu, Fuente Dé. / *Distancia:* 13,3 Km. / *Tiempo:* 5 h / *Desnivel:* 855 m. / *Dificultad:* media.

PRECAUCIONES

EN LAS EXCURSIONES DE MONTAÑA

- Lleva siempre una prenda de abrigo y calzado adecuado. El frío puede sorprendernos en cualquier momento, al igual que la lluvia.

- Sé consciente de tus propias fuerzas. Si dudas de tu capacidad física no intentes una excursión que requiera gran esfuerzo.

- El agua para mitigar la sed es escasa. Por otra parte se trata de agua no tratada. Es conveniente llevar una provisión adecuada al tipo de marcha.

- La niebla es el peor enemigo en la montaña y en los Picos de Europa son frecuentes las nieblas repentinas y muy espesas. Aunque creas conocer el terreno en el que te mueves, lo mejor es permanecer a la espera de que levante, buscando un mínimo refugio o abrigo.

- Las fuerzas siempre se debilitan con el esfuerzo y más en esta complicada orografía. Llevar un tentempié es siempre recomendable.

- Si te pierdes, busca un abrigo próximo y espera a que te rescaten.

- Si tienes intención de adentrarte solo en la peña, deja aviso en los refugios, en el salpicadero de tu coche y/o a tu familia del itinerario y tiempo previsto de la excursión.

- En el Parque la cobertura de teléfono móvil es limitada, por lo que no se puede confiar plenamente en el mismo para pasar un aviso de emergencia desde cualquier lugar. No obstante, siempre es adecuado llevarlo. Ante cualquier emergencia comunica con el 112.

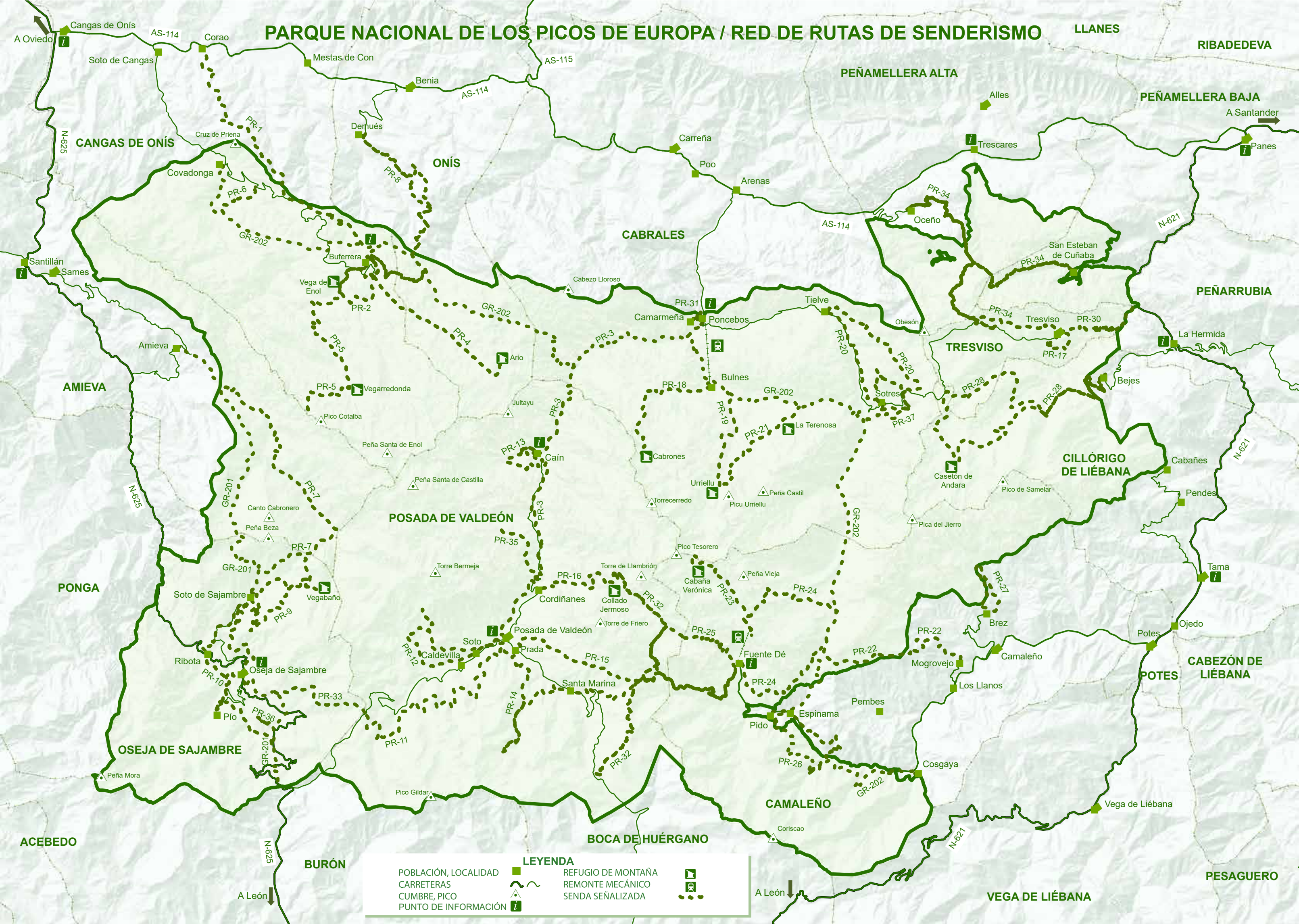
ESTAS PRECAUCIONES PUEDEN SALVARLE LA VIDA EN ESTE TERRITORIO QUE, A VECES, SE VUELVE PELIGROSO.

más información

ASTURIAS
Casa Dago - Cangas de Onís
☎ 985 848 614
CASTILLA Y LEÓN
Oficinas del Parque en Posada de Valdeón
☎ 987 740 549
CANTABRIA
Centro de Visitantes de Sotama - Tama (Cillórgo de Liébana)
☎ 942 738 109

☎ EMERGENCIAS 112

PARQUE NACIONAL DE LOS PICOS DE EUROPA / RED DE RUTAS DE SENDERISMO



LEYENDA

POBLACIÓN, LOCALIDAD

CARRETERAS

CUMBRE, PICO

PUNTO DE INFORMACIÓN

REFUGIO DE MONTAÑA

REMONTE MECÁNICO

SENDA SEÑALIZADA

A topographic map of the Picos de Europa National Park, showing a network of hiking routes (PR and GR) across various municipalities. The map includes labels for surrounding areas like Cangas de Onís, Onís, Cabrales, Posada de Valdeón, and others. It also shows major roads (AS-114, N-625) and directions to Oviedo, León, and Santander. A legend at the bottom explains the symbols used for population, roads, peaks, and hiking routes.