



Asociación Lorca - Santiago

ASTURIAS

DEL 15 AL 21 DE JULIO

CICLISMO POR NATURALEZA

Nos desplazaremos a **Oviedo**, está en el corazón de **Asturias**, en pleno centro, y su capital es la del **Principado**. Es el segundo municipio más poblado de Asturias, famosa por su rica historia, cultura vibrante y monumentos emblemáticos, con su mezcla de arquitectura medieval, arte prerrománico y espacios verdes. Desde la imponente Catedral de San Salvador hasta la animada Calle Gascona, conocida como el Bulevar de la Sidra, cada rincón de esta ciudad tiene una historia que contar y un encanto especial



Estaremos alojados en **Siero**, a 8 km de **Oviedo**, en **Hotel de 3 estrellas**, en habitaciones dobles y en régimen de alojamiento y desayuno.

El Viaje y los desplazamientos se realizarán en furgonetas de 9 plazas con remolque para transportar las bicicletas





Asociación Lorca - Santiago

Jueves día 16; Camino Primitivo a Santiago, 2 etapas hasta Grado

Ruta Circular de 70 km y 1.000 m de desnivel acumulado. la ida siguiendo el Camino Primitivo hasta Grado y Volviendo por Truvia. **El Camino Primitivo** es una opción maravillosa para descubrir las verdaderas raíces de la peregrinación. El recorrido atraviesa zonas montañosas poco pobladas, con paisajes de imponente belleza natural y sin apenas tramos por asfalto, lo que contribuye a su esplendor paisajístico. A demás los recursos históricos y patrimoniales son de gran abundancia. **El Camino Primitivo** está considerado la primera ruta jacobea conocida. Fue el rey asturiano **Alfonso II el Casto** el que inició esta peregrinación desde **Oviedo** para venerar los recién descubiertos restos del **Apóstol Santiago**. En estas etapas emularemos los primeros pasos de este monarca y los de aquellos que se desplazaban desde **León** para iniciar aquí su **Camino de Santiago**.



Tarde noche; Visita Casco Histórico de Oviedo

Oviedo enamora por su coqueto centro histórico peatonal, repleto de palacios y casas burguesas, sus más de cien esculturas situadas en puntos clave, sus mágicas iglesias del prerrománico y el carácter acogedor de su gente, entre otras muchas cosas. Degustaremos su deliciosa y contundente gastronomía con platos como el cachopo, la fabada asturiana, el pastel de cabracho y de postre, los típicos carbayones o las moscovitas, todo acompañado de tragos de culines de sidra bien escanciados, disfrutando del buen ambiente que se forma al atardecer en las terrazas de las tradicionales sidrerías y bares.





Asociación Lorca - Santiago

Viernes día 17; Gijón – Cabo Peñas – Avilés – Siguiendo los Faros

Ruta Circulas de 76 km y 1.100 m de desnivel. Cabo de Peñas. El maravilloso entorno natural en el que se ubica, rodeado de pequeñas y tranquilas villas y con los Picos de Europa a sus espaldas, hacen de este lugar una visita obligada donde admirar la bravura del vertiginoso Cantábrico. n importante enclave natural que está protegido desde 1995, cuando entró a formar parte de la **Red Regional de Espacios Naturales Protegidos de Asturias**. Posteriormente, en 2014, entró en la lista de Lugares de Importancia Comunitaria (LIC) y la Red Natura 2000. El Cabo de Peñas se ubica en el concejo de Gozón, cuya capital es la villa de **Luanco**, una histórica población pesquera de las más bonitas de Asturias, con un encantador y bien conservado centro histórico. Junto con el entorno del cabo constituye una importante parada para visitar en el Cabo de Peñas, cuenta con varias playas: **Xagó, Verdicio, La Cabaña, Carnera, Vido, Llumeres, Bañugues y Moniello**, que se sitúan a ambos lados del cabo.



Tarde noche visitando Avilés y Gijón

Avilés, es una ciudad comercial, de origen medieval y de gran tradición marinera, posee un casco histórico jalonado de palacios, jardines, fuentes, iglesias, casas porticadas, etc. que le confieren una atmósfera única. La dimensión y proporciones de su ría, y su paso por el mismo corazón de la ciudad, hacen de **Avilés** la única ciudad de **Asturias** con un potente caudal fluvial a los pies de su casco histórico, uno de los mejor conservados de todo el norte español. El **Casco antiguo**: declarado **Conjunto Histórico-Artístico** en 1955, supone uno de los centros urbanos más bonitos de todo el Principado

Gijón, A orillas del mar Cantábrico, Gijón nos muestra una atractiva combinación de sabor marinero, patrimonio monumental y un urbanismo moderno al borde de la playa. Es la capital de la Costa Verde y en ella convive el desarrollo urbano con un privilegiado entorno natural. En el casco antiguo de Cimadevilla se puede contrastar otra de las facetas históricas de esta gran villa: la marinera, en un barrio en el que la arquitectura mira al mar y en el que Eduardo Chillida emplazó su **Elogio del Horizonte**. Una inmensa escultura que actualmente hace las veces de símbolo de la ciudad y que se levanta en el Cerro de Santa Catalina, un promontorio en el que también se inicia la historia local con asentamientos antiquísimos.





Asociación Lorca - Santiago

Sábado día 18 Ascensión al Angliru

Ruta Circular de 50 Km y 1.600 m de desnivel acumulado. Se trata de una ruta circular de dificultad media-alta, a la que se le ha añadido una extensión: el ascenso al **Angliru**, un tramo muy exigente en cuanto a condición física. Discurre principalmente por carreteras comarcales y locales muy tranquilas, alternando prados con zonas boscosas, lo que la hace muy agradable para caminar. La subida al Angliru se realiza por una carretera de montaña en perfecto estado.

La ruta comienza en **Les Caldes**, los primeros 5 km con rampas entre el 5% y el 9% no son muy difíciles. En este primer tramo hay varios desvíos a pequeños pueblos y algunas señales que indican la pendiente máxima, **Telero** (9%). Luego viene el tramo más fácil donde la pendiente es mínima, una señal que nos lleva a **Viapará**, un área recreativa donde podemos hacer una pausa.

Luego viene la parte difícil, los últimos 6 km hasta la cima con una pendiente media de más del 13%. La señal en **Les Cabres** indica que has llegado a esta sección de 400 m en forma de chicane con una pendiente máxima del 22%. Después de este punto, hay una dura subida de 3 km antes de llegar al punto culminante en **La Cueña les Cabres**, la parte más dura, un tramo de 1 km, con una pendiente máxima del 23,5% y una pendiente media del 17,3%. Y aún quedan dos rampas, **el Aviru** (21,5%) y **Piedrusines** (20%), de máxima exigencia, antes de afrontar los últimos 500 m que se pueden disfrutar como descanso, llanos y disfrutando del paisaje.

En el descenso la ruta discurre por el **valle del río Llamo** hasta que se cruza con el **valle del río Caudal**. Desde allí, seguimos el sendero hasta llegar a la vía verde que lleva a **Caces** y, desde allí, a **Les Caldes**, finalizando la ruta en el mismo punto de partida.

Hay quién dice que el **Angliru** es el puerto más duro del mundo, que se ha posicionado como uno de los ascensos más complejos de todos los que se incluyen en las pruebas internacionales. Se trata de un puerto de extrema dureza. Con una pendiente media que supera el 10%, el puerto se vuelve especialmente difícil en la última subida, **Cueña Les Cabres**, con pendientes que llegan al 23%. Tanto es así, que el asfalto de este último tramo recibe al ciclista con una pintada que reza «**Bienvenidos al infierno**». Sus curvas se convierten en una auténtica pared vertical. Eso sí, el esfuerzo titánico merece la pena al llegar a la cima y contemplar el increíble paisaje asturiano. Sin duda, una estampa que no se borrará fácilmente de tu memoria.



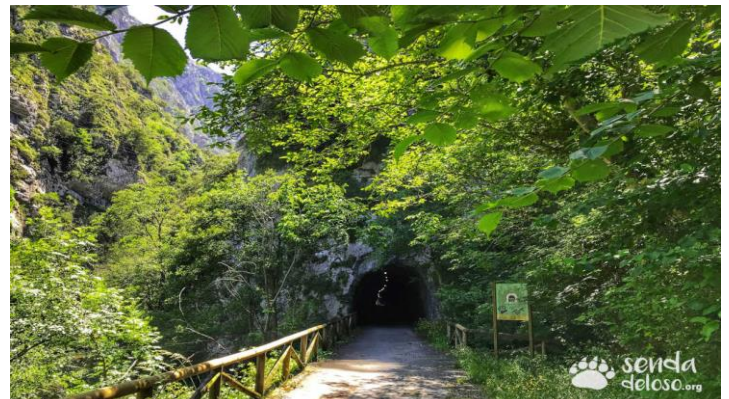


Asociación Lorca - Santiago

Domingo día 19; Desfiladero de las Xanas – Senda del Oso

Ruta Circular de 60 Km y 950 m de desnivel positivo. El desfiladero de **las Xanas** es considerado como el «**mini Cares**». Una ruta de bastante menor recorrido que la senda reina del paisaje asturiano pero que iguala sus proporciones en belleza y espectacularidad, alejado de la masificación del primero, con una variedad de ecosistemas más rico y también más apto para todas las edades; sin importar demasiado la condición física del excursionista. Cruzaremos lentamente el desfiladero, atravesando zonas abruptas de un sendero que en algunos puntos está trazado a más de 80 metros sobre el **río Viescas o de las Xanas**. En el trayecto, dominado por un **perfil rocoso y encañonado**, nos toparemos túneles, puentes y manantiales naturales. La segunda parte de nuestra excursión será a través de un bosque de gran frondosidad. La senda tallada en la roca fue construida en los años cincuenta con la intención de comunicar pueblos pertenecientes a tres municipios: **Santo Adriano, Quirós y Proaza**; pero las obras no llegaron nunca a finalizarse, quedando hasta la fecha como un camino que viene a las mil maravillas para los intereses del senderista. El nombre del desfiladero hace honor a la mitología. **La Xana es el hada asturiana por excelencia**. Vive desde siempre en las cuevas de los ríos y en las fuentes.

La **Senda del Oso** es una de las rutas más icónicas de **Asturias**, ideal para recorrer en bicicleta. Sus aproximadamente 22 kilómetros conectan paisajes únicos, atraviesa antiguos túneles ferroviarios, ríos cristalinos y pintorescos pueblos como **Proaza y Entrago**. Este trayecto ofrece una experiencia inolvidable, combinando historia y biodiversidad. Situada en el corazón de Asturias, conecta los concejos de **Proaza, Teverga y Quirós**, atravesando desfiladeros y frondosos bosques. La **Senda del Oso** debe su nombre a los osos pardos que habitan esta región. Además, su trazado sigue el antiguo recorrido del tren minero, que transportaba carbón desde las montañas asturianas hasta el centro. Hoy en día, el camino es un ejemplo de sostenibilidad, conservando la esencia de su pasado industrial mientras promueve el turismo activo.



Tarde noche; Visita Casco Histórico de Oviedo

El Campo de San Francisco, un pulmón verde histórico diseñado para relajarse. La historia del Campo de San Francisco es muy curiosa y se remonta a muchos siglos atrás. Lo que hoy es uno de los parques más clásicos y conocidos de España, tuvo su origen en un monasterio franciscano, siendo el campo el huerto del convento. Poco a poco se convirtió en un lugar de ocio y descanso para los habitantes de la ciudad, consolidándose como tal con la finalización del trazado de la Calle Uría, a cuya historia y evolución está íntimamente ligado.

Calle Gascona; Conocida como el Bulevar de la Sidra, la Calle Gascona es el lugar perfecto para degustar la famosa sidra asturiana. Aquí encontrarás numerosas sidrerías donde podrás disfrutar de esta bebida típica acompañada de platos tradicionales asturianos. La experiencia de ver cómo se escancia la sidra es algo único



Asociación Lorca - Santiago

Lunes día 20; Sierra del Fito – Mar y Montaña

Ruta Circular de 35 km y 1.000 m de desnivel positivo. Salir de la *playa de la Espasa* subir hasta el *mirador del Fito* y bajar hasta *Berbes*, un recorrido donde tiene una primera parte de todo para arriba le sigue una segunda parte de todo para abajo y como final un sector de rasa costera más plano. **El mirador del Fito** es un lugar de peregrinaje y de visita obligada para el turismo en *Asturias* y subir hasta el *Pico Piensu*. Salimos de la *playa de la Espasa* acercándonos hasta la localidad de *Prado* por pequeñas carreteras locales y desde esta localidad comenzamos a ganar altura por pista anchas y de buen piso en un terreno todo ciclable que nos deja en la carretera que sube al *alto del Fito*. Menos de 3 km. de asfalto nos dejarán en el alto *del mirador del Fito* donde es de visita obligada acercarse hasta su icónico mirador. Desde el alto ya por sendero nos acercamos hasta la *majada de Bustaco* siguiendo las trazas de la senda que se utiliza para subir al *Pico Piensu* PR AS 71. Nos encontramos con un sendero exigente que alterna zonas ciclables con zonas de a pie pero que solo las panorámicas compensa de sobra el esfuerzo que exige. Desde *Bustaco*, punto más alto de la ruta, ya nos queda afrontar la segunda parte de la jornada que nos llevará hasta *Berbes* faldeando la *Sierra del Fito* por una pista (estamos en el concejo de *Ribadesella*) que merece la pena ir tranquilo para disfrutar de todo su potencial. En *Berbes* cogemos el *Camino de Santiago del Norte* también llamado de la costa que nos lleva hasta la *Playa de Moris* y posteriormente siguiendo sendas muy pegadas a la costa llegar hasta el aparcamiento de la *playa de la Espasa* dando por finalizada una de las mejores rutas que se pueden hacer por los límites de los concejos de *Caravia, Parres y Ribadesella*. *Mar y montaña es su mejor esencia*.



Tarde noche; Visitando algunos de los Pueblos de la zona

Villaviciosa, a orillas de una de las rías más bellas de la costa asturiana, **Villaviciosa** se alza como una **joya medieval** enmarcada entre manzanos, historia y hospitalidad. No es solo **la capital de la sidra**, sino que también es uno de los pasos obligados para los peregrinos que recorren el **Camino del Norte** hacia Santiago.





Asociación Lorca - Santiago

Las rutas podrán cambiarse parcial o totalmente por motivos meteorológicos o cualquier otra circunstancia que afecte a la seguridad o el buen desarrollo de la actividad del grupo.

Precio:

440 € Socios y 460 € no socios. *Incluye viaje y desplazamientos en furgonetas de 9 plazas, alojamiento en Hotel Rural (en Grado), en habitaciones dobles y el desayuno de todos los días.* Las comidas serán en ruta, tipo picnic (se deberá llevar ya preparada). La cena será libre visitando Oviedo y los pueblos cercanos.

Reservas:

Socios hasta el 15 de mayo o hasta completar las plazas, a partir de esta fecha se podrán hacer reservas los no socios. Se confirma la reserva realizando el pago íntegro de la actividad en la cuenta de Cajamar **ES25 3058 0305 8927 2001 7236** indicando nombre y apellidos – Asturias en Bicicleta

Seguro:

Es obligatorio disponer de seguro federativo para realizar las rutas, el que no disponga de este seguro, se le puede tramitar con un coste de 5 € el día para senderistas. Para lo que habrá que informar de nombre, apellidos, ni, fecha de nacimiento y correo electrónico.

Horarios:

Salida:

A las 7:00 de la mañana del miércoles día 15 de julio en furgonetas de 9 plazas. Son unos 900 km unas 12 horas de viaje incluido parada para descanso y cambio de conductor.

Desayunos:

A las 8:00 en el restaurante del hostel antes de iniciar las rutas.

Inicio de las rutas:

A las 9:00 horas.

Cenas:

Libre cada uno en ciudades o pueblos de alrededor, ya que las tardes-noche se dedicarán a hacer turismo urbano por los pueblos de la zona conociendo la Oviedo y alrededores, monumentos y gastronomía de la zona.

Regreso a Lorca:

El martes día 21 a las 6:00 horas.

PLAZAS MUY LIMITADAS

Esperamos que disfrutéis de estas actividades

