

## PONTE OUTUBRO (DO 12 Ó 15): MONTAÑA E ESCALADA NA RESERVA DA BIOSFERA ALTO BERNESGA (MONTAÑA CENTRAL DE LEÓN).

*(Nota: a orde das actividades poderá cambiarse de día ou por outras en función da climatoloxía)*



### INFORMACIÓN ÚTIL

Comezo (lugar, hora...):	Pola de Gordón do 12 ó 15 de Outubro
Transporte:	Medios propios. .
Material recomendado:	Material axeitado para cada actividade: Montaña e escalada
Pernocta:	Sí: Camping Bosque de Gordón. O clube no realizará reserva colectiva, cada persoa que veña a actividade ten que chamar e reservar pola súa conta.  bosquedegordon.com tel:685486187  Na web <a href="http://altobernesgabiosfera.es">altobernesgabiosfera.es</a> tedes info sobre alternativas para a pernocta
Requisitos para participar:	Ser socio do clube e estar en posesión de licencia federativa vixente para esta actividade
Prezo (no caso de que exista algún custe)	A actividade é gratuíta.

## Descrición xeral da zona

CUATRO VALLES aglutina un extenso territorio que comprende boa parte da montaña leonesa.

Son 7 comarcas que teñen en común a súa fisiografía montañosa, chea de vals e cumios cunha natureza privilexiada.

Xa temos visitadas as comarcas de Laciana e Alto Sil e Luna; así que toca darlle una volta á comarca do Bernesga.

A Reserva da Biosfera do Alto Bernesga, declarada pola UNESCO en 2005, comprende os termos municipais de La Pola de Gordón e Villamanín, situados na Montaña Central de León, dentro da vertiente leonesa. O río Bernesga é o que da nome a esta reserva.

Dende o punto de vista xeolóxico podemos atopar importantes xacementos paleontolóxicos e nas calizas e areniscas fósiles marinos, esponxas, trilobites, corais....

A paisaxe presenta pastizais de alta montaña, bosques de carballos, faias, salgueiro, aciñeiras,...e con respecto á fauna destaca a presenza de aves, alguna de elas en perigo de extinción, como o milano real, alimoche, águia real ou falcón peregrino.

Máis info:

[www.altobernesgabiosfera.es](http://www.altobernesgabiosfera.es)

<https://www.altobernesgabiosfera.es/proyectos/centro-de-visitantes/>

<http://www.aytolapoladegordon.es/turismo-y-ocio/alojamientos/index.html>

## DIA 1

### **ASCENSIÓN PICOS FONTÚN, PEÑA MAJAÓN, PEÑA MACHAMEDIO Y PEÑA REDONDA**

#### INFORMACIÓN ÚTIL

Comezo (lugar, hora...):	Camping Pola de Gordón do 12 Outubro ás 09:15
Transporte:	Medios propios. .
Material recomendado:	Mochila para pasar o día, comida e auga suficientes. Roupa e calzado axeitados á climatoloxía
Tempos, km. e desnivel	10,52 km, 891m. de desnivel positivo e negativo cun tempo estimado con paradas de 6 horas
Pernocta:	Non.
Tipo de ruta:	Montaña circular.
Requisitos para participar:	Ser socio do clube e estar en posesión de licencia federativa

Prezo (no caso de que exista algún custe)

vixente para esta actividade

A actividade é gratuíta.

## DESCRIPCIÓN DA RUTA:

Ruta de ascenso ós cumios de Machacado ou Fontún ( 1.955m), Peña Majaón (1.957m.), Peña Machamedio ( 1.911m.) e Peña Redonda (1.894m.), sinxela con algún tramo aéreo de cresta entre os cumios de Fontún e Machamedio.

No track PRINCIPAL podedes ver un vídeo da actividade.

Para iniciar a actividade quedaremos no camping de Pola de Gordón ás 9:15 e dende alí organizaremos os coches para saír ás 9:30 cara Fontún de la Tercia, que está a 16km. (20 min ).

## INFORMACIÓN MIDE OU TRACK/WIKILOC:

### TRACK PRINCIPAL:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/pico-fontun-y-pico-machamedio-3059904#comments>

### OUTROS TRACKS DE APOIO:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/fontun-y-machamedio-10371289#comments>

## DIA 2

**CAMPING POLA DE GORDÓN, CUETO SAN MATEO, CAMPING POLA DE GORDÓN**

## INFORMACIÓN ÚTIL

Comezo (lugar, hora...):

Camping Pola de Gordón do 13 Outubro ás 09:30

Transporte:

Medios propios. .

Material recomendado:

Mochila para pasar o día, comida e auga suficientes. Roupa e calzado axeitados á climatoloxía

Tempos, km. e desnivel

11km. con desnivel positivo e negativo de 655m. e tempo estimado con paradas de 5 horas

Pernocta:

Non.

Tipo de ruta:	Sendeirismo circular
Requisitos para participar:	Ser socio do clube e estar en posesión de licencia federativa vixente para esta actividade
Prezo (no caso de que exista algún custe)	A actividade é gratuíta.

## DESCRIPCIÓN DA RUTA:

Sairemos camiñando dende o camping para iniciar esta ruta que nos levará á subir o Cueto San Mateo con apoio no PR- LE 38, pasando polo refuxio de Llanolespin, visitaremos tras un pequeno desvío a cova de San Mateo e con pouco máis alcanzaremos o cumio do Cueto de San Mateo. Voltaremos por un bosque de carballos con algunha faia ata chegar de novo ó camping sin seguir exactamente o track 😊

## INFORMACIÓN MIDE OU TRACK/WIKILOC:

### TRACK PRINCIPAL:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/cueto-san-mateo-pr-cle-38-pola-de-gordon-79748186>

## ACTIVIDADE COMPLEMENTARIA POLA TARDE

Zona de escalada “La Llombera” a 6km. do camping (9 min. no coche):

<https://www.google.com/maps/dir/Aparcamiento+escalada+Llombera,+LE-3511,+24609,+Le%C3%B3n/Camping+Bosque+de+Gord%C3%B3n,+Calle+Joaqu%C3%ADn+Blume,+La+Pola+de+Gord%C3%B3n/@42.845995,-5.6765641,7291m/data=!3m2!1e3!4b1!4m1!4m13!1m5!1m1!1s0xd37a5d0eed3fe57:0x63bf2b98a0881cd5!2m2!1d-5.604773!2d42.840889!1m5!1m1!1s0xd37a646af9153a9:0x8ade45a9f03b8dfd!2m2!1d-5.6620423!2d42.8516107!3e0?entry=ttu>

Rocha caliza con total de 120 vías equipadas con parabolt zincado no que consta o nome e grado da vía e reunións con párbolt e anilla.

A zona limpada e equipada por Aure Presa, escalador Leones de forma totalmente desinteresada.

Deixo enlace con info:

<https://es.wikiloc.com/rutas-escalada/escuela-de-escalada-de-llombera-leon-28456064>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100026982294136>

<http://lagarafa.blogspot.com/2015/10/llombera.html>

No sector Pioneros (o máis próximo ) temos tamén vías de clásica.

Algo poderemos facer, dijo eu!!! 😊

### **DIA 3**

## **FOZ ARROYO MELEROS, PICO LA CARBA, FOZ DE PALANCO, HAYEDO BOYARIZA**

### **INFORMACIÓN ÚTIL**

Comezo (lugar, hora...):	Camping Pola de Gordón do 14 Outubro ás 09:15
Transporte:	Medios propios. .
Material recomendado:	Mochila para pasar o día, comida e auga suficientes. Roupa e calzado axeitados á climatoloxía
Tempos, km. e desnivel	15 Km. con desnivel aprox. de 800m. e tempo con paradas de 7 horas
Pernocta:	Non.
Tipo de ruta:	Montaña circular
Requisitos para participar:	Ser socio do clube e estar en posesión de licenza federativa vixente para esta actividade
Prezo (no caso de que exista algún custe)	A actividade é gratuíta.

### **DESCRIPCIÓN DA RUTA:**

Novamente quedaremos no camping para organizar os coches e sair ás 9:30 cara Geras de Gordón (12km.-12min).

A ruta comeza entrando na Foz do arroyo Meleros, ascendendo polo cauce do río con zonas nas que para progresar usaremos escaleiras e peldaños instalados (tipo vía ferrata). Saindo da foz e entrando na Vega de Penasillada, tomaremos desvío para ascender os cumios de La Carba y La Silla, que as veces están nombrados nos mapas ó revés.

Continuamos ata o refuxio de Pedroso e máis adiante xa nos toparemos coa Foz de Palanco e volta polo “Hayedo de la Boyariza”

### **INFORMACIÓN MIDE OU TRACK/WIKILOC:**

#### **TRACK PRINCIPAL:**

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-arnizas-foz-del-arroyo-de-meleros-geras-de-gordon-82511262#wp-82511312>

#### OUTROS TRACKS DE APOIO:

(para aproximarnos os cumios de LA SILLA (1.818) E CARBA (1.852m)

<https://es.wikiloc.com/rutas-alpinismo/foz-de-foceltorno-foz-de-meleros-pico-la-carba-foz-de-palanco-geras-27539469#wp-27539477>

<https://es.wikiloc.com/rutas-alpinismo/foz-de-foceltorno-foz-de-meleros-pico-la-carba-foz-de-palanco-geras-27539469#wp-27539477>

### DIA 4

***FAEDO DE CIÑERA, CONXUNTO INDUSTRIAL DO POZO IBARRA E VOLTA POLA ARISTA QUE SEPARA CIÑERA DE LA VID pasando polas HOCES DEL VILLAR***

#### INFORMACIÓN ÚTIL

Comezo (lugar, hora...):	Camping Pola de Gordón do 15 Outubro ás 09:30
Transporte:	Medios propios. .
Material recomendado:	Mochila para pasar o día, comida e auga suficientes. Roupa e calzado axeitados á climatoloxía
Tempos, km. e desnivel	7,9km. con 370m. desnivel positivo e negativo. Cun tempo estimado con paradas de 3,5 horas
Pernocta:	Non.
Tipo de ruta:	Sendeirismo circular.
Requisitos para participar:	Ser socio do clube e estar en posesión de licencia federativa vixente para esta actividade
Prezo (no caso de que exista algún custe)	A actividade é gratuíta.

#### DESCRIPCIÓN DA RUTA:

Despois de desmontar, sairemos ás 9:30 cara Ciñera, a uns 7 km. (9min.) do camping.

O “Hayedo de Ciñera” e “Hoces del Villar”, xunto co restos do patrimonio industrial, son visita casi obliagada cando se ven á comerca do Alto Bernesga e nesta sinxela ruta de case 8km. poderemos desfrutar de estos paraxes.

Seguiremos o track principal, con un desvío a escasos 2 km. do inicio da ruta para achegarnos ó conxunto industrial do Pozo Ibarra. Despois entraremos no “Hayedo de Ciñera”, cunha faia que está dentro do catálogo de árbores senlleiras, chamada Fagus e con máis de 500 anos de antigüidade. Despois entraremos nas “Hoces del Villar” e tras desviarnos ó Pico Sardonal, continuaremos pola cresta, tramo onde en algún punto botaremos as mans, ata Ciñera.

### **INFORMACIÓN MIDE OU TRACK/WIKILOC:**

#### **TRACK PRINCIPAL:**

<https://es.wikiloc.com/rutas-alpinismo/pico-el-sardonal-faedo-de-cinera-46418002>

#### **OUTROS TRACKS DE APOIO:**

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/faedo-de-cinera-con-regreso-por-la-arista-que-separa-cinera-de-la-vid-16727513#comments>

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/faedo-castillete-del-pozo-ibarra-cinera-de-gordon-20245031>