



TRES PROVINCIAS, PICO MURCIA Y CORISCAO

COLOSOS DE LA CORDILLERA CANTÁBRICA

RAQUETAS DE NIEVE

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	Destino	1
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	2
4	Programa.....	3
4.1	Programa resumen.....	3
4.2	Programa detallado	3
5	Más información	4
5.1	Incluye	4
5.2	No incluye.....	4
5.3	Material necesario.....	4
5.4	Observaciones	5
5.5	Enlaces de interés.....	7
5.6	Puntos fuertes	7
6	Otros viajes similares	7
7	Contacto	7

1 Presentación

Muntania Outdoors te propone varias actividades de senderismo invernal con raquetas de nieve en los enclaves más destacados del valle como son **Fuente De** y **Pto. de San Glorio**, tomando como base la bella localidad de **Potes**. Dichas actividades están pensadas para que además los participantes aprendan y perfeccionen el uso y progresión en terreno invernal usando **raquetas de nieve**.

2 Destino

Los **Picos de Europa**, un fabuloso macizo calizo pegado al **Mar Cantábrico**, se extienden por **Asturias, Cantabria y Castilla y León**, y parece que deben su nombre al hecho que antiguamente era la primera tierra europea que los navegantes divisaban cuando llegaban de América.

A decir verdad, los Picos de Europa o simplemente Los Picos, no son un único macizo sino tres: el **Macizo Occidental o Cornión**, el macizo Central o de los Urrieles y el macizo Oriental o de Ándara.

Es en el macizo de los Urrieles dónde se encuentran las cumbres de más altitud de los Picos de Europa. El **Torre de Cerredo o Torrecerréu** (2.650 m) es el techo de Los Picos y el Naranjo de Bulnes o Picu Urriellu (2.519 m) es el pico más emblemático, entre otras razones por su espectacular cara oeste, protagonista en la historia del alpinismo español.

En cuanto a los otros dos macizos, el de Cornión es el de mayor extensión y en él destaca la Torre Santa o Peña Santa de Castilla (2.596 m), y el de Ándara es el más modesto, en altura y en extensión, con la Morra de Lechugales (2.444 m) como pico más alto.

3 Datos básicos

Destino: **Cordillera Cantábrica**

Actividad: Raquetas de nieve

Nivel: NF**

Duración: 4 días.

Época: De diciembre a abril

Grupo mínimo-máximo: 4-10 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

No se requiere estar iniciado en las raquetas de nieve, pero si habituados a salir a la montaña y hacer ejercicio de forma regular siendo capaz de realizar desniveles de ascenso y descenso **de al menos 1000 metros**.

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de terreno	Descripción
*	Progresión en terreno llano o con suave pendiente
**	Terreno con pendiente moderada que permite progresar de forma cómoda con las raquetas puestas
***	Terreno con pendiente más acusado que puede requerir en algún tramo cambiar las raquetas por crampones para progresar con mayor comodidad y seguridad

No es necesario tener conocimientos de alpinismo porque las ascensiones se realizan caminando. Si se encuentra nieve dura se podrá utilizar crampones para que la progresión sea más segura y cómoda.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje al destino. Incluimos transporte desde Madrid. La hora de encuentro será a las 17:00 pm en la estación de Chamartín, Madrid.

Día 2. Ascenso al **Pico Tres Provincias** (2.494 m) desde **Llánaves de la Reina** (1.375 m).

Desnivel +: 1.200 m. Desnivel -:1.200 m.

Día 3. Ascenso al **Pico Corisco** (2.236 m) desde el entorno de **Pandetrave**.

Desnivel +: 800 m. Desnivel -:800 m.

Día 4. **Pico Murcia** (2.349 m).

Desnivel + 950 m. Desnivel – 950 m

Después de comer algo por la zona iniciaremos el regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje al destino. Incluimos transporte desde Madrid. La hora de encuentro será a las 17:00 pm en la estación de Chamartín, Madrid.

Día 2. Ascenso al **Pico Tres Provincias** (2.494 m) desde **Llánaves de la Reina** (1.375 m).

Desde **Llánaves** ascenderemos dirección este hacia la **Vega del Naranco** por un precioso valle salpicado de corredores, para luego tomar dirección sur y ascender al collado de **El boquerón de Bobias**. Tras un breve descenso proseguiremos con la subida por un amplio valle de orientación nordeste hasta la cumbre del **Tres provincias**. Las vistas de **Peña Prieta** y **Espigüete** son formidables.

Desnivel +: 1.200 m. Desnivel -:1.200 m.

Día 3. Ascenso al **Pico Corisco** (2.236 m) desde el entorno de **Pandetrave**.

El **Corisco** suele ascenderse desde el **Puerto de San Glorio**. Nosotros preferimos ascender por el bonito valle que recorre el lado oeste de esta montaña. La progresión por esta vertiente es sencilla. En el camino iremos dejando atrás chozos y refugios de pastores antes de alcanzar la cumbre. Es un magnífico mirador de los tres macizos de **Picos de Europa** y del valle de **Liébana**.

Desnivel +: 800 m. Desnivel -:800 m.

Día 4. **Pico Murcia** (2.349 m).

Desde **Cardaño de Arriba** (1.420 m) remontaremos el valle principal por un terreno bastante tendido. Posteriormente, en dirección oeste empezaremos a ganar más metros de desnivel por el valle del **arroyo Valcabe**. La pendiente irá aumentando a medida que alcanzamos el collado que separa el **Pico Murcia** de la cumbre de la Cerrezuela. Ya sólo nos faltarán unos metros para alcanzar la cumbre. Amplias vistas de las

montañas de **Fuentes Carrionas** con el **Espigüete** como gran coloso. Al noreste divisaremos el **Pico Tres Provincias** y otras cumbres del valle de **Riaño**.

Desnivel + 950 m. Desnivel – 950 m

Después de comer algo por la zona iniciaremos el regreso.

5 Más información

Precio 390 euros por persona.

5.1 Incluye

- Transporte desde Madrid.
- Guía de montaña
- 3 noches de alojamiento con desayuno en habitación doble. Suplemento de 70 euros en habitación individual.
- Seguro de Accidentes y rescate.

Hotel Tierra de la Reina <https://hoteltierradelareina.com> en Boca de Húergano

5.2 No incluye

- Almuerzos. Será de picnic en la montaña (bocadillo, fruta, etc.).
- Cenas
- Cualquier cambio en el itinerario por motivos meteorológicos o por cualquier otro motivo de fuerza mayor que genere un gasto mayor al presupuestado.

5.3 Material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila para caminar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 25-35 litros).
- Botas de montaña y polainas.
- Crampones (en caso de ser necesario, consultar).
- Raquetas de nieve y bastones (en caso de ser necesario porque tengamos nieve, consultar)
- Ropa técnica para la travesía:
 - Calcetines.
 - Pantalón de montaña de invierno.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primalof o plumas ligera y fina.
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
 - Gorro para el frío.
 - Gorra para el sol.

- Gafas de sol y ventisca.
- Cantimplora o termo, mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y adaptaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además mandaremos más información útil que le facilitarán los preparativos finales.

Adaptación de los recorridos

En función de las condiciones meteorológicas y estado del manto nivoso, se puede alterar sobre la marcha el programa para realizar los itinerarios más seguros, acordes con las condiciones del medio y del grupo.

Habitación doble/individual

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que este interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas. También cubre la cancelación del viaje al igual que el seguro de Anulación Plus**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Este seguro cubre cancelación del viaje con devoluciones de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Seguro Ski/Aventura Plus

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior respecto a que es un seguro de viaje y de actividad deportiva pero no cubre la cancelación previa del viaje.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación** son **seguros de viajes con mejores coberturas** que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

** Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

*** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

**** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

5.5 Enlaces de interés

- <https://visitmontañapalentina.com>

5.6 Puntos fuertes

- Aprendizaje y perfeccionamiento del uso de raquetas de nieve durante la actividad
- Posibilidad de acceder a un entorno inhóspito con seguridad
- Montañas solitarias.
- Poco masificado.

6 Otros viajes similares

- Ascensiones en el Macizo Central de los Picos de Europa
- Ascensiones al Tres provincias, Pico Murcia y Corisco. Colosos de la Cordillera Cantábrica
- Ascensiones en la Montañas de Riaño. Cordillera Cantábrica

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).