



valles de **Somiedo, Babia, Luna y Laciana**

Parques Naturales y Reservas de la Biosfera

Senderismo por brañas y lagos

**Paseo a caballo producción de leche, elaboración de mantequilla
visitas patrimoniales y etnográficas y baño termal**

Asturias

*días de Semana Santa
cuatro jornadas, cuatro noches/ con P.C.
+ plan completo de actividades*

31 marzo-4 abril

**-León Asturias-
2021**



adelanto del programa

actividades del circuito

senderismo en Somiedo:

>> desde el Alto La Farrapona, senda circular a los cuatro lagos de Sapiencia...

>> desde Llamardal subida a la Braña de Mumián, conjunto de cabañas de teitos

>> desde Arbellales, camino a las brañas de Ordiales, descenso por la braña de La Mortera...

senderismo en Laciana

>> itinerario etnográfico por los barrios de Sosas siguiendo la ribera del río...

dos niveles de senderismo en Babia:

>> A desde Cueta de Babia a la majada de Bustusil y Peña Orniz, para observar el lugar donde nace el Sil...

>> B visita en Riolago al Centro del Parque Natural en el Palacio de Quiñones, la trashumancia y senda por el Camino Real de las Fornas...

otras experiencias:

>> excursión en caballos asturcones desde el Valle del Lago a la Braña de Sousas...

>> en Veigas, visita a tres cabañas somedanas; en Pola de Somiedo, Centro de interpretación del Parque Natural...

>> en Laciana, visita a una lechería hidráulica tradicional; en Sosas, taller de elaboración de mantequilla...



el lugar

Desde León, alcanzando el Puerto, descenderemos hasta el Parque Natural de **Somiedo**, una de las últimas reservas del Oso Pardo. La comarca conserva aún elementos naturales, formas de vida y un patrimonio etnográfico que han sufrido escasos cambios a lo largo de los siglos. El paisaje somedano conserva bosques naturales de hayas y robles, con praderas para aprovechamiento ganadero.

Al abrigo de los riscos existen numerosas brañas que antaño utilizaban las "vaqueiros de alzada", hombres cuya forma de vida era cuidar de la ganadería en las montañas. Las cabañas de "teitos" son construcciones de piedra con techumbres de arbustos silvestres y piornos. Aquí pasaban en solitario los inviernos. el "vecindeiru" para velar las propiedades de sus vecinos.

El Camín Real de la Mesa, que lo utilizaban desde antiguo los pueblos nómadas, sirvió a los romanos para construir una vía de Asturias a la meseta, y hasta finales del s. XVIII cumplió este objetivo

Babia. La célebre frase de "estar en Babia" proviene de cuando en época medieval los reyes se escondían por aquí de sus obligaciones cortesanas para cazar y holgar. Entre piornales y urzales abunda el robledal, y sus pastos de altura son de gran calidad. Ha sido tradicionalmente lugar de trashumancia, con rebaños que llegaban desde Extremadura y Castilla La Nueva.

Surcan estas tierras los ríos Luna y Torrestío que desde Babia bañan la comarca de **Luna**, alimentando el embalse de Barrios de Luna

Los valles laterales de esta última comarca son espectaculares. En plena cordillera cantábrica-leonesa es un paisaje aún salvaje donde todavía campan osos, lobos y urogallos, que ascienden hasta sus peñas calizas.

El valle de **San Emiliano** es Parque Natural

algunos datos sobre las actividades

Primer día, por la mañana

En Somiedo: se partirá desde el Alto La Farrapona recorrido circular por la cuenca de los lagos Cueva, Almagrera, Cerveriz y Calabazosa; itinerario: 5 km; desnivel: 300 m;

duración prevista: 3 horas/ 3 horas y media

Comida-picnic

Por la tarde

En Veigas, visita a la casa somedana, repartida en tres cabañas rehabilitadas; las Brañas de la Campa;

duración: una hora

De regreso, en Pola de Somiedo, Centro de interpretación del Parque Natural, geología, vegetación y audiovisual;

duración: media hora

Segundo día, por la mañana

En Somiedo: ruta de la Braña de Mumián, partiendo del pueblo vaqueiro de Llamardal subida a la Braña de Mumián, conjunto de cabañas de teitos con espectaculares vistas; desnivel: 250m; *duración: 3h*

Por la tarde

en Laciana: visita a la única lechería hidráulica tradicional para la fabricación de mantequilla en Sosas;

duración: media hora

Ruta de la lechería por los barrios de Sosas": siguiendo el río, los *potros*, para herrar a las vacas, lavadero, tumbas antropomorfas...; *desnivel: cien metros*;

duración: dos horas

Taller de elaboración de mantequilla, a partir de la nata de la leche, en el Centro de interpretación del urogallo en Cabuelles de Arriba; audiovisual con el hábitat del oso y el urogallo;

duración: hora y media

Tercer día, por la mañana

En Somiedo: subida desde Arbellales por La Guérgola hacia las brañas de Ordiales y El Cuchao, y descenso por la braña de La Mortera hasta el pueblo de Saliencia. *desnivel: 300m*;

duración 4/5 horas

Por la tarde

Excursión en caballos asturcones desde el Valle del Lago a la Braña de Sousas formada por corros de piedra, con parada en la braña para visitar un corro y tomar un culín de sidra;

duración: dos horas

Cuarto día, por la mañana

Dos niveles en Babia

Más exigente: partiendo del pueblo de la Cueta de Babia, siguiendo el curso del río, se pasara por la majada de Bustusil y llegar a las praderías de Cebolleo desde las que se observa Peña Orniz lugar en el que nace el Sil; *desnivel: 250m*;

duración: cuatro horas

Más suave: visita en Riolago al Centro del Parque Natural de Babia y Luna en el Palacio de Quiñones -S. XVI/XVII-, el pastoreo, casas nobles y panadería; *duración:*

hora y media

Y senda corta al Camino Real de las Fornas hasta la ermita de Lazao; *desnivel: 100 m*;

duración: hora y media

Despedida

Baño termal en el balneario de Caldas de Luna, con tratamiento en piscina con chorros, láminas de agua y jakucci; desde aquí se divisarán las montañas nevadas desde sus grandes cristaleras...;

duración: 30 minutos

alojamiento y pensión alimenticia

Hotel La Mora ()** en Carrasconte, proximidades de **Piedrafita de Babia**; desde el **alojamiento** del viernes, **pensión completa** desde el **desayuno** del sábado a la **comida** del martes; uno o dos días, se comerá en *picnic* por cuenta del hotel; *total: **cuatro noches y cuatro jornadas de actividad.***

Con transporte por medios propios (*), en habitación doble: **348€**
Suplemento habitación **individual** (por noche) **13€**

Para el transporte proponemos alternativamente **compartir coche**, bien el propio si se dispone de él, o manifestar en la reserva la disposición para realizarlo con el de otros; para ello Gente Viajera pondrá en contacto a quienes deseen participar de una misma ciudad o provincia. En cualquier caso...

desde Madrid:

Suplemento, en autobús, microbús o en nuestros vehículos de apoyo **59 €**

Hora y lugar de reunión: 09:00 h. tras el desayuno en el hotel o en el lugar que se indique en los **últimos datos.**

() El traslado al punto de salida de las actividades es igualmente por medios propios o compartidos, excepto si se contrata el suplemento de transporte y traslados*

Equipaje: ropa de abrigo, pantalón cómodo para andar, zapato deportivo o de trekking; útil prismáticos.



Santa Alicia, 19 28053 Madrid
E-mail: info@genteviajera.com

Tfno. 914780111/ 685800086 whatsapp
<http://www.genteviajera.com>