

RUTA DEL CARES CON GUÍA DE PONCEBOS A CAÍN. TRASLADOS DESDE CANGAS DE ONÍS



La ruta del Cares es una de las rutas de senderismo más transitadas y espectaculares de España.

Se trata de una antigua senda que comunica las provincias de Asturias y León. Hay varias maneras de recorrer este camino, aunque quizás la más común es la que sale de Poncebos (Asturias) y termina en Caín (León).

Esta ruta atraviesa impresionantes parajes de montaña, de ahí que también sea conocida como la Garganta Divina.

Combina el senderismo por la ruta del Cares con un recorrido turístico, con salida y llegada a Cangas de Onís.

Es la mejor manera para disfrutar de la ruta del Cares sin preocuparse por nada. De esta manera, evitamos hacer ida y vuelta por el mismo trayecto (que resultaría monótono y largo) y contratar un taxi para regresar al punto de inicio de la ruta.

Disfrutarás el doble, haciendo senderismo y un tour turístico en el mismo día, aprovechando de esta forma el día al máximo.

POR LA MAÑANA

08:30 H Recogida en Cangas de Onís y **traslado de ida hasta Poncebos** por la Ctra. AS-114, dirección Arenas de Cabrales.

09:20 H Llegada a Poncebos e inicio de la **ruta del Cares con guía interpretativo**.

13:00 H Llegada a Caín, fin de la ruta del Cares y **tiempo libre para comer** (comida no incluida).

POR LA TARDE

14:00 H Recogida en Caín y **traslado de regreso hasta Cangas de Onís** (habitualmente en microbús). Durante el viaje se realiza un pequeño **recorrido turístico** con 4 paradas: Chorcu de los Lobos (parada), mirador de Panderrueda (parada), Fuente del Infierno, mirador de Oseja de Sajambre (parada), desfiladero de Los Beyos y salmonera de Caño (parada).

16:30 H Llegada estimada a Cangas de Onís.

1.- LUGAR

NOSOTROS TE RECOGEREMOS EN CANGAS DE ONÍS

El punto de encuentro es en el centro de Cangas de Onís.

DISTANCIAS HASTA CANGAS DE ONÍS (KM)

7 km Arriondas - 25 km Ribadesella - 42 km Llanes - 54 km Panes - 72 km Oviedo - 75 km Gijón - 80 km Potes - 133 km Santander - 157 km León - 229 km Bilbao - 347 km A Coruña

2.- HORARIOS

DURACIÓN

- La duración total de la actividad es de **jornada completa (8 H aprox)**, incluyendo traslado de ida, ruta de senderismo y traslado de vuelta con un recorrido turístico.

- La duración de la ruta del Cares (senderismo) es de 3-4 H aprox; duración en función del número de personas y de la forma física en general del grupo. La distancia a recorrer a pie es de 12 km (solo haremos una única dirección, no ida y vuelta).

El vehículo nos deja en Poncebos y hacemos la ruta en dirección Caín (dejando la parte más bonita para el final).

Luego el vehículo nos recogerá en Caín para volver a Cangas de Onís, haciendo un recorrido turístico.

FECHAS DE OPERACIÓN

El pack con guía en la ruta de senderismo está disponible **todos los días desde el 10 de julio hasta el 6 de septiembre**. Fuera de esas fechas se exige un grupo mínimo de 6 personas. Consultar opciones para unirse a un eventual grupo formado. También ofrecemos **otras alternativas para realizar la ruta del Cares (sin guía) durante todo el año**, siempre y cuando la meteorología nos lo permita (en los meses de invierno normalmente no se puede realizar debido a la gran cantidad de nieve)

HORARIO

08:30 H recogida en Cangas de Onís.

3.- REQUISITOS

- Tener unas **condiciones físicas mínimas para andar 12 km**.
- Tener una **edad mínima de 12 años** (niños de 10-12 años habituados a caminar varios km también podrían realizar la ruta).
- **No padecer vértigo**.
- **No se admiten mascotas**.

4.- EQUIPAMIENTO

MATERIAL INCLUIDO

Ruta guiada con chofer-guía por los Picos de Europa.

NO TE OLVIDES DE TRAER / CONSEJOS

Recomendamos llevar ropa y calzado cómodo, botella de agua, prismáticos y, en función de las condiciones meteorológicas, protección solar, gorra y/o ropa de abrigo.

5.- INFORMACIÓN RUTA DEL CARES

LONGITUD

La longitud de la ruta es de **12 km**, entendiéndose como un único tramo (solo ida), que es la opción más habitual.

DURACIÓN

La duración aproximada es de **3-4 H**, y está calculado para hacer la ruta a un ritmo tranquilo, con paradas para descansar, disfrutar del paisaje, hacer fotos...

DESNIVEL

La ruta podemos dividirla en tres tramos, con **2 km** de subida (Poncebos - Los Collados) + **1 km** de bajada + **9 km** llaneando (Los Collaos - Caín). El tramo más exigente es el primero, con esos 2 km de subida y un desnivel de 300 m de altitud, que suelen completarse en aproximadamente 45 min. A partir de ahí, la ruta continua con tramos más suaves y menos desnivel.

PAISAJE

El recorrido a pie nos permite retrasar el paso para poder disfrutar de los bellos paisajes que nos regala esta inigualable ruta. Entre ellos, un **desfiladero de más de 9 km**, un **río de aguas cristalinas** y más de **70 túneles** excavados en las rocas. Además, a medida que avanzamos, encontramos asombrosos paisajes de roca, árboles que crecen en lugares inverosímiles, la imponente presencia del Picu Urriellu (Naranjo de Bulnes) y hasta rebaños de cabras que buscan su propio camino. El punto más alto de la ruta es **Los Collados**, donde unos paneles informativos informan de la construcción del camino hacia la central hidroeléctrica. Durante el recorrido, cruzaremos la Garganta del Cares en 3 ocasiones:

- el **punto de Bolín**, la zona más estrecha y bonita de la senda.
- el **punto de los Rebecos**, un punto muy emblemático y el lugar más fotografiado de toda la ruta.
- el **punto de la Presa**, cerca del pueblo leonés de Caín.



6.- MAPA RUTA DEL CARES



7.- VÍDEO RUTA DEL CARES

Puedes ver un vídeo de la ruta del Cares haciendo clic [aquí](#)

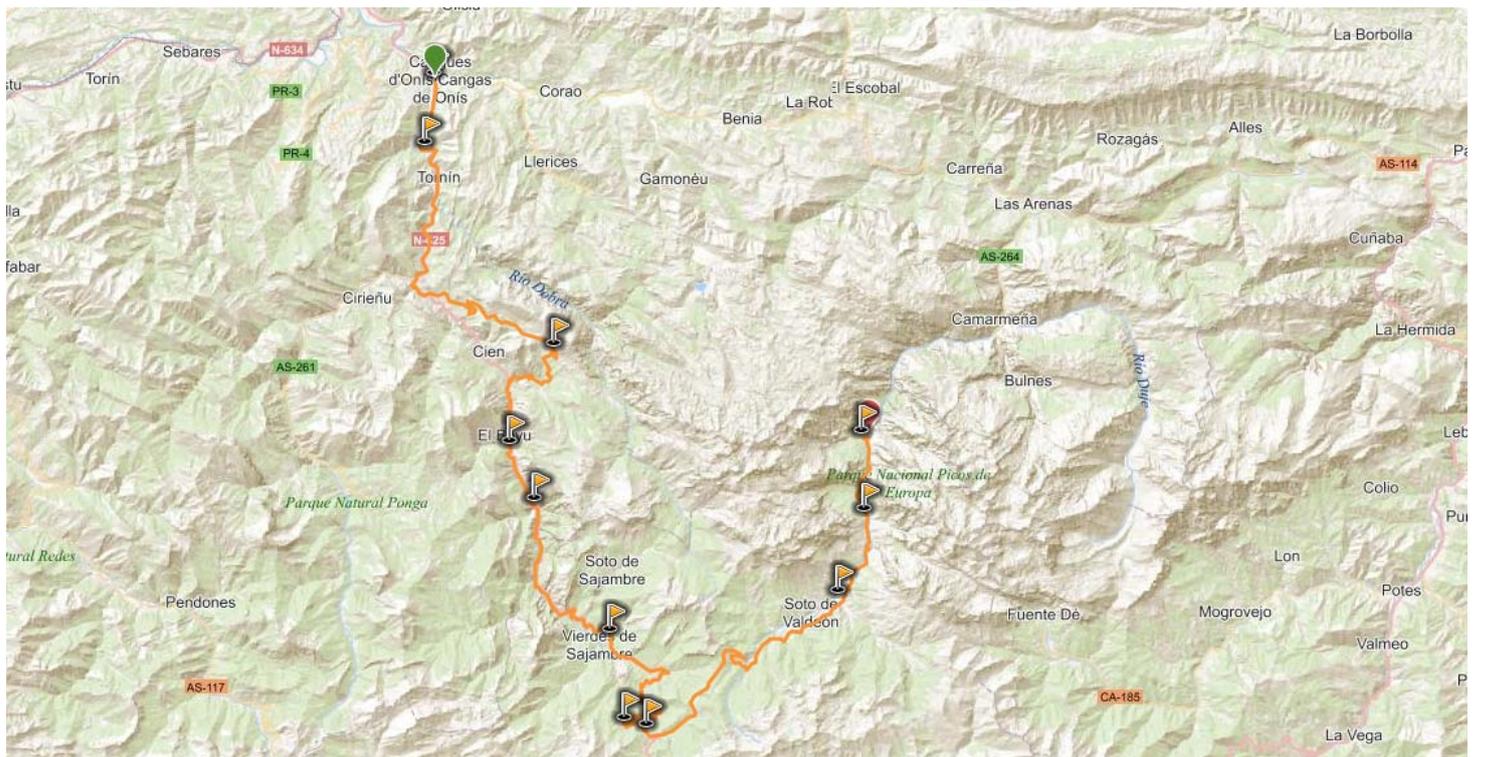
8.- TRACK GPS RUTA DE CARES (WIKILOC)

Puedes ver el recorrido o descargar el track gps de la ruta de senderismo haciendo clic [aquí](#)



9.- TRACK GPS RECORRIDO TURÍSTICO (WIKILOC)

Puedes ver el recorrido o descargar el track gps de la ruta turística haciendo clic [aquí](#)



10.- RECORRIDO TURÍSTICO

El itinerario turístico recorre numerosos parajes de montaña, pueblecitos pintorescos, miradores y puntos de interés.

1. EL CHORCU DE LOS LOBOS

La primera parada tiene lugar en **El Chorcu de los Lobos (parada)**, una antigua trampa para capturar lobos que data del 1610, donde los lugareños seguían un procedimiento para acorralar al lobo en su trampa y matarlo evitando así que continuara atacando a su ganado. Los temas a tocar son el lobo, el oso, las altitudes y las características de los distintos picos.

2. MIRADOR DEL TOMBO

Seguimos ruta hacia el **mirador del Tombo**, donde se levantó un monumento en bronce en honor al rebeco. Frente al mirador está la vía ferrata de Valdeón, que suele reunir aventureros que buscan practicar esa modalidad de escalada. El panorama que abarca el Tombo es extensísimo, abrumador. El verde de la zona montañosa que tenemos alrededor es tan intenso que no nos deja de impresionar, acompañando la panorámica la escarpadísima silueta del macizo central cantábrico, que parece acariciar el aire. La rosa de los vientos que acompaña al rebeco en el mirador nos indica el camino a seguir, según la población o mirador del valle que tengamos en ruta.

3. MIRADOR DE PANDERRUEDA

A continuación, seguimos por el **valle de Valdeón**, pasando por el alto de **Panderrueda (parada)**, donde disfrutaremos de una preciosa vista panorámica del Macizo Central, del Macizo Occidental y de la Cordillera Cantábrica.

4. FUENTE DEL INFIERNO

Retomaremos la **carretera del Pontón** y, a pocos km, encontraremos **Fuente del Infierno**, lugar de nacimiento del río Sella.

5. MIRADOR DE OSEJA DE SAJAMBRE

Continuación de la ruta hacia el **mirador de Oseja de Sajambre (parada)**, un punto desde el que se pueden admirar los bosques y montañas de la zona de Sajambre.

6. DESFILADERO DE LOS BEYOS

Cruzaremos el puente Angollo y estaremos en el Principado de Asturias. Más adelante nos espera la espectacular carretera que nos adentra en el **desfiladero de Los Beyos**, donde nuestro guía explicará la flora y la fauna típica de la zona, así como curiosidades, anécdotas e historias de los lugareños.

7. CAÑO

El recorrido continúa hacia un pueblo llamado **Caño (parada)**, donde se encuentra la estación de desove del salmón. El río Sella, a lo largo de sus 56 km de longitud, fluye por muchos municipios que gracias a él se han hecho populares por algún motivo. A su paso por el concejo de Cangas de Onís, encontramos la localidad de Caño.

El atractivo del Sella en este lugar se encuentra en una presa, la cual tiene unas escalas que fueron pensadas para facilitar el ascenso de los salmones a la parte alta de los ríos para depositar sus huevos.

También tenemos una estación de desove. En él se utiliza la captura sin muerte de salmones para el desove artificial y la posterior cría de alevines para la repoblación de los ríos asturianos (principalmente el Sella); en los que cada año se sueltan aproximadamente 500.000 alevines que unos 5 años más tarde regresarán a su lugar de nacimiento, tras haber pasado 3 de ellos en el mar. Para ayudar el desove artificial de los salmones y tener las menores pérdidas posibles de cría de salmón, se sueltan a continuación en el propio río.

A su vez, esta estación se ha dado a conocer debido a la afición que el General Franco tenía por la pesca, la cual hizo que acudiera con frecuencia a la salmonera. Tanto es así, que disponía de un lugar privilegiado para sentarse, labrado en la misma piedra. Se comenta entre los lugareños que, a pesar de la gran afición, sus conocimientos eran limitados y debido a ello, los salmones se retenían para aumentar el número de individuos y así facilitar la pesca del Caudillo.

8. CANGAS DE ONÍS

Llegada estimada a Cangas alrededor de las 16:30 H.

11.- VEHÍCULOS

Normalmente realizamos desplazamientos y traslados en microbús, con capacidad para 15 personas. Puntualmente, podrían completarse en furgonetas o vehículos 4x4.

12.- RESTAURANTES EN CAÍN

Más abajo enumeramos los restaurantes que hay en Caín (desde el río Cares hacia el interior del pueblo). Al finalizar la ruta, te los encuentras en el siguiente orden:

- 1.- Hostal La Ruta
- 2.- Hostal-restaurantes Diablo de La Peña
- 3.- La Casona de Palmira
- 4.- Pensión-restaurante Casa Cuevas
- 5.- Restaurante El Cares

RESTAURANTES RECOMENDADOS POR AVENTURAS EN ASTURIAS

HOSTAL LA RUTA

Travesía del Cares, 15; 24915 Caín, León. Tf: 987 742 702 + 636 337 949 (Javi)
Buena relación calidad-precio. Especialidad en cachopo, codillo, fabada y cordero.
Tiene un menú del día muy completo, aunque también se puede comer a la carta.
Menú del día: 12 € aprox.

LA CASONA DE PALMIRA

Travesía del Cares, 3, 24915 Caín de Valdeón, León. Tf: 617 323 382
En este restaurante también se come muy bien (tanto de menú como a la carta).

13.- TARIFA

65 € persona

Grupo mínimo para la ruta guiada: 30 participantes