



Memorial Alfonso Martínez



LIBRO DE RUTA CON MEDIDAS DE SEGURIDAD
PARA CORREDORES/AS

XXI TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA

14 junio 2025





© 2025 Travesera Integral Picos de Europa
Correo electrónico: info@traveserapicos.com

© Instituto Geográfico Nacional, por la base cartográfica

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito del titular del Copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

por Juan

Índice

1. COMPROMISO DEL PARTICIPANTE.....	5
1.1 Riesgos más destacados a los que se enfrenta el participante.....	5
1.1.1 Zonas de salida y llegada.....	5
1.1.2 Zonas de circulación rodada	5
1.1.3 Zona de carrera	5
2. MEDIDAS GENERALES.....	7
2.1 Material obligatorio	7
2.2 Material aconsejable	8
2.3 Penalizaciones	8
2.4 Servicio de transporte a meta	8
2.5 Servicios sanitarios y de seguridad.....	9
3. SEGURIDAD EN CARRERA	10
3.1 Común al área de alta montaña (sectores 2 al 10)	10
3.2 Sector 1. El Repelao / Lagos de Covadonga.....	12
3.3 Sector 2. Lagos de Covadonga / Colláu La Fragua	15
3.4 Sector 3. Colláu La Fragua / El Boquete	19
3.5 Sector 4. El Boquete / Caín	24
3.6 Sector 5. Caín – Garganta del Jou Bajeru.....	28
3.7 Sector 6. Garganta del Jou Bajeru / Vega de Urriellu	32
3.8 Sector 7. Vega de Urriellu / Jou de la Arena	36
3.9 Sector 8. Jou de La Arena / Vegas de Sotres	42
3.10 Sector 9. Vegas de Sotres / Colláu Valdominguero.....	45
3.11 Sector 10. Colláu Valdominguero / Jitu de Escarandi	49
3.12 Sector 11. Jitu de Escarandi / Collado Posadoriu	52
3.13 Sector 12. Colláu Posadoriu / Arenas de Cabrales	55



1 COMPROMISO DEL PARTICIPANTE

La TRAVESERA Integral de los Picos de Europa se desarrolla en un tiempo máximo limitado a 20 horas, en una sola etapa en régimen de SEMI-AUTOSUFICIENCIA. Por ello el participante DEBE tener la capacidad de organizarse y orientar, con su propia autonomía, la supervivencia entre los diferentes avituallamientos; tanto desde el punto de vista alimentario, de vestuario o de su seguridad permitiendo la resolución sin ayuda de los posibles problemas previsibles en un complicado entorno de Alta Montaña.

1.1 RIESGOS MÁS DESTACADOS A LOS QUE SE ENFRENTA EL PARTICIPANTE

1.1.1 ZONAS DE SALIDA Y LLEGADA

- Riesgo de caídas por aglomeración.
- Riesgo de impacto con otro corredor o parte de su equipación.
- Riesgo de choque con elementos del montaje de carrera y con espectadores o con miembros de la Organización.

1.1.2 ZONAS DE CIRCULACIÓN RODADA

- Riesgo de atropello por un vehículo.

1.1.3 ZONA DE CARRERA

- Riesgo de caídas al mismo nivel por tropiezos, resbalones, etc.
- Riesgo de caídas a distinto nivel por transitar por pendientes pronunciadas, con piedras sueltas, bordes escarpados, terrenos deslizantes y/o con nieve, huecos en los neveros, pozos, torcas, etc.
- Riesgo de impacto por caída de piedras.
- Riesgo de choque con otro corredor o con senderistas.
- Riesgo de extravío y/o desorientación.
- Riesgos naturales:
 - Ola de calor.
 - Ola de frío y/o nevadas.
 - Niebla.
 - Lluvia torrencial.
 - Viento fuerte.
 - Desprendimientos.
 - Rayos.
 - Incendio.
 - Elevado índice UV.
- Riesgos para la salud:
 - Golpe de calor.
 - Deshidratación.

- Hipotermia.
- Accidente cardio-vascular.
- Lesiones de sobre-esfuerzo.
- Agotamiento extremo.
- Lesiones por accidente.
- Traumatismos.
- Erosiones.
- Quemaduras.
- Intoxicación alimentaria.
- Problemas oculares.

2. MEDIDAS GENERALES

2.1 MATERIAL OBLIGATORIO

El principio de auto-suficiencia y el complicado terreno de Alta Montaña con nieve y bajas temperaturas implican obligatoriamente el que cada participante debe llevar durante toda la prueba el material siguiente:

- Zapatillas de Trail Running. Se prohíbe expresamente el uso de calzado minimalista.
- Mochila o similar para transportar el material, que será marcada en la entrega del dorsal y no podrá ser sustituida durante la prueba, con el material exigido siguiente:
 - Pantalones o mallas largas mínimo por debajo de las rodillas. O bien combinación de mallas piratas y calcetines largos que cubran la totalidad de las piernas. Se podrá no competir con mallas largas, pero es obligatorio llevarlos en la mochila. La **Organización** podrá obligar a competir con ellas en caso de condiciones meteorológicas adversas.
 - Chaqueta cortavientos impermeable con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a.
 - Crampones para el calzado. Mínimo de 10 puntas y longitud mínima de punta 12 mm. Se prohíbe el uso de crampones con puntas frontales.
 - Camiseta de manga larga o camiseta de manga corta y manguitos que cubran la totalidad de brazos y hombros. Se podrá no competir con ellas, pero es obligatorio llevarlas en la mochila. La **Organización** podrá obligar a competir con ellas en caso de condiciones meteorológicas adversas
 - Contenedor para reserva de agua, mínimo de 1 litro.
 - Vaso para avituallamientos líquidos.
 - Frontal o linterna con pilas de repuesto o dos frontales. Que deberá estar encendido durante toda la noche.
 - Luz roja intermitente de posición trasera. Que deberá estar encendido durante toda la noche y de día en caso de que haya niebla.
 - Teléfono móvil con batería cargada y el nº grabado de la **Organización 644 44 84 02.**
 - Gorro o similar y guantes (para protegerse del frío).
 - Gorra, Buff, visera o bandana (para protegerse del sol).
 - Manta térmica de 1,40x2,10 metros mínimo.
 - Venda elástica adhesiva para vendaje funcional de 80x3 cm mínimo.
 - Silbato.
 - GPS, reloj-GPS o Smartphone con batería suficiente para toda la duración de la prueba y cargado el track de la carrera que facilita oficialmente la **Organización.**
 - Reserva alimentaria marcada con el número del dorsal en envoltorio.

- **Kit calor extremo** (puede ser exigido por la Organización, según las condiciones meteorológicas):
 - Gafas de sol.
 - Gorra sahariana o cualquier combinación que permita cubrir completamente cabeza y nuca.
 - Crema Solar.
 - Reserva de agua de al menos 2 litros.
- **Kit invernal** (puede ser exigido por la Organización, según las condiciones meteorológicas);
 - Gafas de protección.
 - 3ª capa térmica (intermedia entre la 2ª capa y la chaqueta impermeable).

2.2 MATERIAL ACONSEJABLE

- Bastones. (Si se deciden llevar, se estará obligado a llevarlos durante toda la prueba).
- Crema de protección solar.
- Gafas de sol.
- Navaja pequeña para cortar la venda elástica adhesiva.
- Calcetines y recambio de ropa para condiciones ambientales muy frías o en caso de lesión.

Dependiendo de las condiciones meteorológicas la **Organización** podrá exigir un aumento de materiales y variar el recorrido y tiempos de paso.

La mochila y el material obligatorio podrán ser requeridos por la **Organización** en la salida y en cualquier momento de la prueba, por los controles acreditados que pueden solicitar una comprobación. Todos los participantes estarán en la obligación de someterse a dicho control, bajo la pena de descalificación de la prueba.

Los participantes deberán asegurarse disponer de la suficiente autonomía, en cantidad de líquidos y alimentos necesarios para llegar desde la salida, al siguiente punto de control de avituallamiento, y así sucesivamente al resto.

Por motivos de seguridad quedan prohibidos todos los dispositivos que impliquen el uso de auriculares (MP3, Ipod, teléfonos, etc.) y que dificulten la correcta recepción de instrucciones o señales sonoras de emergencia.

2.3 PENALIZACIONES

Los corredores deberán aceptar las medidas de seguridad que imponga la Organización. Los árbitros o la **Organización** pueden llegar a retirar de la carrera, anulando su dorsal, a todo corredor que rehúse ejecutarlas.

2.4 SERVICIO DE TRANSPORTE A META

Se recuerda que salvo en caso de lesión, sólo se puede abandonar en un punto de control. Entonces, el corredor debe **IMPERATIVAMENTE** prevenir al responsable del puesto, quien invalidará definitivamente su dorsal.

Los corredores retirados serán transportados a **Meta** desde los siguientes puntos:

- Avituallamiento Vega de Enol
- Avituallamiento Caín
- Curvona de Sotres
- Avituallamiento Jitu de Escarandi

Los corredores que decidan retirarse en los avituallamientos de la Vega de Urriellu y las Vegas de Sotres, tendrán que trasladarse lo más rápido posible y por sus propios medios hasta la Curvona de Sotres (enlace de la carretera de Poncebos-Sotres con la pista a Áliva), donde un servicio de transporte con intervalo regular los trasladará a Meta (Arenas de Cabrales). La **Organización** no asegura el retorno desde las Vegas de Sotres o Pandébano en vehículo 4x4 (salvo por motivos médicos y bajo la decisión del responsable del puesto).

2.5 SERVICIOS SANITARIOS Y DE SEGURIDAD

Para la atención de primeros auxilios existirá servicio sanitario en los siguientes avituallamientos: Caín, Vega de Urriellu, Vegas de Sotres, Jitu de Escarandi y en Meta.

Para cubrir cualquier eventualidad de mayor envergadura se contará con la asistencia de la Guardia Civil de Montaña y de Protección Civil.

Se contará con servicio médico en meta con una ambulancia de soporte vital avanzado. Además, todos los corredores se someten al juicio del médico, siendo su valoración la que prevalecerá, pudiendo:

- Retirar de la carrera (anulando su dorsal) a todo corredor no apto para continuar.
- Ordenar la evacuación de cualquier corredor al que consideren en peligro.
- Ordenar la hospitalización de cualquier corredor que consideren necesaria.

Se proveerá un sistema de comunicaciones por radio durante la carrera en puntos estratégicos.

Asistir a un corredor o a un voluntario herido o en dificultades es una obligación ineludible. Está prohibido dejar sola a una persona en dificultades. La seguridad es un asunto de todos.

Para avisar en caso de que un participante esté en dificultades e inmovilizado:

- Red telefónica disponible: Utilizar el teléfono móvil para llamar al número facilitado por la **Organización** y que obligatoriamente debe estar grabado en vuestro terminal y que también figurará en el dorsal. En caso de que no funcione y la gravedad así lo requiera, contactar con el N° de Emergencias Prioritario **112**.
- Cuando la red telefónica no esté disponible: avisar a un miembro de la **Organización** (si es posible, que tenga emisora) o a otros corredores para que estos soliciten ayuda.

Se recuerda que el móvil es **obligatorio**, con el **número de la Organización grabado** en la memoria y con la **batería cargada**. Recomendamos desactivar aquellas aplicaciones que consuman energía y con el ahorro de energía activado. En caso de duda debe llevarse un cargador auxiliar.

TELÉFONO EMERGENCIA ORGANIZACIÓN 644.44.84.02

3. SEGURIDAD EN CARRERA

3.1 COMÚN AL ÁREA DE ALTA MONTAÑA (SECTORES 2 AL 10)

Desde Llama Cimera (30 T 338696 4787800 UTM – ETRS89)

hasta el Casetón de Ándara (30 T 360885 4786011 UTM – ETRS89)

Notas de Seguridad:

- Puede haber temperaturas frías, viento, niebla o nevadas, entre otras circunstancias. A esto se añade que parte del recorrido se realiza de noche.
 - Parte de lo anterior puede imposibilitar un rescate aéreo. En caso de tener que detenerse por lesión, accidente, socorrer a un compañero, etc, existe un elevado riesgo de hipotermia.
 - Comprobar la previsión meteorológica, con especial atención a las temperaturas mínimas y la sensación térmica.
 - Adaptar el equipo obligatorio, en calidad y cantidad, a las temperaturas previstas



- Existencia de rimayas y zonas débiles de nieve que pueden romper con el peso de una persona. Estas zonas son más comunes cerca de las paredes de roca o de piedras aisladas que afloran en los neveros. Riesgo de caída desde altura o por introducir las piernas en huecos.
 - Prestar atención al pasar de roca a la nieve y viceversa. También en los bordes del camino.
 - Adaptar la velocidad al nivel técnico individual y a la experiencia en la nieve.
 - Pisar siempre sobre la huella existente. No salirse de ella.



- Zonas de nieve dura y con inclinación. Riesgo de caída desde altura. Riesgo de caída deslizándose sobre la nieve granulada que puede provocar graves erosiones en la piel..
 - Extremar la precaución. Adaptar la velocidad al nivel técnico y a la experiencia en la nieve.
 - Pisar sobre la huella existente.
 - En caso de duda usar los crampones aunque no haya sido exigido expresamente.
 - Llevar bien cubierta toda la piel de piernas y brazos.



3.2 SECTOR 1. EL REPELAO / LAGOS DE COVADONGA

10,3 km | +1090 m | -150 m

Descripción:

La prueba se inicia recorriendo 1400m por la carretera AS-262, una vez alcanzado Covadonga continuar por el PR-PNPE 6 en ascenso por el Monte Auseva hacia Orandi por camino estrecho de tierra y piedra. A continuación de Orandi se avanza por buen camino (GR-202) atravesando praderías y collados hasta el Lago Enol. Solamente en el tramo final se transita cerca de la carretera de Covadonga a Los Lagos.



Horarios:

- Primera salida en El Repelao: 02:00 h.
- Estimación para el primer corredor en Lago Enol: 03:05 h.
- Cierre de control en Los Lagos: 04:30 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: BAJO, ya que, a pesar de realizarse totalmente de noche, el terreno no tiene ninguna dificultad técnica, el trayecto va por caminos y praderías. Podría clasificarse como MEDIO en caso de existir mucho barro en tramos entre Severín y Fana.
- Riesgos objetivos: BAJO.
- Riesgos subjetivos: BAJO, a pesar de la nocturnidad, todo el recorrido se hace acompañado y en grupo por ser las primeras dos horas de carrera.
- Problemas de evacuación: MEDIO. El recorrido va próximo a la carretera CO-4 un tramo relativamente corto entre Fana y Los Lagos. El resto, excepto la salida, pueden plantearse dificultades ya que tenemos que añadir que faltarían muchas horas para el amanecer.

Evacuación:

- En descenso por el camino de Orandi desde Severín o a partir de Severín subiendo hasta Fana donde puede llegar un vehículo.
- El tramo entre Fana y la Vega de Enol es fácilmente accesible desde la carretera CO-4.

Notas de Seguridad:

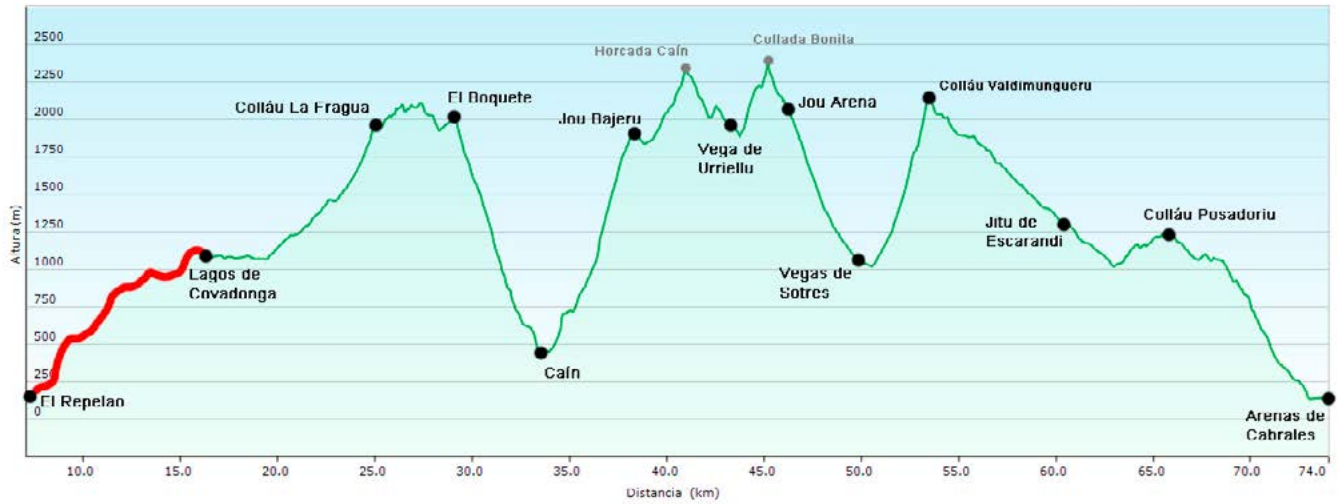
- Bosque de Moferos (30 T 333506 4796943 UTM – ETRS89)
 - Camino en ascenso con piedras pulidas. Si está mojado puede haber tramos resbaladizos y se producen atascos que, en general, se resuelven rápido.
 - Tener paciencia. Manteniendo el orden se retoma más fácil la normalidad.



- Severín (30 T 334604 4794526 UTM – ETRS89)
 - Dependiendo de las lluvias de días anteriores el camino puede llegar a estar muy embarrado hasta Fana (2,5 km aprox.)
 - Tener precaución.
 - Adaptar la velocidad al nivel técnico personal.



Perfil y mapa:



3.3 SECTOR 2. LAGOS DE COVADONGA / COLLÁU LA FRAGUA

9,1 km | +905 m | -100 m

Descripción:

Este tramo se inicia por una buena pista de acceso rodado que se transforma después de 3,7 km en caminos en ascenso que carecen de dificultad técnica hasta el Colláu Gamonal.



A partir de ese collado, el camino tiene más piedras y puede estar resbaladizo. La ruta puede volverse más complicada en el ascenso al Collado La Fragua donde suele empezar la nieve, tal como ya ha sucedido en varias ediciones.



Horarios en Colláu La Fragua:

- Estimación para el primer corredor: 03:50 h.
- Estimación para el último corredor: 06:30 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

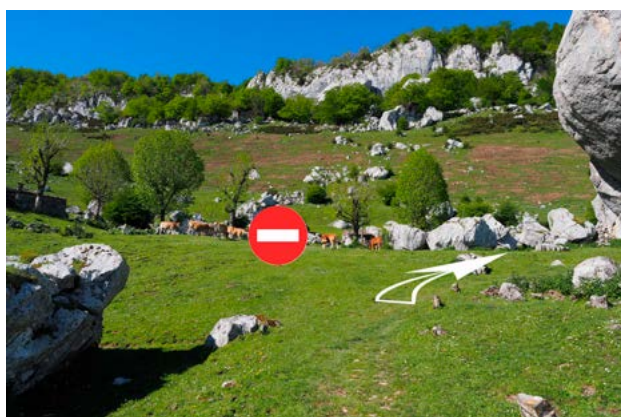
- Nivel técnico: **BAJO**, ya que, a pesar de realizarse el recorrido totalmente de noche, el terreno no tiene ninguna dificultad técnica, el trayecto va por caminos y praderías. Podría clasificarse como **MEDIO** si existiese nieve dura en Llampá Cimera y la subida al Colláu La Fragua
- Riesgos objetivos: **BAJO**. Puede haber riesgo **MEDIO** de desorientación al cruzar las praderías camino de Vegarredonda en caso de niebla, que en esta zona puede ser persistente. Puede existir riesgo de resbalones en el corto tramo de descenso del Colláu Gamonal hasta el cruce del Mirador de Ordiales si está mojado el camino.
- Riesgos subjetivos: **BAJO**, a pesar de la nocturnidad, todo el recorrido se suele hacer acompañado por la cercanía de grupos, aunque el pelotón avanza ya estirado.
- Problemas de evacuación: **MEDIO**. Se circula al inicio por la pista de Lagos a la Vega'l Huertu. A partir de la Vega La Piedra la evacuación puede plantear dificultades grandes ya que tenemos que añadir que todavía sería de noche.

Evacuación:

- Retornar por el mismo camino de la subida hasta la Vega de Enol para ser evacuados a Covadonga por carretera.
- En caso de retirarse se recomienda no realizar este camino de vuelta en solitario, sobremanera de noche y con niebla. Esperar a los controles o a otros corredores para regresar a la Vega de Enol.
- En este sector también tenemos el refugio guardado de Vegarredonda.

Notas de Seguridad:

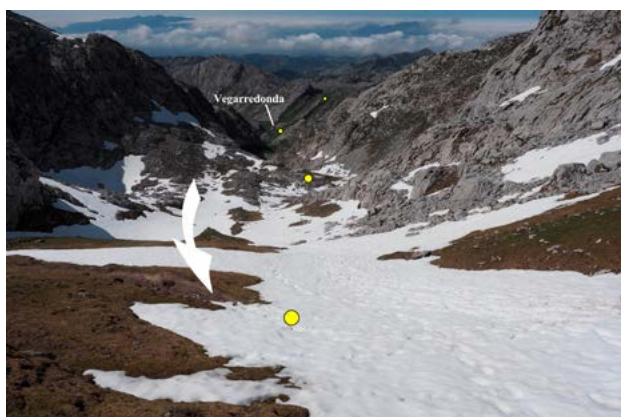
- Vega La Piedra (30 T 336783 4791110 UTM – ETRS89)
 - Camino en ascenso cruzando zonas de praderías hasta el Colláu Gamonal (2,7 km aprox.).
 - Respetar la señalización. **NO ATAJAR**.



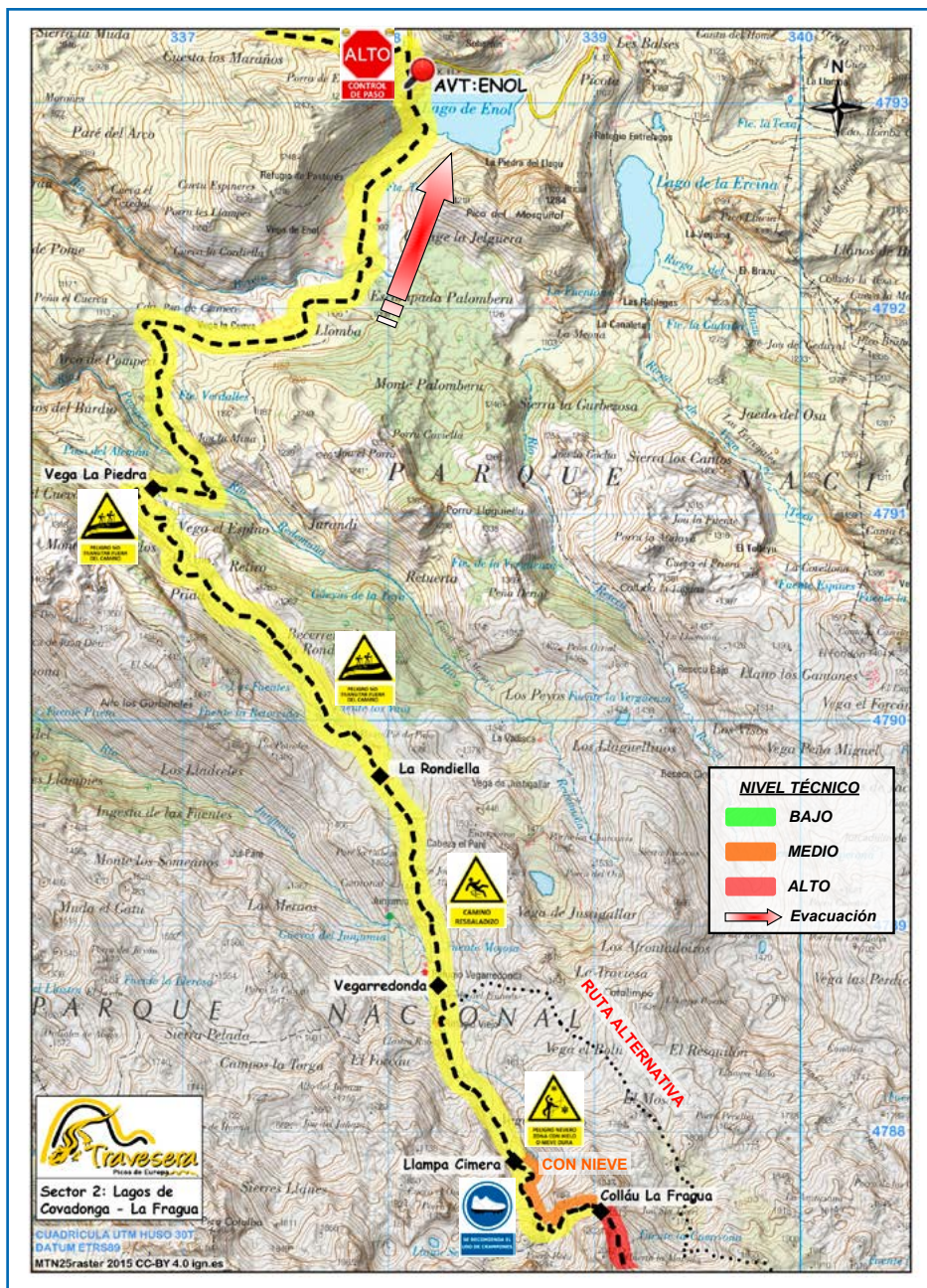
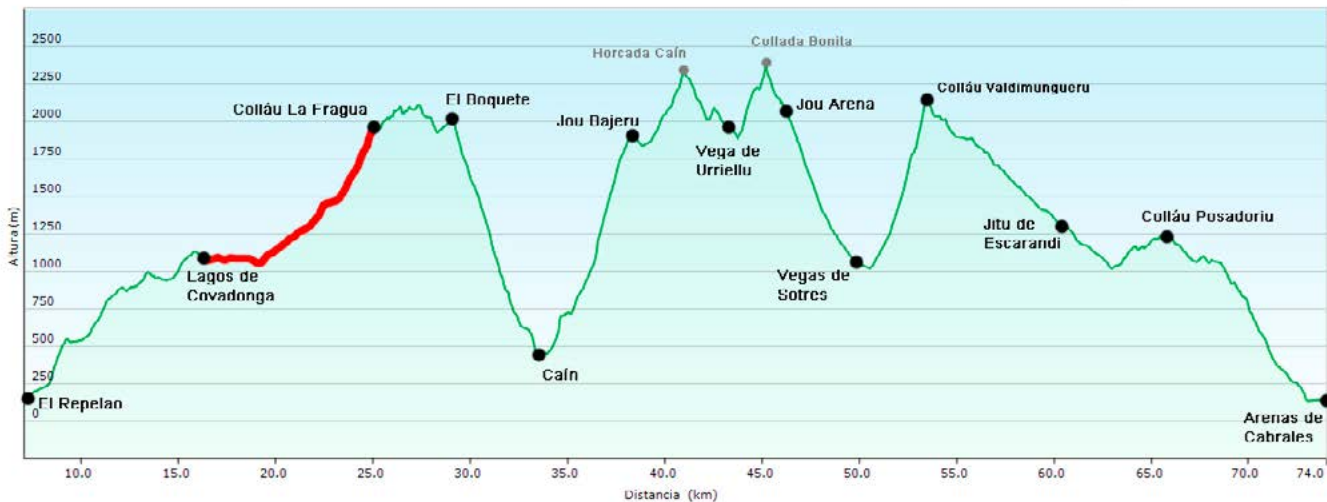
- Colláu Gamonal (30 T 338140 4789211 UTM – ETRS89)
 - Una pequeña bajada, da inicio a un tramo de peor camino (700 m aprox.) que puede estar resbaladizo si está mojado.
 - Tener precaución.
 - Adaptar la velocidad al nivel técnico personal.



- Llampá Cimera (30 T 338696 4787800 UTM – ETRS89)
 - Subida continua hasta el Colláu La Fragua. Dependiendo del año podemos encontrar nieve en esta zona, a unos 1700 m de altitud.
 - CON NIEVE: Riesgo de caída por el nevero.
 - En función del estado de la nieve se puede aconsejar u obligar al uso de crampones.
 - Pisar por la huella hecha en la nieve, no salirse de ella.
 - Recomendamos tener cubierto todo el cuerpo para evitar erosiones por caída sobre la nieve.
 - Para aquellos corredores menos habituados a este medio aconsejamos que, ante la duda, usen los crampones para ganar seguridad.
 - SIN NIEVE: el peligro se reduce a los habituales al transitar por un camino de alta montaña. Riesgo de tropezones y caídas al mismo nivel.



Perfil y mapa:



3.4 SECTOR 3. COLLÁU LA FRAGUA / EL BOQUETE

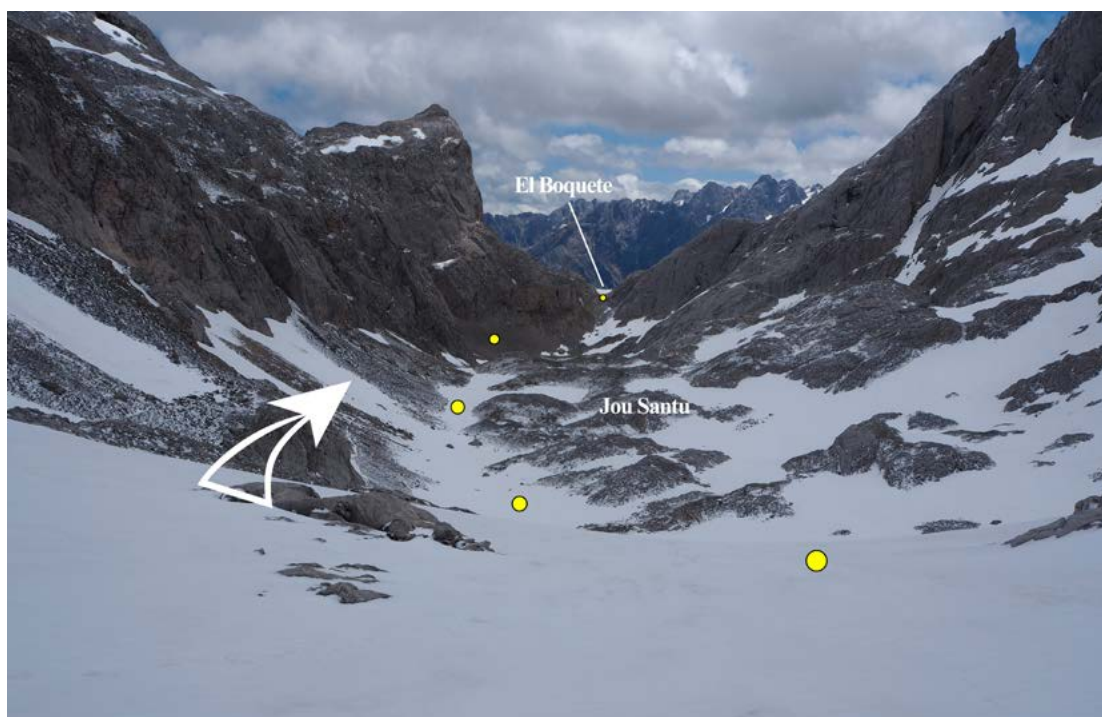
4,3 km | +360 m | -270 m

Descripción:

Tramo de Alta Montaña siempre alrededor de los 2.000 m de altitud, dependiendo de la cobertura de nieve las condiciones pueden variar sustancialmente.

Desde el Collado La Fragua se inicia una larga travesía ascendente por Las Barrastrosas donde casi con seguridad se pisará nieve. Los primeros metros, por debajo del 1^{er} Argao, pueden ser de gran inclinación y con una potencial caída grave.

El itinerario continúa a través del Jou de Los Asturianos y del Jou Santu con varias subidas y bajadas hasta El Boquete. Normalmente está cubierto de nieve o, al menos, deberemos cruzar varios neveros.



Horarios en El Boquete:

- Estimación para el primero: 04:50 h.
- Estimación para el último: 08:00 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: ALTO, se realiza totalmente de noche para los primeros. Aproximadamente un tercio del pelotón verá el amanecer en el Jou Santu. Un terreno dificultades técnicas ALTO o MUY ALTO en Las Barrastrosas si la nieve está dura y en la travesía de los Jous.
- Riesgos objetivos: ALTO. Riesgo de caída fatal en el inicio de Las Barrastrosas. También riesgo ALTO de accidentes por pozos entre rocas tapados por nieve en los Jous.
- Riesgos subjetivos: MEDIO, debido a la nocturnidad. Todo el recorrido se suele hacer acompañado por la cercanía de grupos, aunque el pelotón ya avanza bastante estirado. También puede afectar a los corredores poco o nada habituados a la nieve.
- Problemas de evacuación: ALTO. Todo o gran parte del recorrido se efectuará de noche para los primeros, mientras que el orto alcanzará a buena parte del grupo a mitad de trayecto

Evacuación:

- Los estuvieran antes del Collado del Jou Santu deben de retornar por el mismo camino de la subida al menos hasta la Vega de Enol, para ser evacuados a Covadonga.
- Aquellos que hayan franqueado el Collado de los vivacs del Jou Santu, seguirán la ruta hacia Caín, desde allí algunos pueden ser trasladados en el autobús y los demás pueden continuar por la Senda del Cares a Poncebos y Arenas de Cabrales.

Notas de Seguridad:

- Las Barrastrosas - inicio (30 T 339104 4787506 UTM – ETRS89)
 - Precipicios. Los primeros metros de travesía tiene riesgo de caídas desde altura.
 - CON NIEVE, tramo de unos 400 m aprox. especialmente delicado con caída que puede ser fatal.
 - Adaptar la velocidad al nivel técnico individual y a la experiencia en la nieve.
 - Pisar siempre sobre la huella existente. No salirse de ella.
 - Prohibido adelantar.



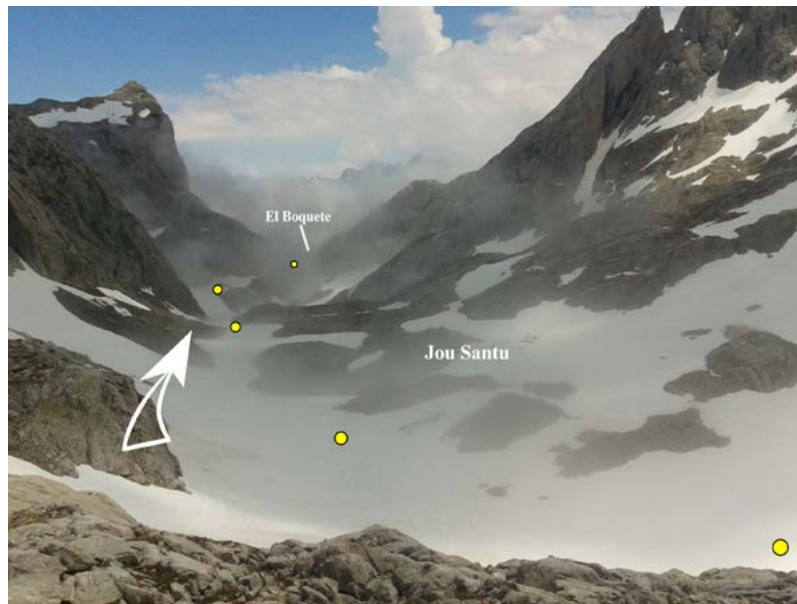
- Las Barrastrosas - Ilambria (30 T 339380 4787234 UTM – ETRS89)
 - Camino con caídas en altura.
 - CON NIEVE, riesgo de caídas desde altura y de deslizamiento.
 - Extremar la precaución. Avanzar sobre la huella existente.
 - Adaptar la velocidad al nivel técnico individual y a la experiencia en la nieve.



- Jou de Los Asturianos (30 T 339990 4786690 UTM – ETRS89)
 - CON NIEVE, en la entrada al jou se pueden formar ventisqueros con gran inclinación. Riesgo de caídas desde altura y de resbalar por la nieve.
 - Extremar la precaución.
 - Descender pisando fuerte con los talones.
 - Ante la duda: usar los crampones

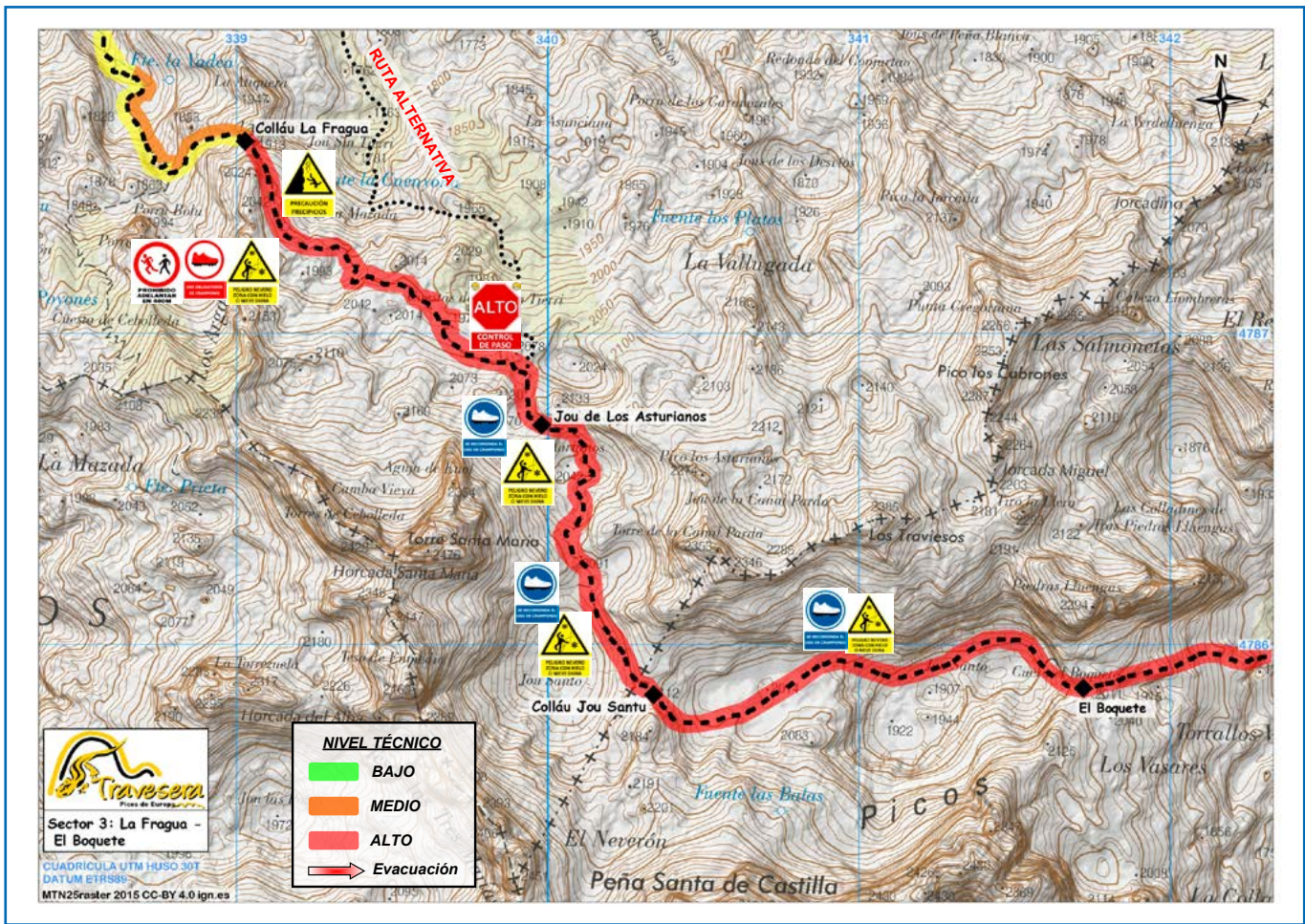
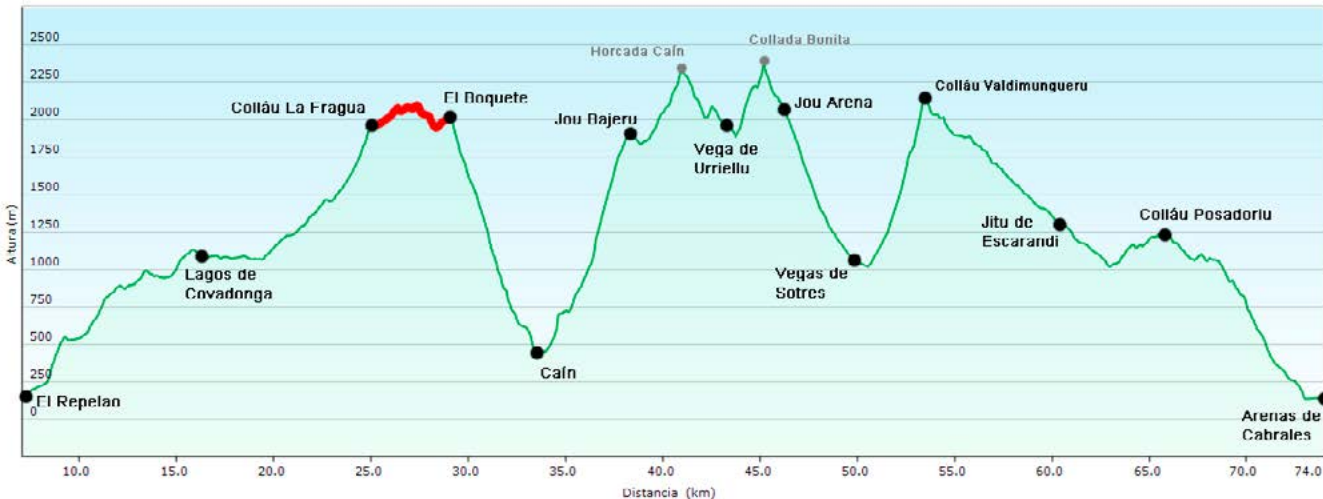


- Jou Santu (30 T 340102 4786298 UTM – ETRS89)
 - CON NIEVE, a la entrada y algún otro punto del jou se pueden formar ventisqueros con inclinación, también se tienen que cruzar varios neveros en travesía. Riesgo de caídas desde altura y de resbalar por la nieve.
 - Extremar la precaución en todo el tramo. Adaptar la velocidad al nivel técnico individual.
 - Descender pisando fuerte con los talones.
 - Ante la duda: usar los crampones.



SIN NIEVE el peligro disminuye. Igualmente se transita por caminos de alta montaña con abundante piedra. Se pueden encontrar todavía restos de neveros. Riesgo de resbalar por la nieve y riesgo de tropezones y caídas al mismo nivel.

Perfil y mapa:

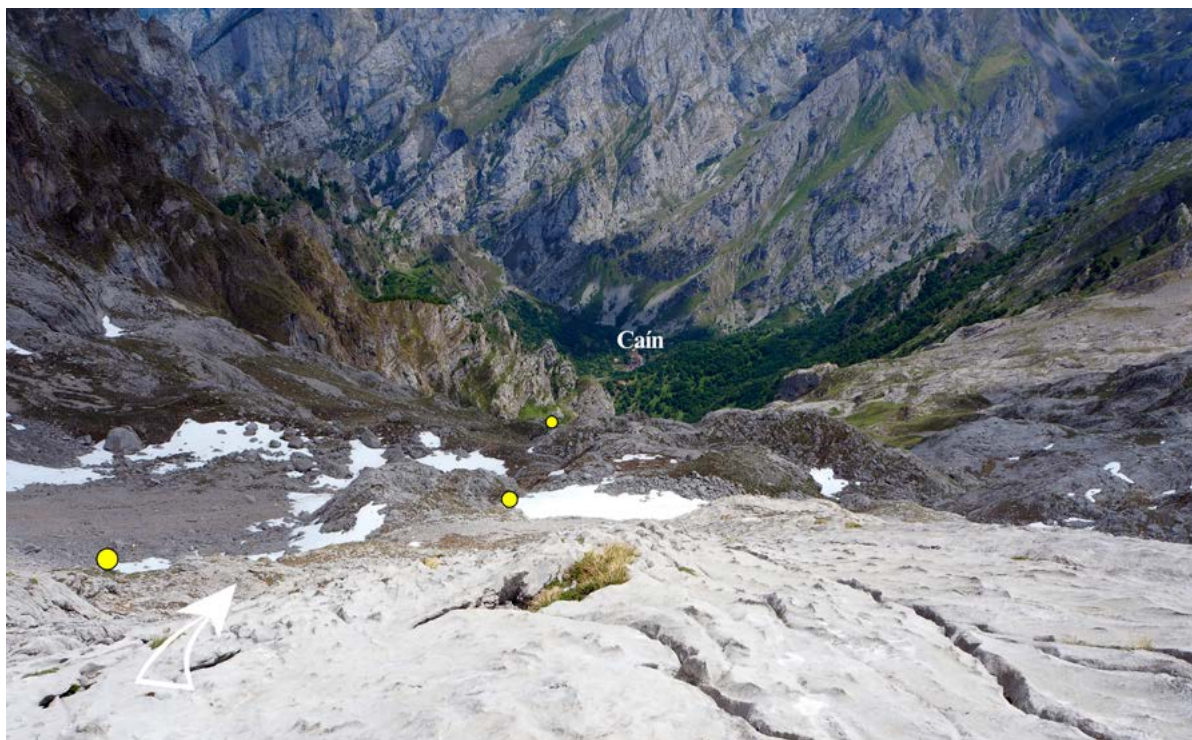


3.5 SECTOR 4. EL BOQUETE / CAÍN

5,5 km | +20 m | -1.550 m

Descripción:

Inicio del largo descenso por la Canal de Mesones hacia Caín. Bajada por caminos difíciles, técnicos, con precipicios, sendero estrecho y resbaladizo. Habitualmente con restos de nieve en el tramo superior.



Horarios en Caín:

- Estimación para el primero: 05:30 h.
- Cierre de control: 09:00 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: ALTO, se realiza totalmente de noche para los primeros. La mitad del pelotón verá el amanecer en el Jou Santu o bajando Mesones. Un terreno dificultades técnicas ALTO o MUY ALTO en el descenso a Mesones y en el Sedo de Mesones especialmente. Ya se considera MEDIO por debajo del Sedo de Armada, es decir, a partir del Joo, el llano que está por encima de Caín de Arriba.
- Riesgos objetivos: ALTO. Riesgo de caída fatal en el Sedo de Mesones. También riesgo ALTO de accidentes por huecos entre rocas tapados por nieve en las canales por encima de las Cabañas de Mesones.
- Riesgos subjetivos: MEDIO debido, en parte, a la nocturnidad. Todo el recorrido se suele hacer acompañado por la cercanía de grupos, aunque el pelotón ya avanza bastante estirado.
- Problemas de evacuación: ALTO. Trayecto de muy difícil acceso. Además, parte del grupo lo hará de noche.

Evacuación:

Desde el Collado del Jou Santu hasta Caín todo en descenso por el camino balizado. Desde allí algunos pocos pueden ser trasladados en vehículos, otros en el autobús previsto para retirados y los demás pueden continuar por la Senda del Cares a Poncebos y Arenas de Cabrales.

Notas de Seguridad:

- El Boquete (30 T 341759 4785874 UTM – ETRS89)
 - CON NIEVE, se suele formar un ventisquero de gran inclinación al inicio del descenso
 - Descender pisando fuerte con los talones.
 - Ante la duda: usar los crampones



- Le sigue un tramo inclinado de unos 200 m que: CON NIEVE, tiene riesgo de caída por deslizamiento, y SIN NIEVE es bastante resbaladizo con piedra suelta.
- Extremar la precaución.
- Adaptar la velocidad al nivel técnico individual



- Canales de Mesones (30 T 342446 4785772 UTM – ETRS89)
 - Por encima de las Cabañas de Mesones hay una zona de canales que suelen acumular nieve, aunque no exista en otras zonas, puede haber riesgo de meter las piernas en huecos entre las rocas.
 - Seguir la huella existente.
 - Precaución en los bordes de los neveros, capa de nieve con poco espesor.



- Sedo Mesones (30 T 343419 4785982 UTM – ETRS89)

- Precipicios: Sendero excavado en la roca, estrecho y resbaladizo. Parte de los corredores pasarán todavía de noche con las fuerzas bastante enteras. Riesgo elevado de caídas desde altura.

- Extremar la precaución. **PROHIBIDO CORRER.**



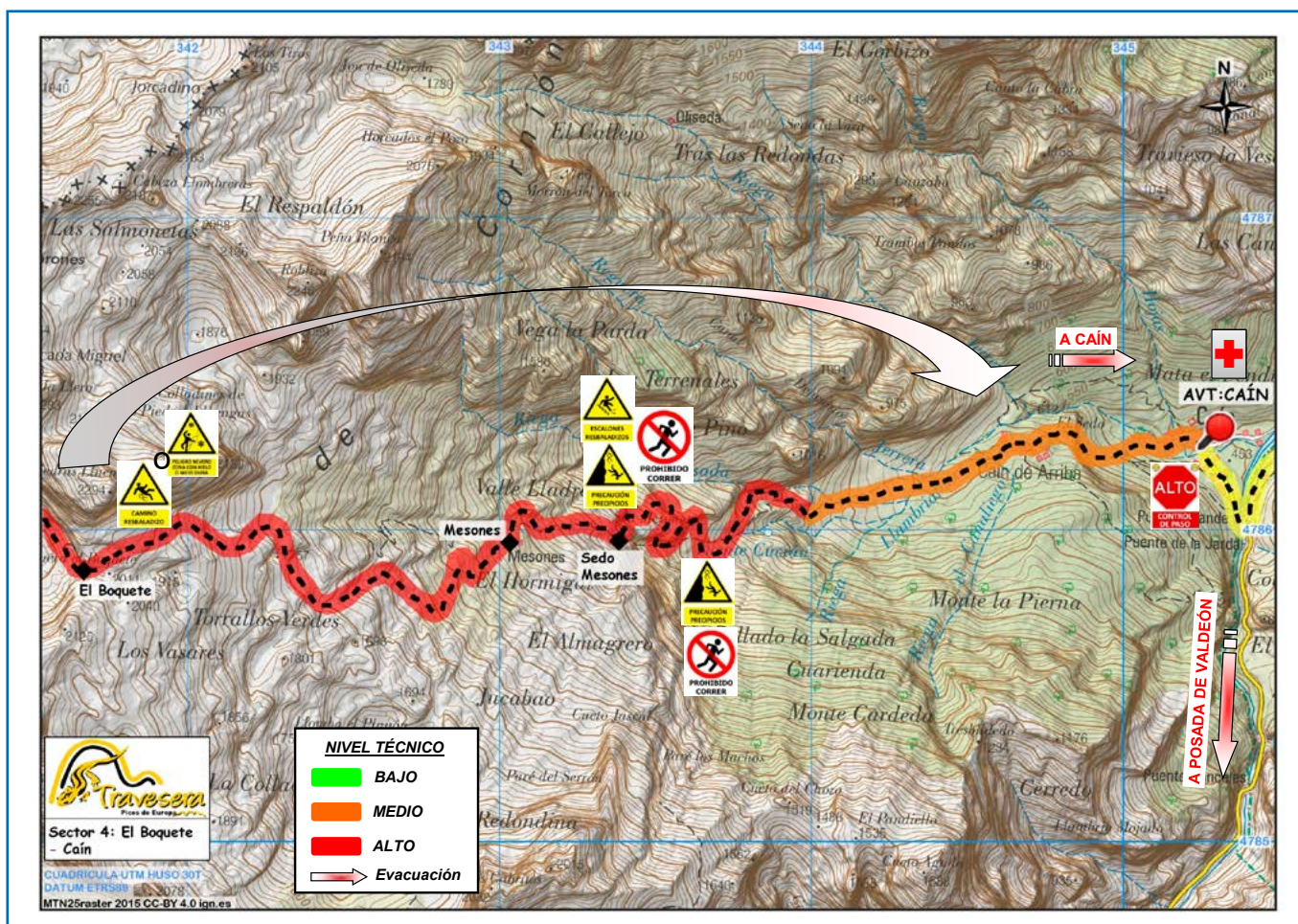
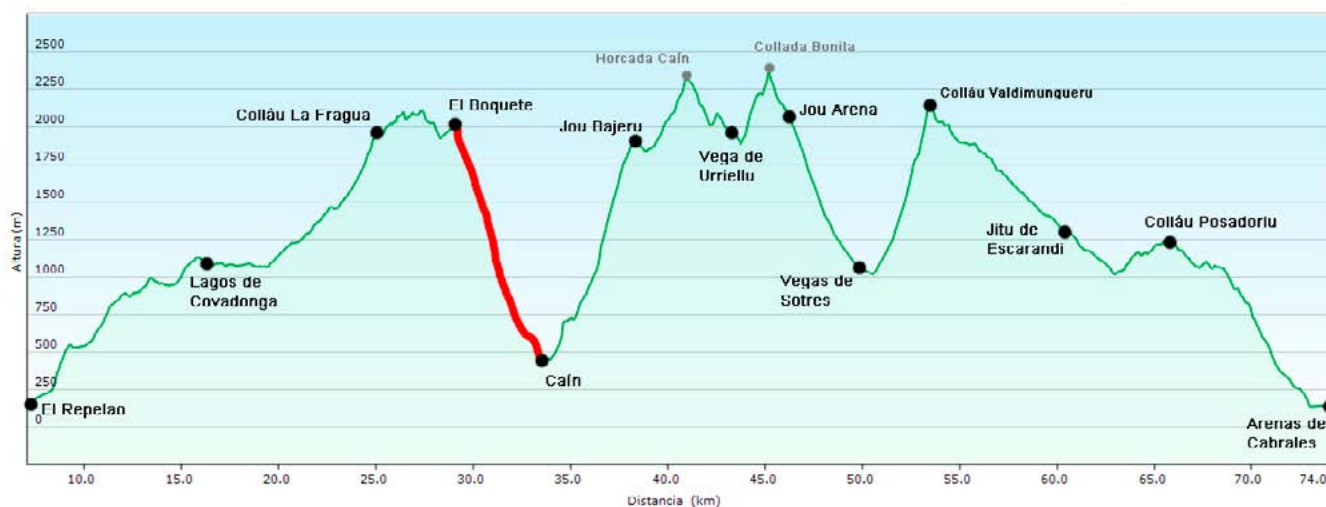
- Sedo de Armada (30 T 343545 4786002 UTM – ETRS89)

- Precipicios: Sendero estrecho con menos dificultad que el anterior. Riesgo de caídas desde altura.

- Extremar la precaución. **PROHIBIDO CORRER.**



Perfil y mapa:



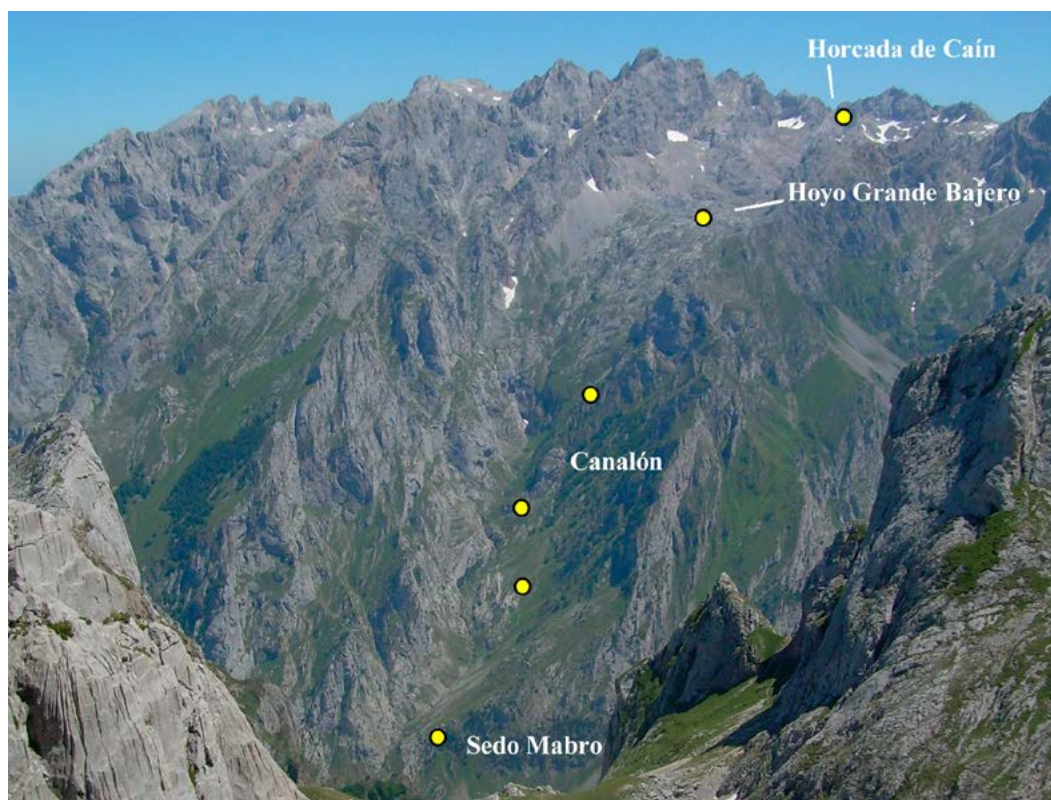
3.6 SECTOR 5. CAÍN / GARGANTA DEL JOU BAJERU

5,6 km | +1520 m | -30 m

Descripción:

De Caín se accede a la canal de Dobresengros a través del Sedo Mabro. Continuamos por una zona de camino marcado a media ladera y el fondo del arroyo sin dificultades técnicas hasta el llamado Canalón donde la ruta se vuelve vertical y con riesgo de caída de piedras.

Se sigue en ascenso todo el tiempo por camino empinado. Los 500 m anteriores al Hoyo Grande Bajero existe una zona de piedras y llambrias un poco caótica.



Horarios en el Jou Bajeru:

- Estimación para el primero: 06:30 h.
- Estimado para el último: 12:30 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: ALTO, puede que se realice de noche para los primeros el tramo inferior de la Canal de Dobresengros. El resto saldrá de Caín ya de día. Un terreno con dificultades técnicas: ALTO en el Sedo Mabro y Canalón de Dobresengros. El tramo entre el Sedo y El Canalón se estima como MEDIO, y el resto de la ruta entre Caín y la Garganta puede ser considerado BAJO al ser todo en ascenso.
- Riesgos objetivos: ALTO. Riesgo de caída en el Sedo de Mabro y Canalón de Dobresengros. Riesgo ALTO de caída de piedras en el Canalón.
- Riesgos subjetivos: MEDIO, debido a la nocturnidad de la primera parte del recorrido para algunos.
- Problemas de evacuación: ALTO. El descenso de un herido sin medios aéreos puede ser muy complejo y de larga duración.

Evacuación:

- Todo en descenso por la Canal de Dobresengros hasta Caín siguiendo el camino balizado de vuelta.
- Algunos corredores conocedores de Picos de Europa pueden optar por retirarse hacia abajo por el fondo de la Canal de Dobresengros sin retornar por el Sedo Mabro y directamente a la Senda del Cares por la que se puede alcanzar Poncebos caminando.

Notas de Seguridad:

- Sedo Mabro (30 T 345810 4786465 UTM – ETRS89)
 - Zona técnica y vertical de trepada fácil que suele estar resbaladiza. Riesgo de caídas desde altura.
 - Extremar la precaución. Asegura los pasos.
 - Deja una pequeña distancia con el corredor que te precede.



- Canalón de Dobresengros – entrada (30 T 347413 4785736 UTM – ETRS89)
 - Ascenso pronunciado con alto riesgo de caída de piedras.
 - Estar atentos a los ruidos. Se recuerda que están prohibidos los auriculares.
 - Avanza en silencio y no te detengas en esta zona.



- Canalón de Dobresengros – espolón (30 T 347350 4785688 UTM – ETRS89)

- Zona vertical con precipicios y algún paso delicado donde se colocará una cuerda de seguridad como pasamanos.
- Extremar la precaución. Asegura los pasos. Usar la cuerda de seguridad.
- Deja una pequeña distancia con el corredor que te precede.

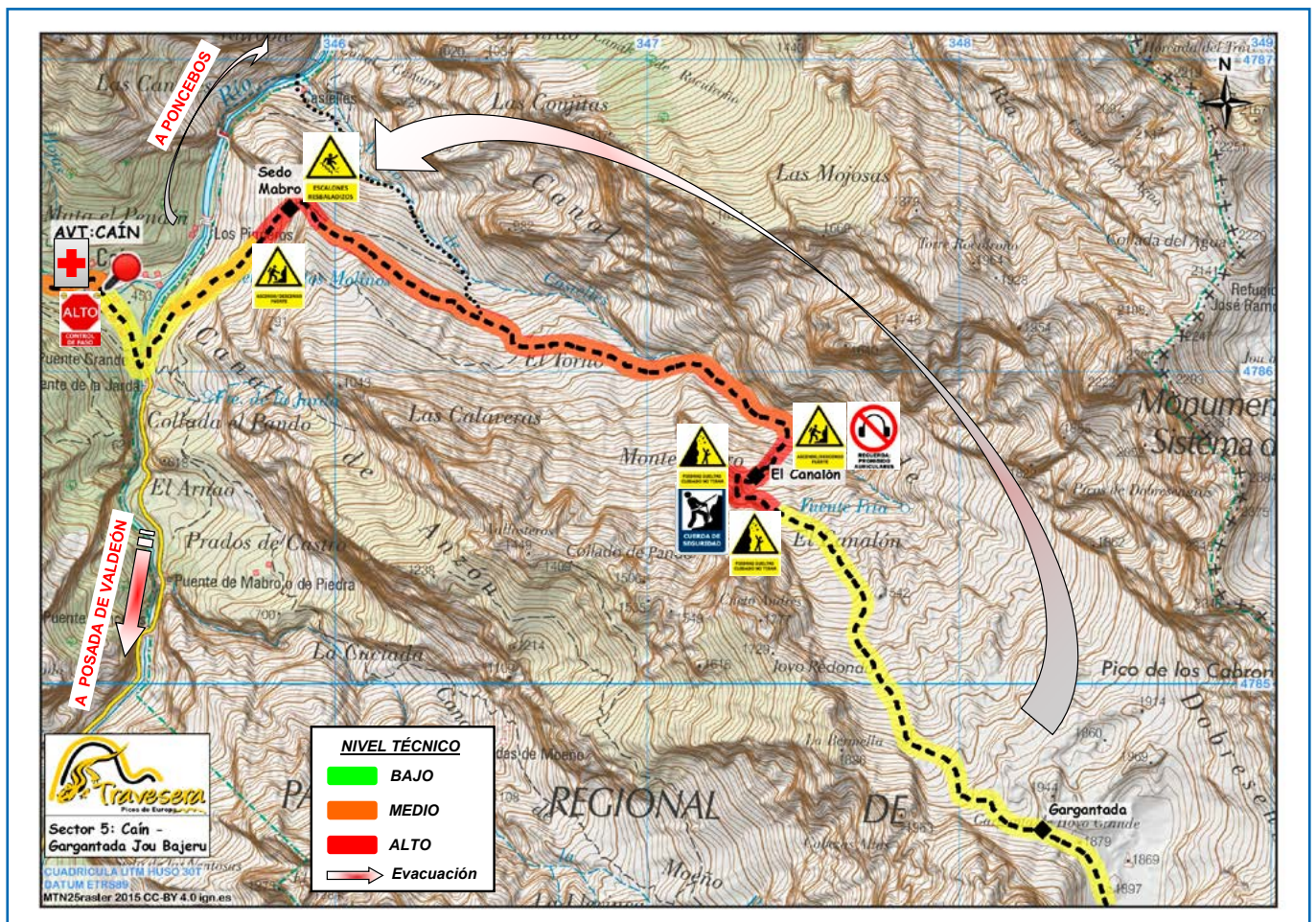
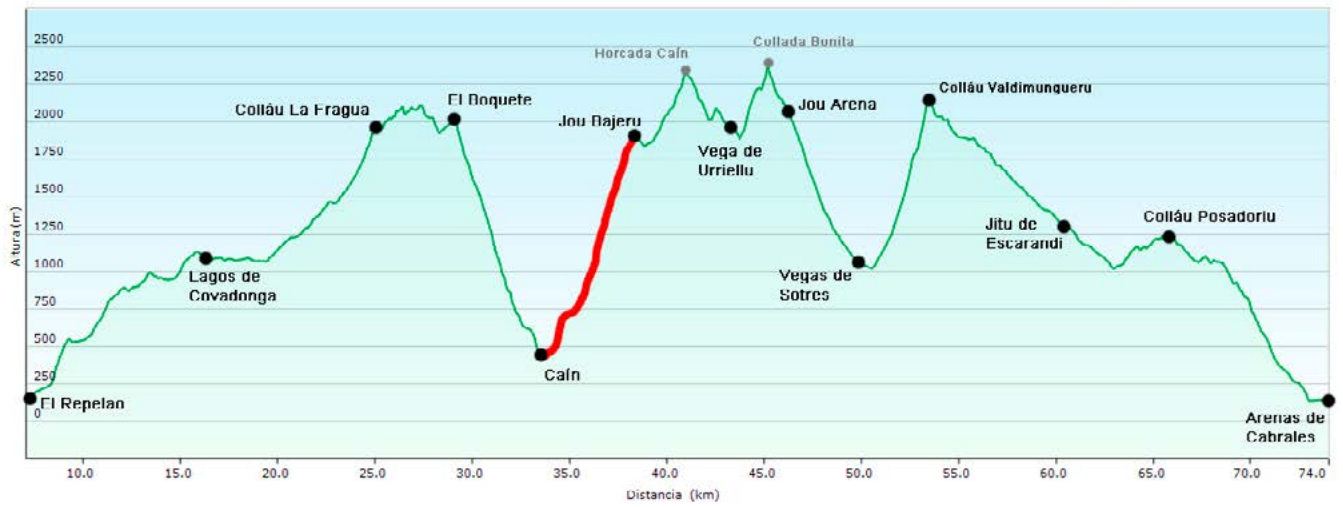


- Hayedo – Parte alta de El Canalón (30 T 347382 4785608 UTM – ETRS89)

- El cruce por la parte alta de El Canalón, el hayedo que hay a continuación y los siguientes 120 m de camino en diagonal ascendente tienen mucha piedra suelta. En todo este trayecto indicado las piedras caen directamente sobre El Canalón. Riesgo elevado de tirar piedras sobre los corredores que transitan por la parte baja.
- Pisar con mucho cuidado de no tirar piedras.
- Grita fuerte ¡PIEDRA! en caso de ver o provocar una caída de ellas.



Perfil y mapa:

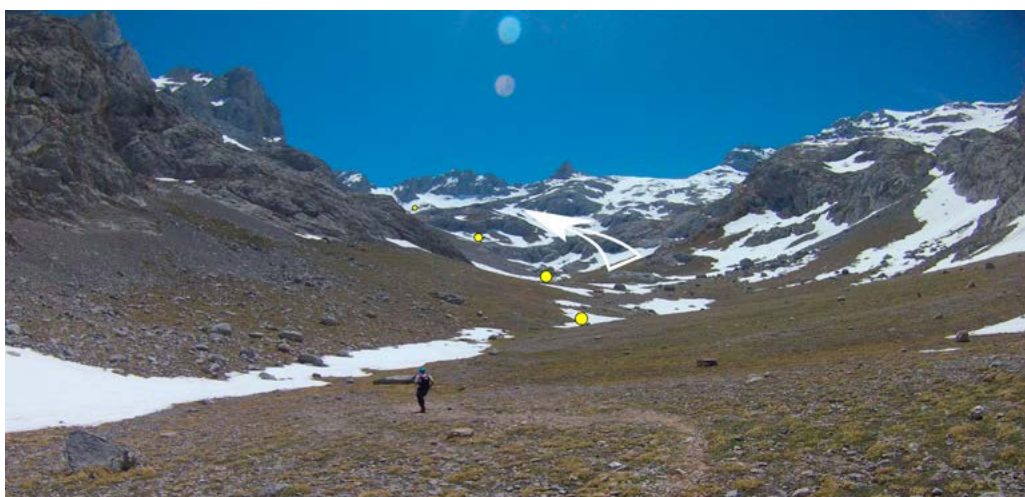


3.7 SECTOR 6. GARGANTA DEL JOU BAJERU – VEGA DE URRIELLU

5,5 km | +600 m | -580 m

Descripción:

Continuación de la canal de Dobresengros, una vez franqueada La Garganta entramos en el Hoyo Grande Bajero. A partir de aquí se suele empezar a pisar nieve de nuevo, en travesía hasta una canal empinada que enlaza con el Hoyo Grande Cimero. Desde el final de la canal hasta la Horcada de Caín continúa en ascenso mantenido que, con nieve dura (orientación oeste), puede existir riesgo de caída importante.



El descenso de la Horcada en general es sencillo debido a la orientación este, así como toda la travesía del Jou sin Tierra y la bajada hasta Urriellu. Estas circunstancias suelen ser favorables en el caso de haber una amplia cobertura de la nieve. En caso de hacer este tramo sin nieve, el recorrido puede ser bastante complejo evitando bloques, torcas y llambrias hasta bajar al Jou Sin Tierra.



Horarios en el Vega de Urriellu:

- Estimación para el primero: 07:30 h.
- Cierre del control: 13:00 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: ALTO, puede que, en parte, se realice de noche para los primeros. El resto transitará el sector ya de día. Un terreno con dificultades técnicas: BAJO en la travesía del Hoyo Grande Bajero, se transforma en ALTO desde el arranque de la travesía ascendente del Hoyo Grande hasta la Horcada de Caín si la nieve está dura. Este último tramo con nieve normal y buena huella se considera MEDIO. Desde la Horcada hasta Urriellu se estima el riesgo como MEDIO con nieve y sin ella como ALTO el descenso hasta el Jou Sin Tierra y luego MEDIO hasta el avituallamiento.
- Riesgos objetivos: ALTO. Riesgo de caída en la Horcada de Caín con nieve. También riesgo ALTO de accidentes por pozos entre rocas tapados por nieve en la bajada hacia Urriellu desde la Horcada de Caín.
- Riesgos subjetivos: MEDIO, debido a la nocturnidad de parte del recorrido para los primeros. También puede afectar a los corredores poco o nada habituados a la nieve. Se añade también el cansancio acumulado de una subida continua de 2000 m de desnivel.
- Problemas de evacuación: ALTO. Desde Urriellu el acceso con vehículo está lejano. El descenso de un herido sin medios aéreos puede ser muy complejo y de larga duración

Evacuación:

- Desde el Hoyo Grande Bajero, seguir la ruta hacia Urriellu, siempre y cuando las condiciones permitiesen franquear la Horcada de Caín sin dificultades. Desde Urriellu se debe bajar caminando por el Camin del Valleyu a Pandébano. Continuar hasta la Curvona o Sotres para ser evacuados a Arenas de Cabrales.

Notas de Seguridad:

- Jou Bajeru (30 T 348814 4783781 UTM – ETRS89)
 - Travesía ascendente a media ladera y, a continuación, canal de acceso del Jou Bajeru al Cimeru. CON NIEVE o restos de neveros existe riesgo de resbalar por la nieve. En la canal, en ocasiones, encontramos ventisqueros y/o rimayas. La parte superior puede presentar una caída severa con nieve dura.
 - Extremar la precaución. Pisar sobre la huella existente
 - Adaptar la velocidad al nivel individual y a la experiencia en la nieve.
 - Con nieve dura o hielo: detente y ponte los crampones.



- Jou Cimeru (30 T 349910 4783504 UTM – ETRS89)

- Travesía ascendente hasta la Horcada de Caín. Por su orientación oeste suele presentar nieve dura a primeras horas del día. Atención: la caída puede ser importante, hasta el fondo del Hoyo Grande. Además de la inclinación, suelen aparecer piedras con el riesgo que implica el impacto en caso de deslizamiento.
- Extremar la precaución. Pisar sobre la huella existente
- Adaptar la velocidad al nivel individual y a la experiencia en la nieve.



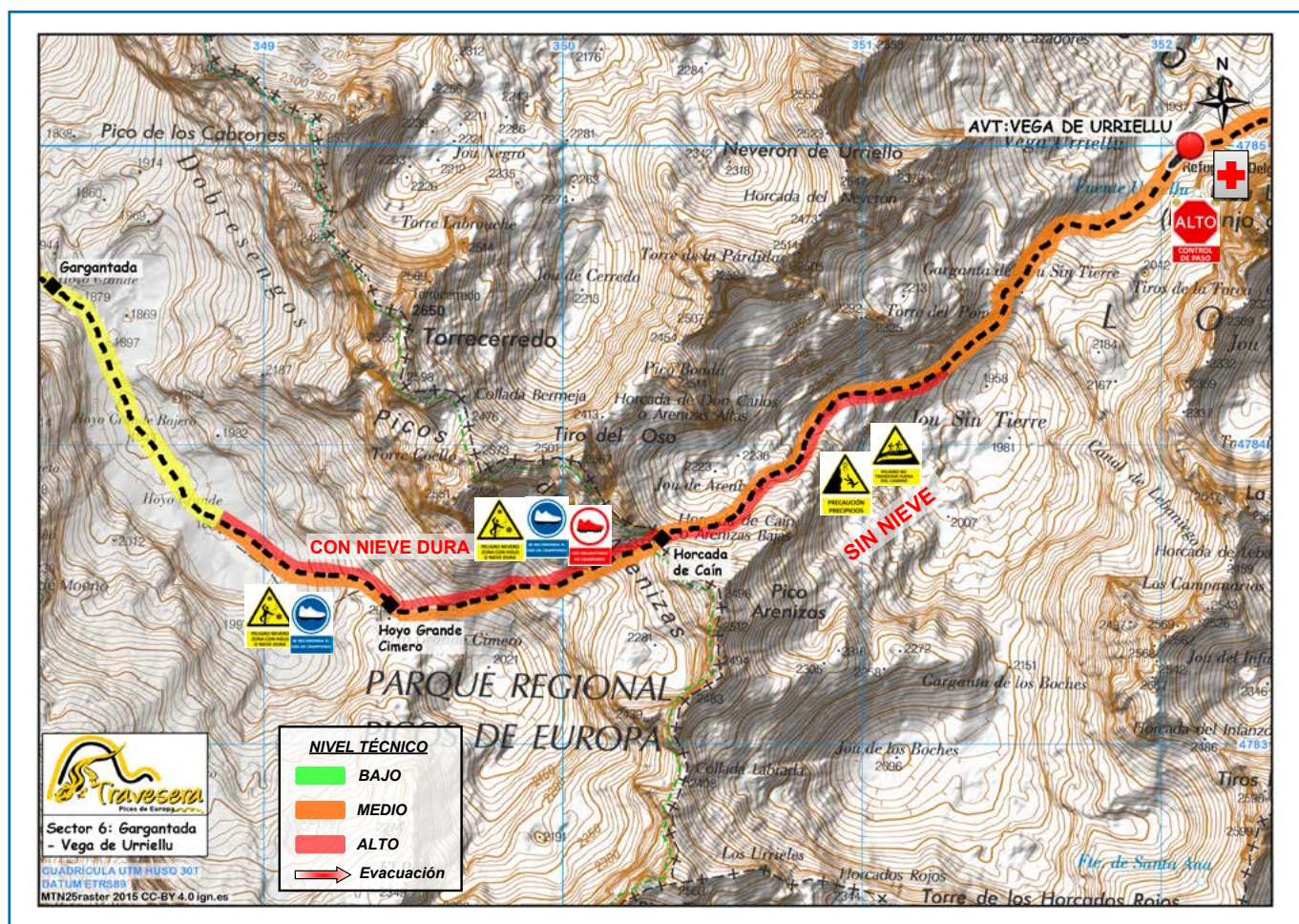
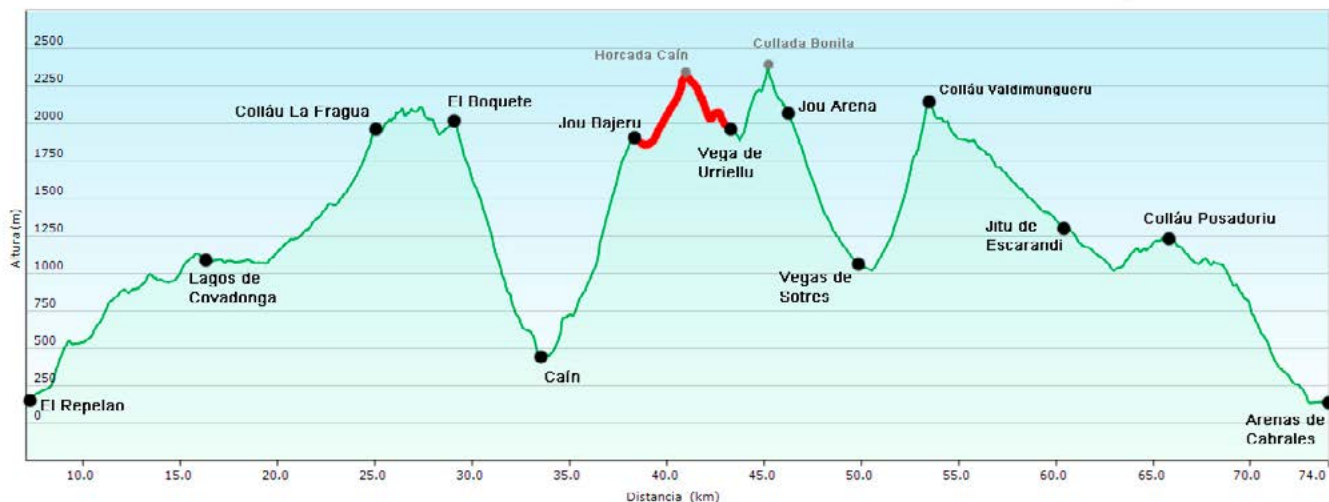
- CON NIEVE dura o hielo: detente y ponte los crampones.
- SIN NIEVE el peligro disminuye considerablemente. Así todo, se transita por caminos de alta montaña con abundante piedra. Se pueden encontrar todavía restos de neveros. Riesgo de resbalar por la nieve y riesgo de tropezones y caídas al mismo nivel.

- Horcada de Caín (30 T 350335 4783707 UTM – ETRS89)

- En descenso hacia el Jou Sin Tierra para luego remontar unos 100m a alcanzar la Vega de Urriellu. CON NIEVE no suele presentar problemas por su orientación este. Riesgo de caídas desde altura por huecos en las cercanías de las rocas.
- Seguir el marcaje y pisar sobre la huella existente.
- SIN NIEVE, el camino se vuelve más tortuoso, zona técnica. Atención a los pozos y llambrias. Riesgo de caídas desde altura.
- Seguir las balizas. No salirse del camino.



Perfil y mapa:



3.8 SECTOR 7. VEGA DE URRIELLU / JOU DE LA ARENA

3,2 km | +500 m | -390 m

Descripción:

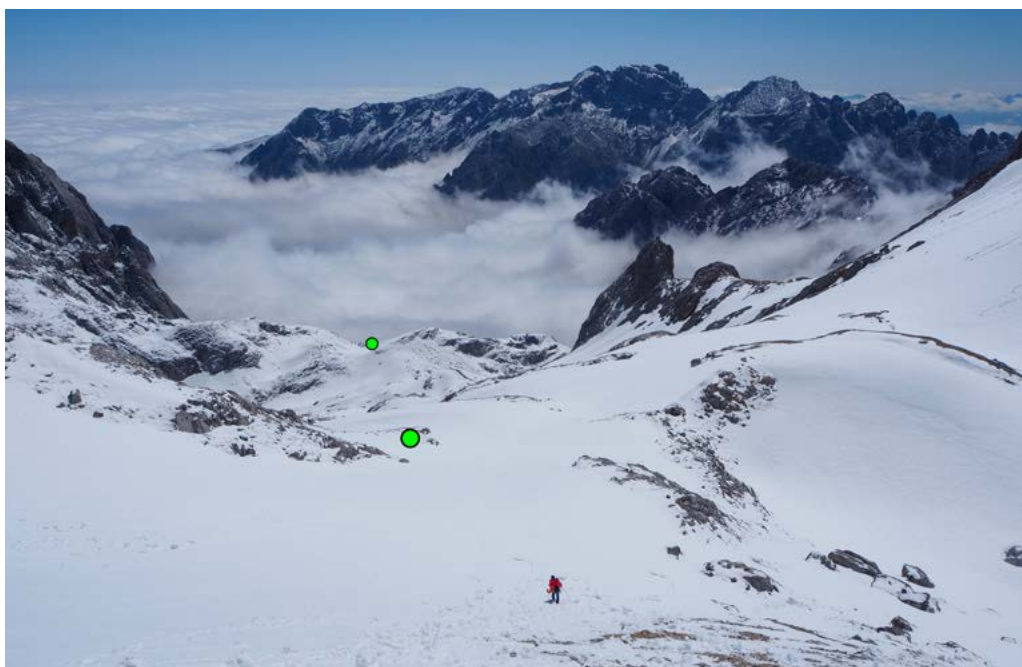
Después de un corto descenso se sube por la Canal de la Celada con pasos técnicos y habitualmente presencia de nieve.



Todo en ascenso hasta un collado y desde allí una larga travesía, generalmente con nieve, y tramos de fácil trepada en roca. Continúa una dura subida a Collada Bonita con orientación oeste, sobre nieve dura a primeras horas.



Los primeros metros de bajada suelen ser complicados por la pendiente y la rimaya. Sigue todo en descenso a través del Jou de los Machos y el Jou de la Arena a continuación.



Horarios en el Jou de la Arena:

- Estimación para el primero: 08:30 h.
- Estimación para el último: 15:30 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: MEDIO, en la Canal de la Celada y el descenso del Jou de los Machos. El tramo desde la Collada de la Celada que incluye la travesía del Jou Tras el Picu, el ascenso, paso y descenso de la Collada Bonita lo consideramos ALTO. La entrada a la Canal de La Celada se estima de riesgo BAJO.
- Riesgos objetivos: MEDIO por riesgo de caída en la Canal de la Celada, en la travesía del Jou Tras el Picu y en el Jou de los Machos. Riesgo MEDIO de caída de piedras en la Canal de la Celada. Riesgo ALTO de caída en la travesía del Jou Tras el Picu, en el ascenso y descenso de la Collada Bonita, también riesgo MEDIO accidentes por pozos entre rocas tapados por nieve en la bajada hacia el Jou de la Arena desde la Collada Bonita.
- Riesgos subjetivos: MEDIO, debido al carácter alpino del tramo, que también puede afectar a los corredores poco o nada habituados a la nieve.
- Problemas de evacuación: ALTO. Desde Urriellu el acceso con vehículo está lejano. Toda la Canal de la Celada, el Jou Tras el Picu y el franqueo de Collada Bonita, así como el descenso hacia Vegas de Sotres puede representar un problema complejo para una evacuación terrestre.

Evacuación:

- Los que estuvieran antes del Colláu Bonita retornarán por la Canal de Celada hacia Pandébano. Y luego continuarán hacia La Curvona o Sotres para ser evacuados a Arenas de Cabrales.
- Aquellos que hayan franqueado Collada Bonita descenderán hacia las Vegas de Sotres por la ruta balizada. Una vez allí se sigue caminando hasta La Curvona de Sotres.

Notas de Seguridad:

- Canal de la Celada (30 T 352688 4784901 UTM – ETRS89)
 - Ascenso técnico con mucha piedra suelta y alguna trepada fácil. Riesgo de caídas desde altura y riesgo de caída de piedras. CON NIEVE, riesgo de resbalar por el nevero
 - Extremar la precaución. Pisar sobre la huella existente en caso de nieve.
 - Avanza con cuidado de no tirar piedras.
 - Grita fuerte ¡PIEDRA! en caso de ver o provocar una caída de ellas.



- Colláu de la Celada (30 T 352650 4784465 UTM – ETRS89)
 - Travesía por el Jou Tras el Picu, con orientación oeste suele estar dura a primeras horas. Suele haber tramos mixtos de nieve y por roca. El tramo final de la travesía puede presentar una caída severa con nieve dura. Riesgo de caídas desde altura y riesgo de resbalar por la nieve.
 - Extremar la precaución. Pisar sobre la huella existente
 - Adaptar la velocidad al nivel individual y a la experiencia en la nieve.
 - En las zonas de trepada utilizar siempre tres puntos de apoyo.
 - Atención a los cambios de pasar de roca a nieve y viceversa.
 - Con nieve dura o hielo: detente y ponte los crampones.



- Collada Bonita (30 T 352726 4784005 UTM – ETRS89)
 - Subida muy empinada y descenso complicado los primeros 20/30 m con mucha pendiente y posible rimaya. Se equipa con cuerda de seguridad.
 - No correr ni precipitarse
 - Extremar la precaución. Pisar sobre la huella existente
 - Usar los crampones.
 - Cogerse a la cuerda de seguridad y no dar tirones laterales
 - En caso de haber piedras al descubierto, pisar con cuidado de no tirarlas.

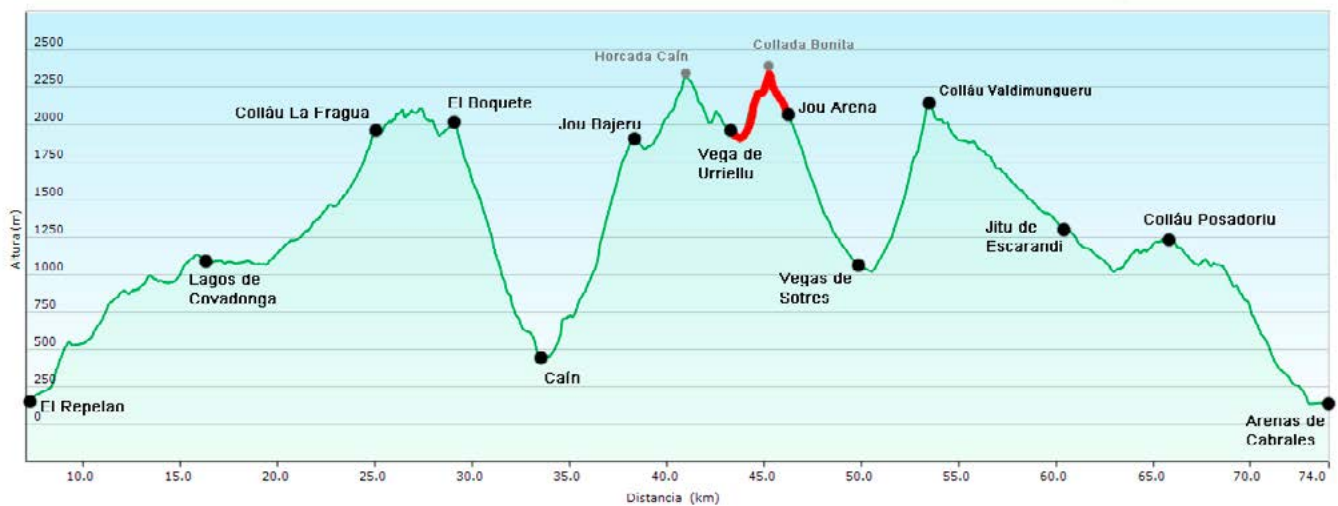


- Sin nieve el peligro disminuye. Así todo, se transita por caminos de alta montaña muy técnicos con alguna trepada. Se pueden encontrar todavía restos de neveros. Riesgo de resbalar por la nieve y riesgo de tropezones, caídas desde altura y caídas al mismo nivel.

- Jou de los Machos - Moñetas (30 T 352916 4784015 UTM – ETRS89)
 - Descenso sinuoso evitando resaltes rocosos. CON NIEVE no suele presentar problemas por su orientación este. Riesgo de caídas desde altura y por caídas en huecos ocultos por la nieve.
 - Seguir el marcaje. Puede ser peligroso salirse de la huella existente.
 - SIN NIEVE, el camino se vuelve más tortuoso con muchos requiebros. Atención a los pozos y llambrias. Riesgo de caídas desde altura.
 - Seguir las balizas. No salirse del camino.



Perfil y mapa:



3.9 SECTOR 8. JOU DE LA ARENA / VEGAS DE SOTRES

4,1 km | +15 m | -1000 m

Descripción:

Todo descenso hasta las Vegas de Sotres. Terreno con requiebros y bloques bastante caótico. Después se siguen trochas y caminos transitables poco técnicos en general.



Horarios en meta:

- Estimación para el primero: 08:45 h.
- Cierre de control: 15:20 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: MEDIO, el descenso del Jou de los Machos hasta la Majada de Las Moñetas. El resto de la ruta se estima de riesgo BAJO.
- Riesgos objetivos: MEDIO por riesgo de caída entre bloques o llambrias.
- Riesgos subjetivos: MEDIO, tramo mantenido de atención al terreno.
- Problemas de evacuación: ALTO. Todo el descenso hacia Moñetas puede representar un problema complejo para una evacuación. Los últimos metros de la bajada sí son más sencillos, por buen camino y pradería, pero no son accesibles para vehículos. En Vegas de Sotres ya existe la posibilidad de evacuación rodada.

Evacuación:

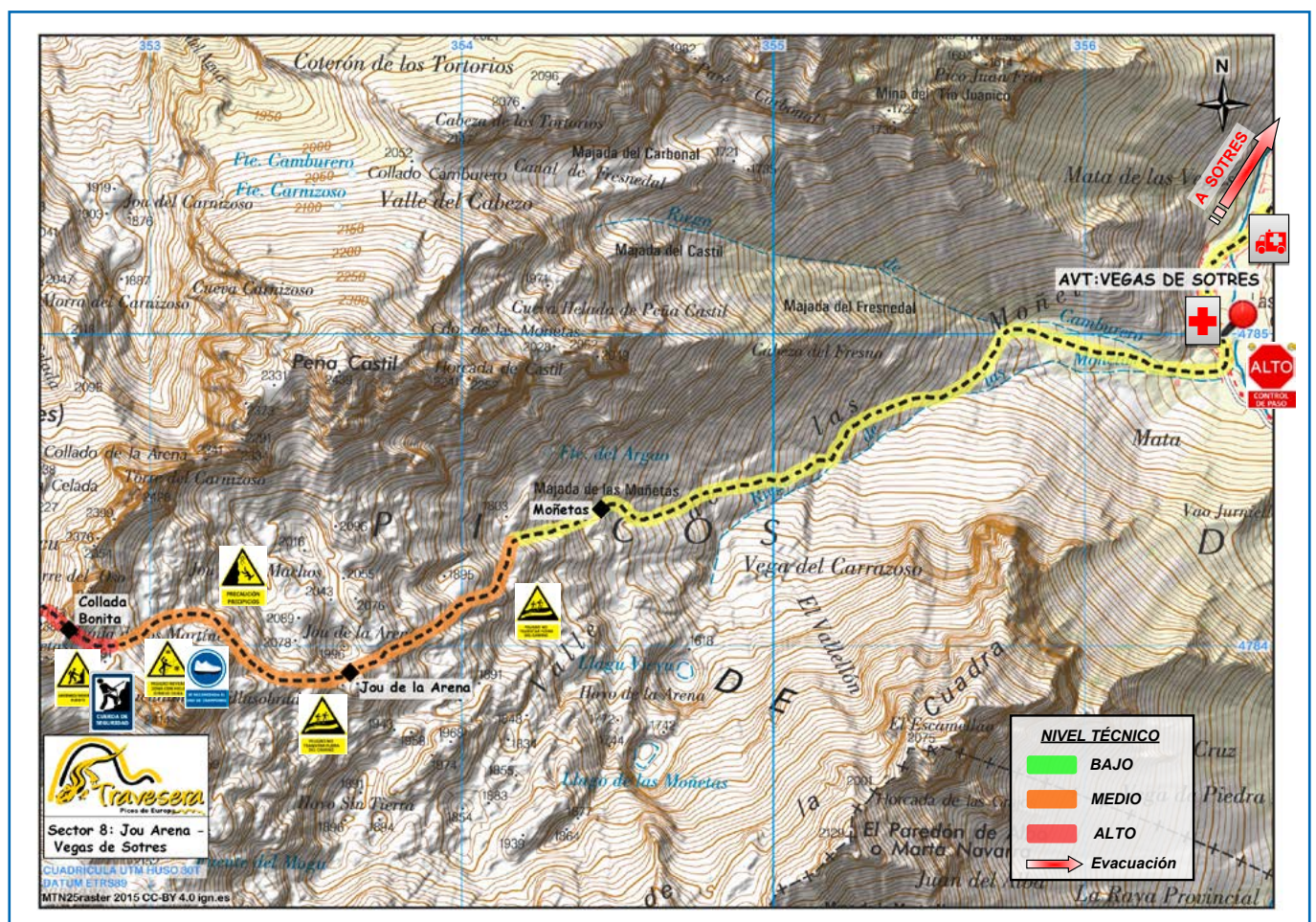
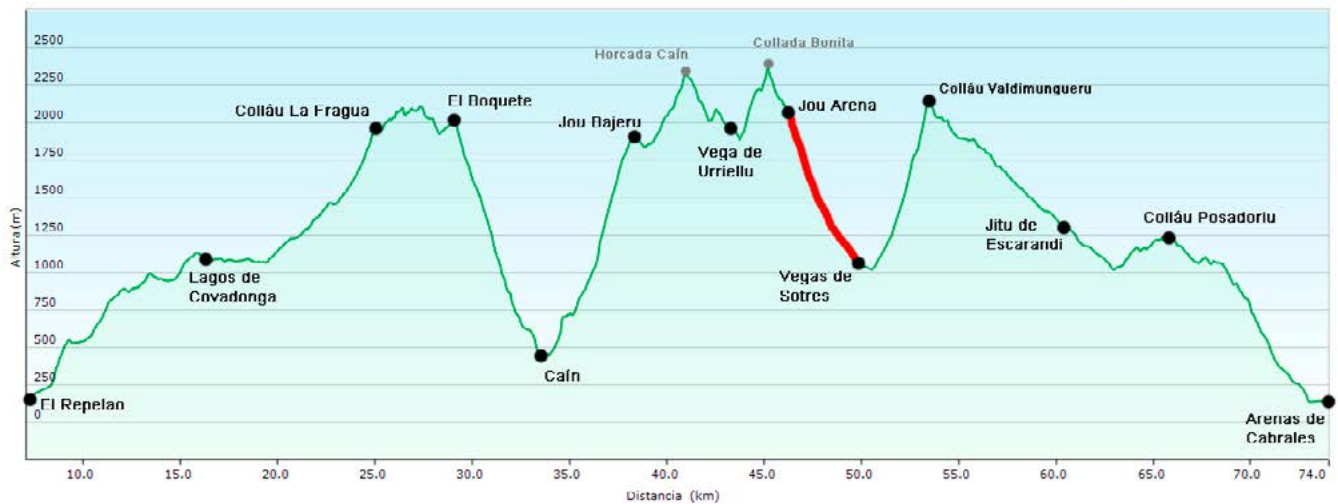
- En descenso hacia las Vegas de Sotres por la ruta balizada. Una vez allí se llega caminando a La Curvona o a Sotres para ser evacuados a Arenas de Cabrales

Notas de Seguridad:

- Jou de la Arena – valle de Moñetas (30 T 353698 4783960 UTM – ETRS89)
 - En caso de persistir la nieve por debajo del jou, prestar atención a los posibles huecos en los bordes de los neveros.
 - En caso de niebla seguir el marcaje. Usar el gps si es necesario. Encender piloto trasero.
 - Camino de montaña con piedras. Riesgo de tropezones y caídas al mismo nivel.



Perfil y mapa:



3.10 SECTOR 8. VEGAS DE SOTRES / COLLÁU VALDOMINGUERU

4,2 km | +1120 m | -80 m

Descripción:

El tramo se inicia por pista hasta el inicio de la Canal de Jidiello. A partir de aquí se asciende la canal interrumpidamente unos 1100 m de desnivel. La zona superior tiene parte de piedra suelta incomoda para avanzar. Los 50 últimos metros se estrecha entre paredes y presenta rimaya y nevero muy inclinado, o en caso de no haber nieve una trepada en roca con cierta exposición.



Horarios en meta:

- Estimación para el primero: 09:45 h.
- Estimación para el último: 18:30 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

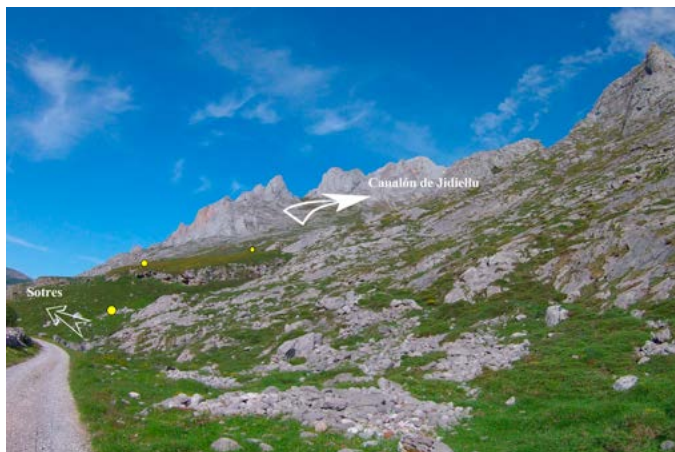
- Nivel técnico: BAJO toda la pista inicial y el ascenso de Jidiello hasta el cruce de la riega. Desde ahí y los últimos 250 m que podemos considerar como ALTO.
- Riesgos objetivos: MEDIO, existe riesgo de caída en la subida final al Collau Valdomigueru y por riesgo de caída piedras en el mismo lugar y en el cruce de la riega.
- Riesgos subjetivos: ALTO, subida constante y muy pronunciada con gran cansancio acumulado.
- Problemas de evacuación: MEDIO-ALTO. La parte superior de la canal de Jidiello es donde pueden presentarse las mayores dificultades para una evacuación terrestre.

Evacuación:

- Se retornará por la Canal de Jidiello hasta la pista de Áliva. Después caminando por la pista hasta La Curvona o a Sotres para ser evacuados a Arenas de Cabrales.

Notas de Seguridad:

- Pista de Áliva (30 T 356444 4784970 UTM – ETRS89)
 - Hasta la entrada a Jidiello es compartida con vehículos, aunque circulan despacio existe riesgo de atropello.
 - Atención a los coches. Correr por los bordes de la pista.



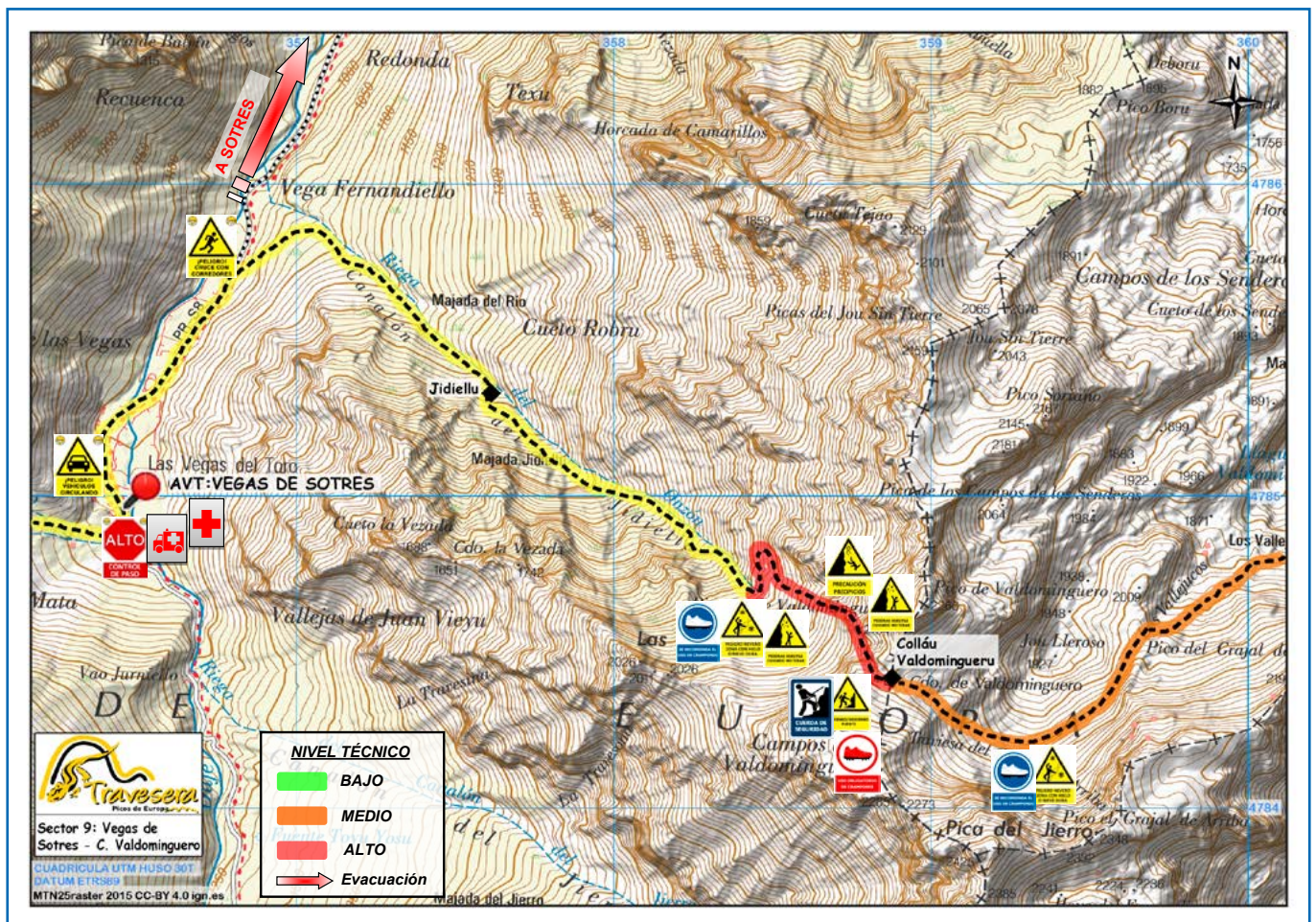
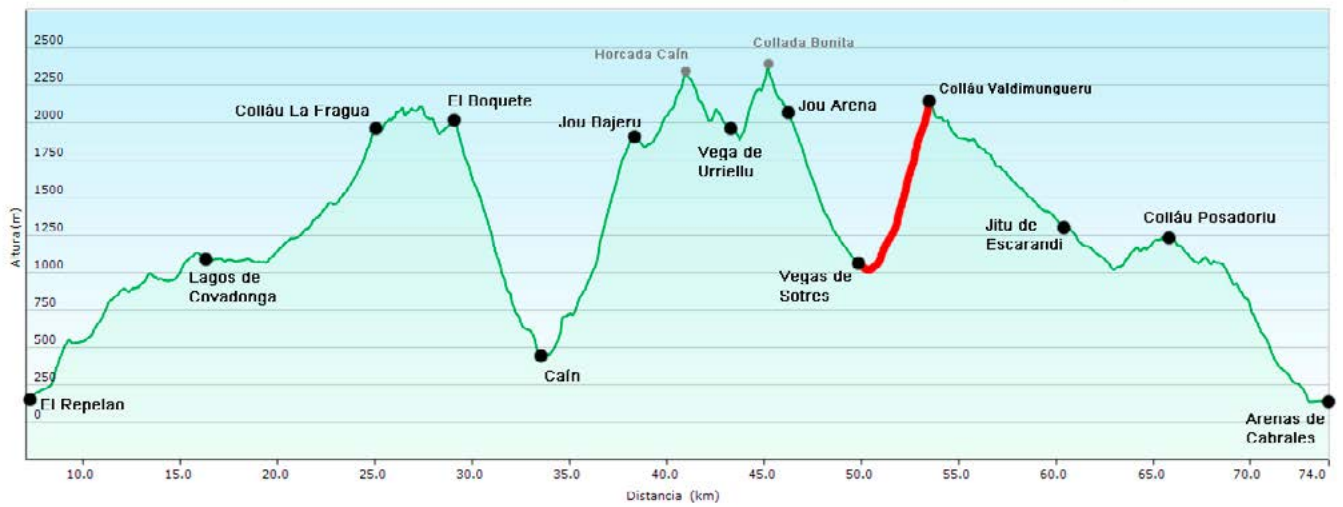
- Canal de Jidiellu (30 T 358433 4784719 UTM – ETRS89)
 - Cruce de la riega que suele mantener nieve y presenta riesgo de caída de piedras.
 - Prestar atención con nieve dura riesgo de resbalar por la nieve. En caso de duda: usar crampones.
 - Atentos a los ruidos de caída de piedras.
 - No te detengas en la riega.



- Colláu Valdomingueru (30 T 358843 4784466 UTM – ETRS89)
 - Fuerte subida, encajonada entre paredes rocosas. Tramo de trepada con riesgo de caída desde altura. También riesgo de caída de piedras.
 - Trepada asegurada con cuerda, cogerse con firmeza y sin dar tirones laterales.
 - **IMPORTANTE:** cuando la canal se cierra, se asciende por la pared de la izquierda, no seguir de frente por el fondo, está muy pulido.
 - Suele mantenerse un nevero con riesgo de resbalar por la nieve.
 - Prestar atención con nieve dura. En caso de duda: usar crampones.
 - Avanzar con cuidado de no tirar piedras. En caso de tirar o ver caer alguna gritar: ¡PIEDRA!



Perfil y mapa:



3.11 SECTOR 10. COLLÁU VALDOMINGUERU / JITU DE ESCARANDI

7,5 km | +55 m | -875 m

Descripción:

Se desciende siguiendo una larga media ladera donde, en ausencia de nieve, existe un buen camino que pasa por el refugio Casetón de Ándara y ya se continúa por pista todo en bajada hasta el avituallamiento del Jitu de Escarandi. Aunque, lo más habitual, es encontrar nieve en la parte inicial del descenso.



Horarios en el Jitu:

- Estimación para el primero: 10:25 h.
- Cierre de control: 18:30 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: El descenso se estima MEDIO por la nieve o las piedras hasta el Casetón de Ándara. El resto de la pista hasta el Jitu se califica como BAJO.
- Riesgos objetivos: MEDIO por riesgo de accidentes por huecos entre rocas tapados por nieve en la bajada de las Traviesas del Grajal o por riesgo de resbalar por un nevero. Riesgo BAJO de caída en pozos abandonados de las Minas de Mazarrasa por existir un camino ancho en esa zona.
- Riesgos subjetivos: ALTO, los participantes transitan ya con un gran cansancio acumulado.
- Problemas de evacuación: MEDIO-ALTO. Las Traviesas del Grajal están ya menos alejadas a un acceso rodado. La pista es accesible por vehículos todo-terreno.

Evacuación:

- Descender hacia el Jitu de Escarandi por la ruta balizada. Una vez en el Jitu podrían ser evacuados a Arenas de Cabrales.

Notas de Seguridad:

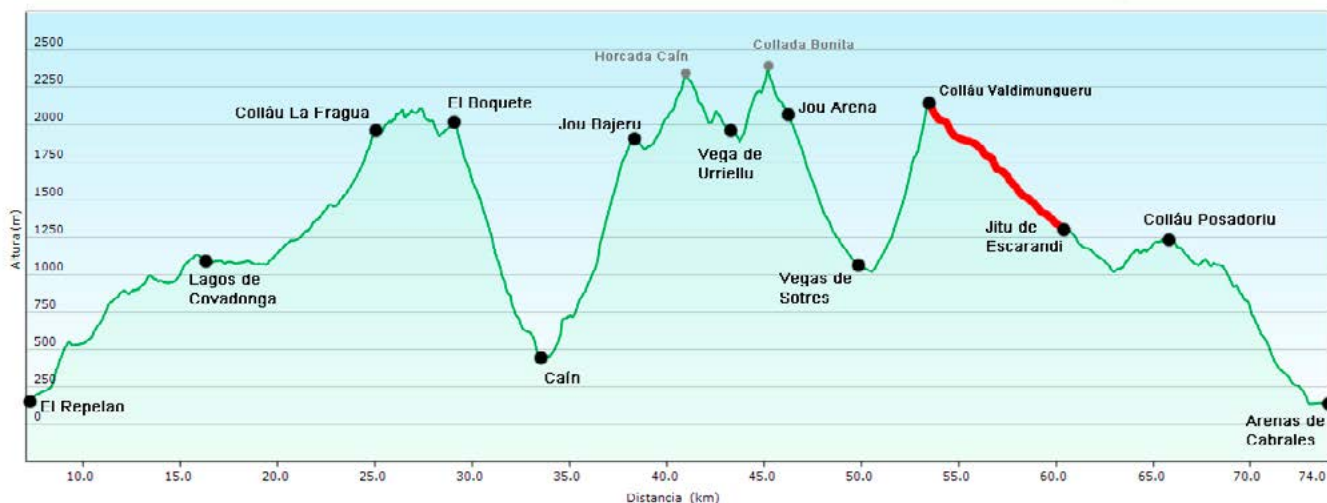
- Travesías del Grajal (30 T 359040 4784303 UTM – ETRS89)
 - Camino a media ladera con pendiente. CON NIEVE no suele presentar problemas debido a su orientación este. Con nieve dura riesgo de caídas por resbalamiento: usar crampones.
 - Precaución con los huecos en las cercanías de las rocas.
 - Precaución por escaso espesor de la nieve que puede hacer aflorar rocas con riesgo para practicantes del “culo-esquí”.
 - SIN NIEVE es un camino de alta montaña con abundante roca y piedras. Riesgo de tropezones y caídas al mismo nivel.



- Minas de Mazarrasa (30 T 360529 4785401 UTM – ETRS89)
 - Zona de minas abandonadas. Riesgo de caídas desde altura.
 - Precaución, aunque el camino es ancho la caída puede ser fatal.
 - No abandonar el camino.



Perfil y mapa:

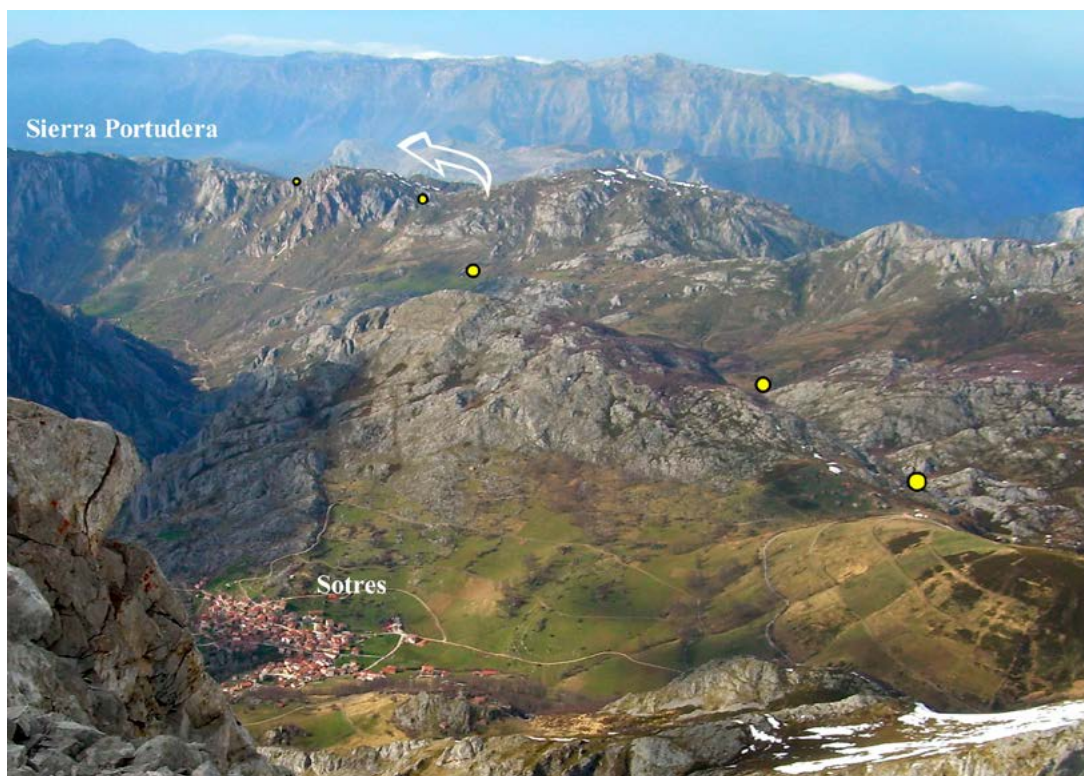


3.12 SECTOR 11. JITU DE ESCARANDI / COLLÁU POSADORIU

5,7 km | +285 m | -360 m

Descripción:

Se desciende los primeros 550 m paralelos a la carretera en dirección a Sotres y luego se interna en la Cañada de Camba por terreno siempre fácil técnicamente siguiendo el PR-PN-PE-20. Antes de alcanzar otra majada se sigue unos metros monte a través hasta un camino. Este sendero sigue en diagonal ascendente sin presentar mayores dificultades hasta el Colláu Posadoriu.



Horarios en el Colláu Posadoriu:

- Estimación para el primero: 11:00 h.
- Estimación para el último: 20:00 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: BAJO todo el tramo ya que se transita por carretera, praderías y caminos consolidados.
- Riesgos objetivos: BAJO, precaución con los vehículos que circulan por la carretera AS-264.
- Riesgos subjetivos: MEDIO, el agotamiento físico y psíquico es elevado, aumentándose los tiempos de reacción ante cualquier incidente.
- Problemas de evacuación: BAJO-MEDIO. La parte inicial transcurre por la carretera AS-264 o cercana a ella. El resto sería posible acceder con vehículo todoterreno hasta Tobaos desde Tielve, con lo que una evacuación terrestre no sería muy compleja, añadiéndose el hecho de que la mayor parte del trazado pasa por buen camino.

Evacuación:

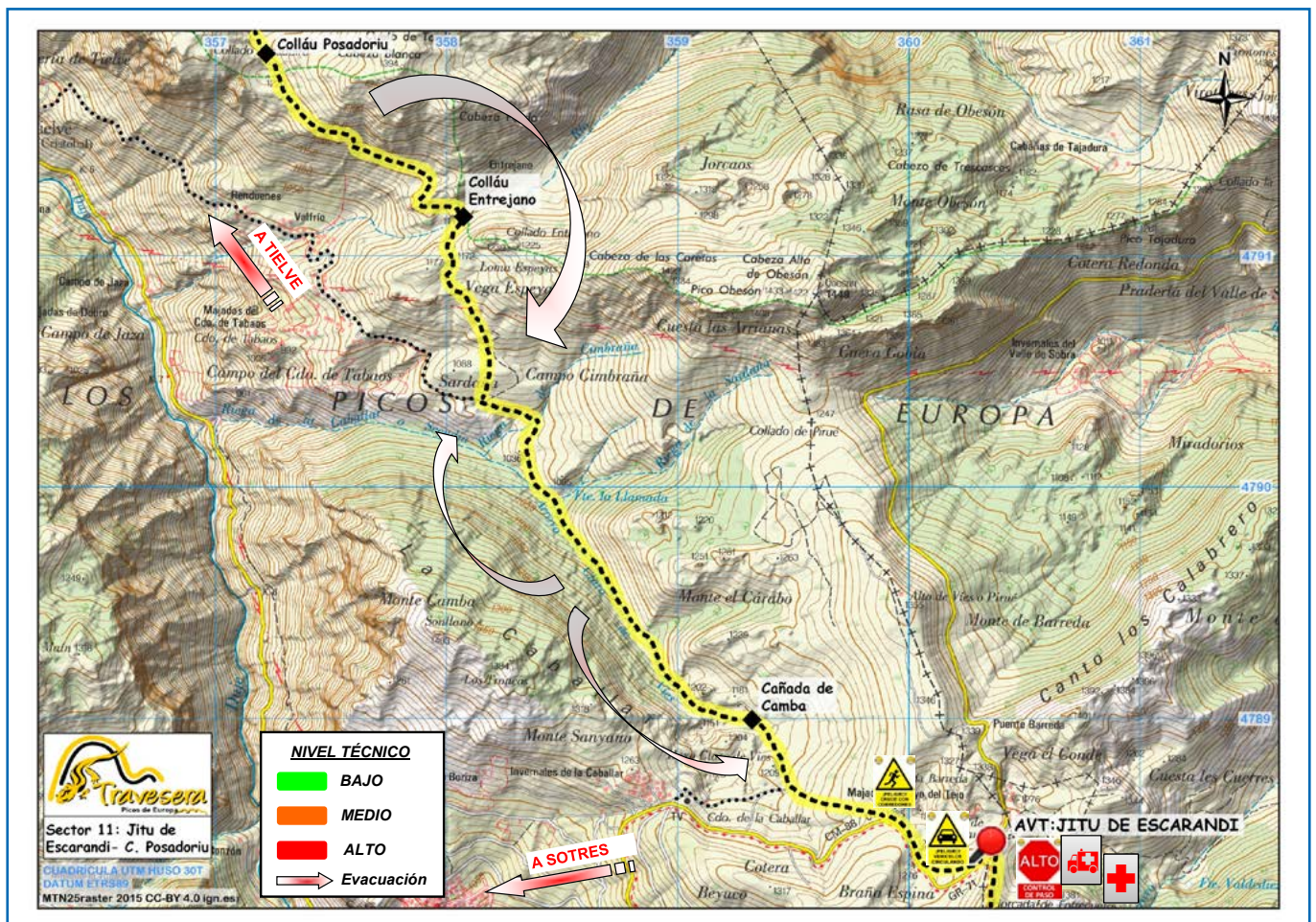
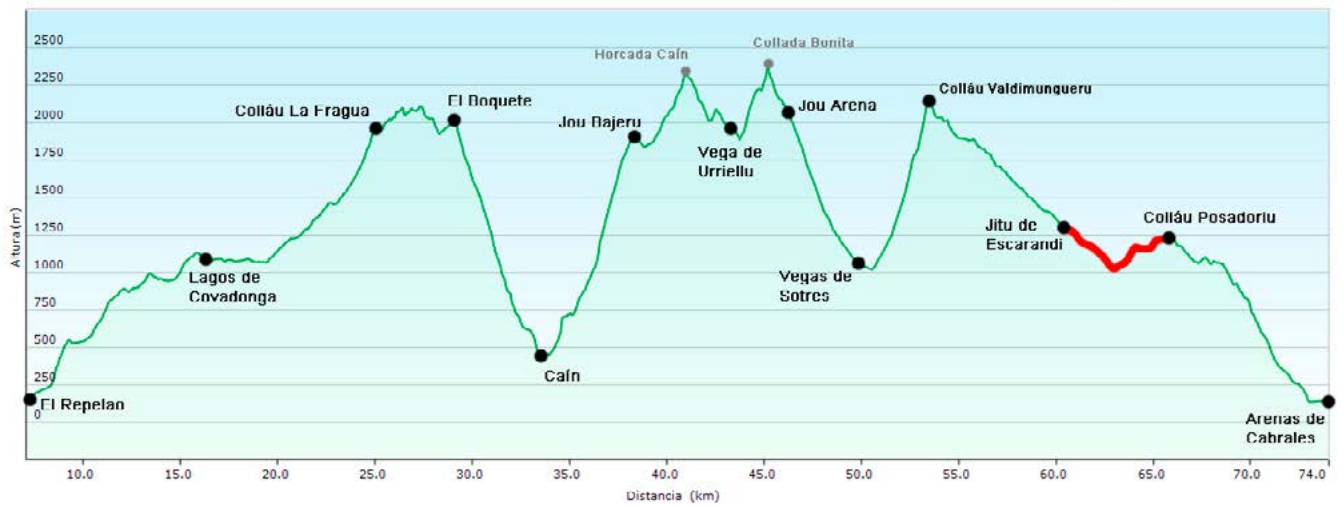
- Los estuvieran antes o en el inicio de la Cañada de Camba irán a Sotres.
- El resto que no hubieran alcanzado el Colláu Posadoriu retornarán por el camino de subida hasta el PR-PNPE-20 donde pueden continuar hacia Tielve para ser trasladados a Arenas de Cabrales.

Notas de Seguridad:

- Cruce carretera AS-264 (30 T 360265 4788353 UTM – ETRS89)
 - Posible presencia de vehículos circulando por la carretera. Riesgo de atropello.
 - Prestar atención al cruzar la carretera cuando se llega al avituallamiento.
 - Después, transitar por los prados paralelos a la carretera (550m aprox.) hasta el desvío.



Perfil y mapa:

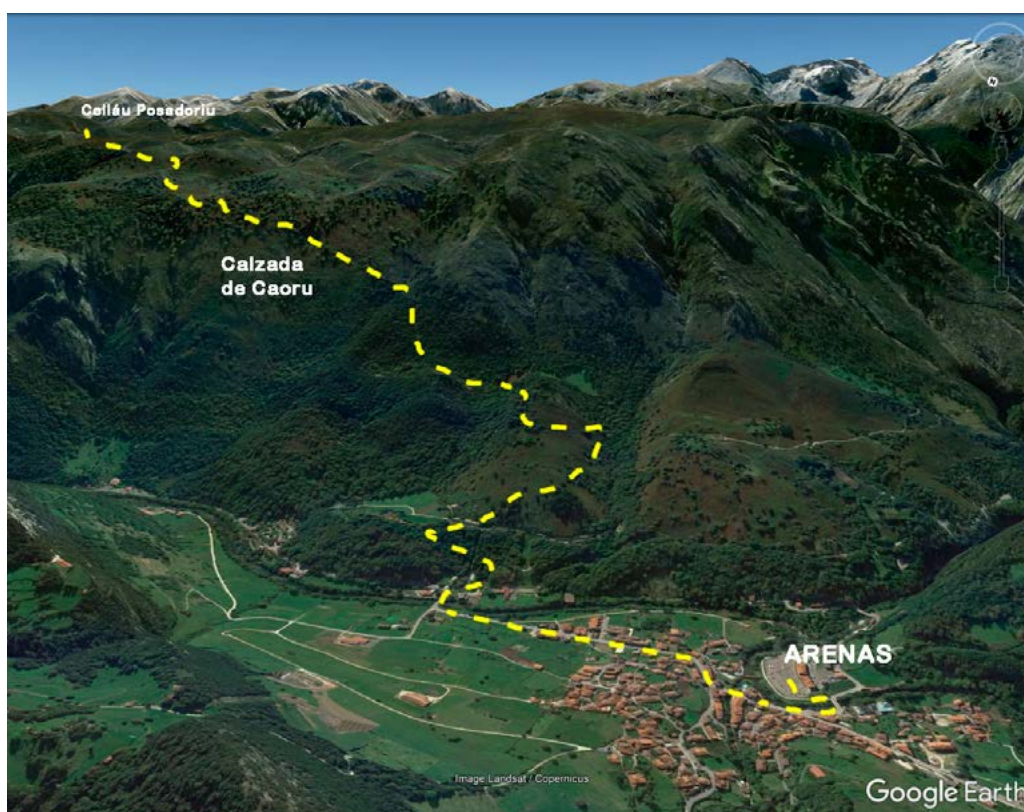


3.13 SECTOR 12. COLLÁU POSADORIU / ARENAS DE CABRALES

9,0 km | +90 m | -1200 m

Descripción:

El tramo final comienza con una larga travesía por la Sierra de Portadera con continuos subes y bajas de poco desnivel y sin perder mucha altura en general. Se transita por zona de pastos y majadas siguiendo los caminos que unen éstas. Hay tramos con múltiples caminos y abundante vegetación baja. El descenso se inicia entrando en la calzada romana del Caoru. Este camino empedrado, en caso de estar mojado, las piedras lisas y pulidas son causa de frecuentes resbalones. Al final del empedrado se sigue un camino que desemboca en la carretera AS-114 a las afueras de Arenas de Cabrales. El último kilómetro se realiza atravesando toda la población hasta la meta.



Horarios en meta:

- Estimación para el primero: 11:50 h.
- Cierre de meta: 22:00 h.

Parámetros de evaluación de riesgos:

- Nivel técnico: BAJO casi todo el tramo ya que se transita por praderías y caminos consolidados y por carretera al final. La Calzada del Caoru se considera como MEDIO.
- Riesgos objetivos: BAJO hasta Humardo y la parte inferior después de la Calzada del Caoru hasta Meta. Precaución con los vehículos que circulan por la carretera AS-114. El tramo de descenso por la Calzada del Caoru se estima como de riesgo MEDIO. Es la zona donde más lesiones leves se producen (erosiones, distensiones, calambres, etc). En caso de niebla puede haber desorientaciones en la parte alta.

- Riesgos subjetivos: MEDIO, el agotamiento físico y psíquico es elevado, aumentándose los tiempos de reacción ante cualquier incidente. Se añaden posibles situaciones de hipoglucemia.
- Problemas de evacuación: MEDIO. Excepto el tramo en la población y en la canalización de agua, no hay posibilidad alguna de acceso con vehículo a pesar de la cercanía a meta.

NOTA IMPORTANTE:

El estudio de este sector se desarrolla en función de los horarios diurnos. Si éstos no se cumplen y los corredores tienen que afrontar este tramo de noche total o parcialmente, los parámetros de la evaluación de riesgos no serían válidos: los riesgos subjetivos y los problemas de evacuación serían calificados como ALTOS. Por lo que se exige un control severo de los tiempos de corte en el control del Jitu de Escarandi como muy tarde a las 18:15 horas. Debiendo, además, de ser conscientes de que apurar hasta el límite puede implicar que no sea posible una evacuación área.

Evacuación:

- Se descenderá hacia Arenas de Cabrales por la ruta balizada y completarán el recorrido.
- En un caso de fuerza mayor en el tramo final que impidiese la llegada con seguridad a la meta de Arenas (por ejemplo: incendio o argayu en la Senda del Caoru), se debe regresar por el mismo camino de la ida en dirección a Sotres o Tielve.

Notas de Seguridad:

- Desde Colláu Posadoriu (30 T 357218 4791857 UTM – ETRS89) hasta Calzada Caoru (30 T 354953 4794225 UTM – ETRS89)
 - Posibilidad de niebla persistente. Zona con abundante ganado que puede llegar a quitar las marcas. Tramos con multitud de caminos de los animales. Riesgo de desorientaciones.
 - Prestar atención al marcaje.
 - CON NIEBLA: ENCENDER LA LUZ ROJA TRASERA INTERMITENTE.
 - En caso de duda, usar el gps con el track oficial de la prueba.
- Calzada Caoru (30 T 354953 4794225 UTM – ETRS89)
 - Camino en descenso con piedras muy pulidas. Si está mojado existen tramos muy resbaladizos. Riesgo de caídas al mismo nivel y desde altura en algunos puntos.

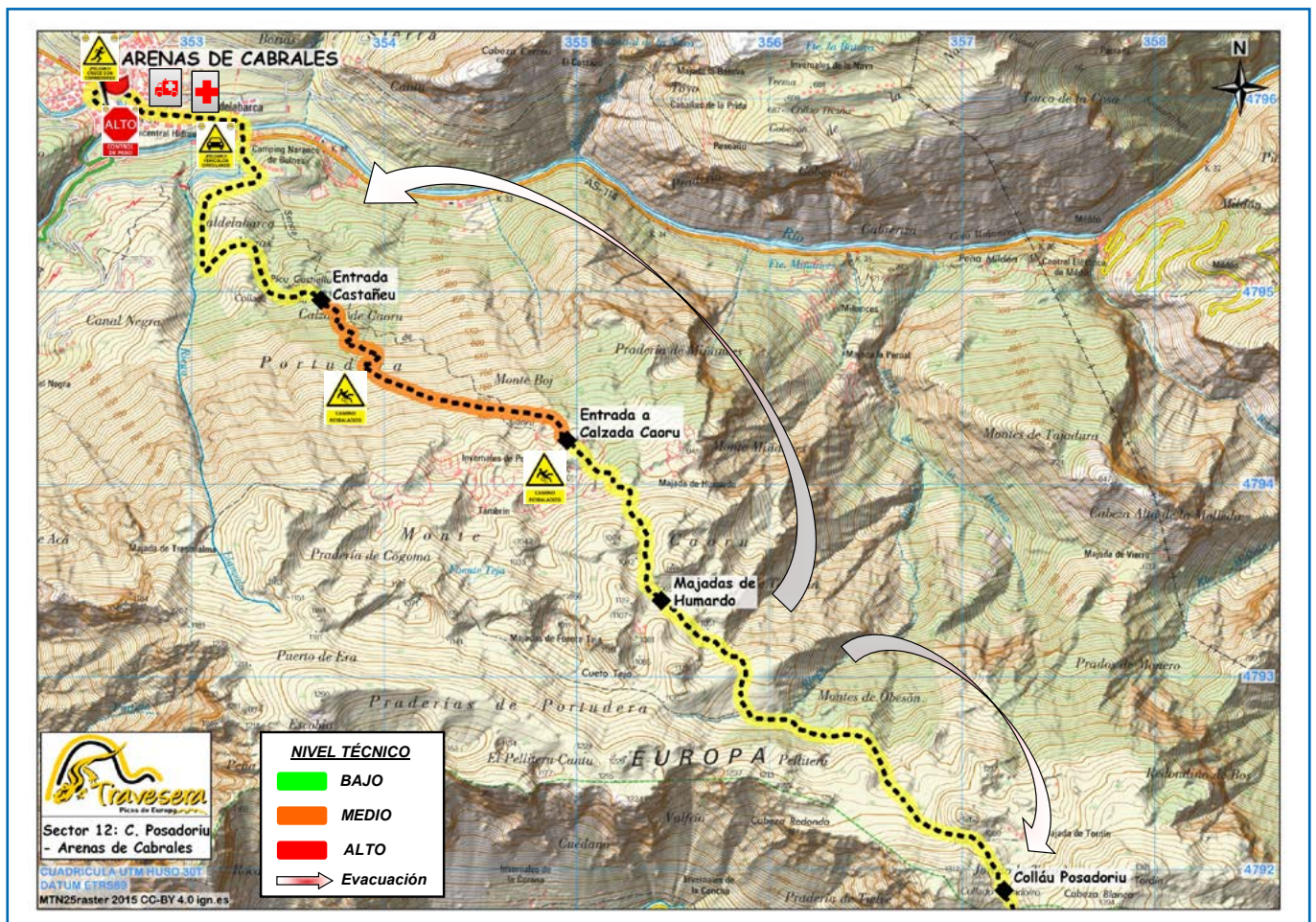
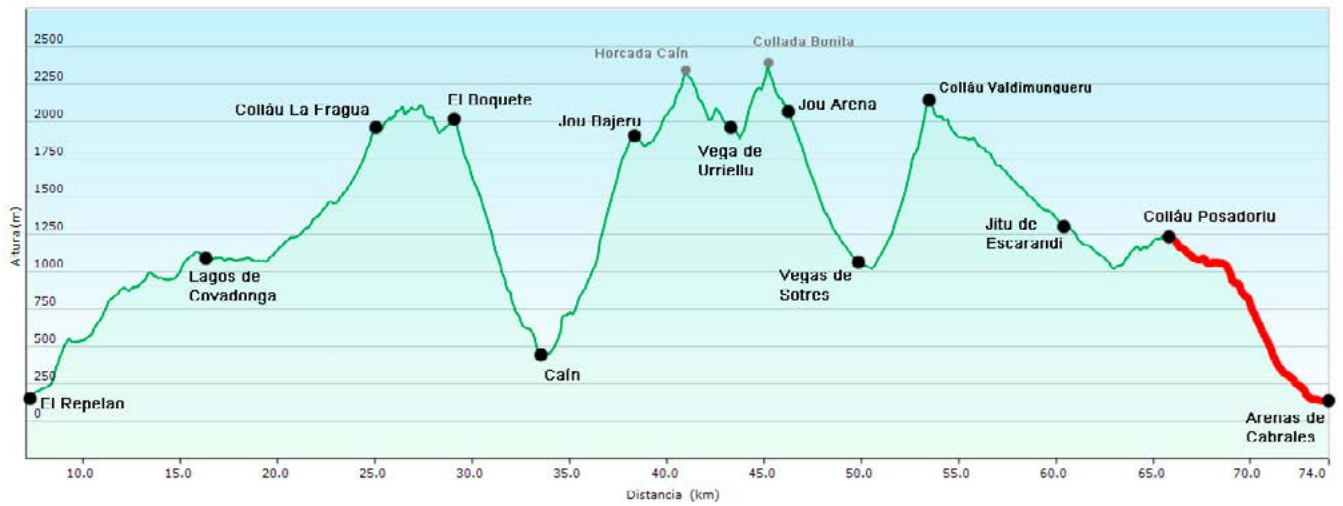


- Tener mucha precaución toda la bajada por el empedrado (2 km aprox.).
- Adaptar la velocidad al nivel técnico y al estado físico personal.
- Regular el esfuerzo para alcanzar la Meta.

- Carretera AS-114 (30 T 353267 4795792 UTM – ETRS89)
 - Presencia de vehículos circulando por la carretera. Riesgo de atropello.
 - Circular siempre por las aceras y por la zona delimitada.



Perfil y mapa:



PATROCINAN



COLABORAN



AYTO. CABRALES



CURRIELLU
Refugio

Coca-Cola



Queso Cabrales
Consejo Regulador D.O.P.



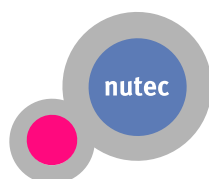
Herdicasa



CLÍNICA DENTAL
BOUSOÑO VARGAS



visualit



ALQUIMIA JOYEROS





Memorial Alfonso Martínez



www.traveserapicos.com

