2025

MEMORIA AMBIENTAL TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA

15/4/2025

1-JUSTIFICACIÓN

La carrera por montaña más famosa y de mayor prestigio de Asturias (y en 2020 elegida como la mejor de España), la **Travesera Integral Picos de Europa,** surge del deseo natural de varios montañeros asturianos de completar un trazado que surcara los tres macizos de Los Picos "del tirón". Habiendo conocido la nueva especialidad en pruebas fuera de nuestra región, parecía lógico que nuestros Picos, cuna del montañismo español y asturiano, tuvieran una digna representación en un deporte por entonces en pañales: Las carreras por montaña. Hubo incluso precedentes a nivel particular que, con una visión más alpina, incluyeron la ascensión a las tres cumbres más altas de los tres macizos, pero a la hora de darle cuerpo a la idea de una competición pareció lógico limitarse al concepto de travesía, que permite plasmarlo en una prueba competitiva asumible entonces por un mayor número de personas. El grupo de montaña Ensidesa Gijón, con Benjamín Cabo a la cabeza, se apoyó en la FEMPA para sacar adelante la iniciativa el año 2004. Se decidió desde el primer momento darle un significado eminentemente montañero y, por ello, se la denominó "Memorial Alfonso Martínez", hecho este que no es baladí pues esa figura encarna perfectamente la unión en un mismo perfil del montañero y alpinista con el hombre dedicado profesionalmente a la conservación de un entorno vinculado indisolublemente a esa actividad: El Parque Nacional de los Picos de Europa.

Inicialmente, la salida se tomaba desde la vega de Enol y se finalizaba en Sotres. Aunque impensable en las primeras ediciones, con posterioridad (año 2009) se desplazó la llegada hasta Arenas de Cabrales y, finalmente, en 2010 se adoptó el itinerario actual, cambiando el problemático punto de salida de la Vega de Enol por el inicio desde El Repelao (Covadonga) y manteniendo la meta en Arenas, respecto al que existe una total vocación de continuidad y estabilidad por parte de la organización.

Desde las primeras ediciones se contó con la aquiescencia del Parque Nacional y con su permiso específico y, pese a discrepancias surgidas, por ejemplo, respecto al número máximo de participantes autorizable, siempre se han respetado los criterios fijados en la autorización, como no podía ser de otra manera. De hecho, que nosotros sepamos, a día de hoy no existe estudio o informe alguno que relacione a la prueba con ningún impacto ambiental significativo. Sí existe un acta de reconocimiento por parte de Guardería respecto a problemas con la organización del tráfico y aparcamiento en la Pista de las Vegas de Sotres, como se comentará más adelante. Y la indicación por la Guardería de un cambio concreto en el balizado de un posible atajo en las cercanías del avituallamiento del Jitu. Es innegable que toda actividad humana desarrollada en el medio natural tiene un impacto y esta prueba no es una excepción, pero, como se señala en la "Guía de buenas prácticas para el desarrollo de las carreras por montaña en espacios naturales protegidos" editada por Europarc (en adelante Guía Europarc) "la vinculación del montañismo, a lo largo de décadas, a la conservación de estos enclaves, e incluso, su contribución a la declaración de algunas montañas como espacios naturales protegidos, es hoy por todos reconocida". Baste recordar al respecto que es precisamente un montañero, D. Pedro Pidal y Bernaldo de Quirós, el encargado de sembrar el germen de lo que hoy es el Parque Nacional de los Picos de Europa hace ya más de un siglo. Es nuestro deseo continuar, pues, transitando por la senda de la actividad deportiva al aire libre pero siendo conscientes de nuestra obligación legal y ética de perpetuar nuestro terreno de juego.

En el caso que nos ocupa, hasta que se produzca la definitiva aprobación del nuevo IGI que, esperamos, nos dote a todos un marco estable de relaciones mutuamente satisfactorias, son de aplicación los corpus legales de ámbito nacional o regional al caso y, más concretamente, hemos de ceñirnos a los sucesivos acuerdos de la Comisión de Gestión del Parque Nacional de Picos de Europa (en adelante COMIGES) de fechas 31/7/2012, 22/12/2015 y 20/12/2016, cuyo nivel de exigencia ha ido en aumento. Apuntar, por nuestra parte, el deseo de una pronta aprobación de un nuevo IGI que tenga presente las recomendaciones que, respecto a la elaboración de los mismos, contiene en sus principios generales el documento de "Directrices de conservación de la RED NATURA 2000" (en adelante, RN2000) concretamente en sus punto 3-a y b en los que dice: "Su elaboración deberá buscar, en su caso, la compatibilidad, coherencia y sinergias entre la conservación de la RN2000, la gestión racional de los recursos naturales y el desarrollo sostenible del medio" "La gestión podrá incorporar el apoyo a los usos o aprovechamientos tradicionales, y también aquellos innovadores, que hubieran conformado o mantengan los paisajes vinculados a

los valores que motivan la designación y declaración de estos espacios RN2000, incorporando –en su caso- mecanismos de colaboración entre administración y propietarios". Asumimos, aun sin compartirlo, el criterio fijado por el Plan Director de Parques Nacionales en el RD 389/2016 por el que "con carácter general, las pruebas y competiciones deportivas en el interior de los parques nacionales se consideran incompatibles con sus objetivos", pero dado que se añade "No obstante, **excepcionalmente** se podrán autorizar por la administración del parque aquellas de baja incidencia ambiental, expresamente identificadas en el Plan Rector de Uso y Gestión y que trascurran por carreteras, caminos públicos o canales marítimos de navegación" y éste es el caso hasta hoy de la Travesera, no renunciamos a encontrar un equilibrio en el que "las palabras clave sean ordenación y regulación" (Guía Europarc) en vez de prohibición. Para contribuir a ello, hemos participado en las mesas sectoriales convocadas por el Parque Nacional y estaremos a su disposición cuando lo considere necesario. Indicar, finalmente, que como señala la publicación de la Unidad de Análisis y Prospectiva del Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino sobre la RN2000 (nº3-12/2010) "La RN2000 no pretende ser un mero sistema de reservas naturales donde las actividades humanas sean sistemáticamente excluidas, sino establecer parámetros bajo los cuales estas puedan llevarse a cabo sin suponer una amenaza para los hábitats y especies y potenciar e impulsar aquellas que favorezcan su conservación".

Este documento es un paso más en el camino que la organización emprende para lograr mantener nuestra prueba dentro de la clasificación de "Bajo impacto ambiental" y garantizar así su continuidad dentro de P.N. de los Picos de Europa.

En la charla técnica que se difunde el miércoles anterior en streaming vía Youtube y que goza de varios miles de seguidores en directo y luego es consultada por muchos corredores y acompañantes, se dedican casi 20 minutos a los aspectos medio ambientales más relevantes, además de entregar a corredores, acompañantes y voluntarios un manual medio ambiental con los aspectos más relevantes al respecto. Estamos a disposición de las autoridades medio ambientales para aportar en la charla técnica otros aspectos que crean relevantes, así como a facilitar a todos los participantes los materiales de sensibilización que consideren convenientes y a asesorarnos en todas aquellas cuestiones en que lo consideren necesario.

2- ANÁLISIS DEL RECORRIDO

2-1- Cuestiones previas

La **Travesera Integral Picos de Europa** discurre por senderos, caminos y pistas en un porcentaje cercano al 80%. Del resto, aproximadamente un 5% puede corresponder a zonas de pasto sin un camino altamente definido pero con una o más trochas o restos de sendero que son fácilmente balizables. El otro 15% corresponde a zonas de alta montaña donde, en condiciones normales, la nieve ocupa el terreno o, en su ausencia, senderos de paso montañero asentado facilitan la trasposición de collados de altura. Este tipo de pruebas deportivas han de prestar especial atención al entorno donde se desarrollan, y aún con más celo, cuando, como es el caso, se trata de un paisaje protegido, más concretamente, con la particularidad de atravesar el Parque Nacional de los Picos de Europa. Estamos, pues, hablando de la existencia de una figura de protección de índole regional, nacional e incluso europeo (lugares de importancia comunitaria LIC, zonas de especial protección para las aves ZEPA y zonas de especial conservación ZEC, figuras todas ellas incluidas en la Red Natura 2000). La Directiva Aves data de 1979 y la Directiva Hábitats nació en 1992. Su adaptación a la legislación española se produjo a través de la ley 4/2007 del Patrimonio Natural y la Biodiversidad. En 2003 el P.N. Picos de Europa entró a formar parte del exclusivo club de Reservas de La Biosfera de la Unesco. Hay, por tanto, referentes de protección claros con anterioridad al nacimiento de la prueba en 2004 –baste recordar que el germen del actual Parque (el Parque Nacional de la Montaña de Covadonga) cumplió su centenario en julio de 2018- pero también hay complejas circunstancias sociopolíticas que han dificultado el adecuado desarrollo normativo, con sentencias que alcanzaron incluso al Tribunal Supremo y que rompieron la –creemos- deseable unidad de acción sobre un territorio que no entiende de lindes artificiosos y cuya homogeneidad está basada en una incontestable realidad geográfica y ecológica y en los usos y costumbres comunes de sus pobladores. Actualmente existe un modelo de cogobernanza entre las tres comunidades autónomas implicadas, pero no exento en la práctica diaria de los lógicos problemas y fricciones.

Por todo ello, y a la luz de las recomendaciones de la “Guía de buenas prácticas para el desarrollo de la carreras por montaña en espacios protegidos” (Europarc, España 2016) a la hora de elegir el recorrido se ha de analizar minuciosamente los lugares de paso; ceñirse a los senderos de uso

tradicional y/o habitual o montañero; evitar puntos sensibles; valorar el estado actual de todo el trazado; todo ello con el objetivo de minimizar cualquier tipo de impacto e, incluso, favorecer la conservación de los caminos transitados como la mejor alternativa para atravesar un territorio que, aunque de libre acceso en su totalidad, tiene condicionado su uso en las zonas de reserva superiores a los 1.900m (previsiblemente 1.800m en el próximo IGI) precisamente a esos caminos y senderos tradicionales.

Para el trazado, en el que no hay lugar para la improvisación, en la actualidad contamos con dos aliados claves para realizar el balizamiento: La experiencia proporcionada por las 19 ediciones realizadas hasta ahora, en las que se ha llegado a una gran especialización que asocia frecuentemente zonas a equipos concretos de marcaje; y la generalización de los GPS como instrumento que puede poner al alcance de cualquiera el track oficial como referencia fidedigna e inequívoca del recorrido. Esto último tiene gran importancia a la hora de minimizar el impacto en el caso de los entrenos previos (punto este apuntado por la Dirección del Parque Nacional) y por ello la organización ha contribuido a su difusión como el mejor antídoto para minimizar dicho problema.

No se realizan tareas de desbroce en ningún punto del recorrido dentro del Parque Nacional. Solo se acometen en las proximidades de Arenas de Cabrales, acordadas con el Ayuntamiento y realizadas por personal municipal.

Somos perfectamente conscientes de que el mayor de los problemas ambientales lo genera la hora de salida y la existencia de unas 4 horas de recorrido nocturno. A este respecto, señalar que la zona más delicada es la que se recorre en las dos primeras horas de carrera (entre Covadonga y la Vega de Enol). Las zonas por encima de estas cotas carecen de masas boscosas y su fauna y vegetación son más escasas y menos sensibles. Señalar que existe una imposibilidad real de realizar la totalidad de la Travesera en un horario inferior a las 20 horas actuales pues para hacerlo en dicho tiempo ya hay que poseer unas facultades y capacidades físicas medias-altas. De igual modo, retrasar la salida y alargar el horario hacia la meta supondría acometer el final de una prueba tan dura y selectiva como esta durante la noche y en su tramo final, con el indiscutible incremento del riesgo de generar graves problemas de seguridad en un horario en que una búsqueda es compleja y un rescate casi inviable. Dicho riesgo es asumible en las primeras horas de la prueba, con los corredores aún frescos, pero es innegable que el cansancio de más de 15 horas de esfuerzo es un mal compañero para afrontar los factores de peligrosidad que la noche

lleva aparejados. En todo caso, de acuerdo a las indicaciones del Parque Nacional, se ha realizado un retraso hasta las 02:00 horas en estas últimas ediciones, asumiendo por nuestra parte un descenso en el número máximo de horas y, por tanto, una elevación del nivel requerido para finalizar la prueba. Ello nos ha obligado igualmente a endurecer la tabla de requisitos exigidos a los corredores que deseen inscribirse en sucesivas ediciones. Podría resumir la cuestión diciendo que somos conscientes del problema que la noche supone, estamos dispuestos a seguir trabajando en la aplicación de medidas para minimizar el impacto generado, pero resulta imposible plantear una Travesera de Picos de Europa en un desarrollo horario enteramente diurno.

Como estructura analítica y para simplificar la objetivación y cuantificación de los posibles impactos medioambientales (según las recomendaciones de la GUIA EUROPARC), hemos acudido a una definición metodológica concreta, simple pero que entendemos efectiva. Así, hablaremos de la definición de unos **RIESGOS DE IMPACTO** y, ante ellos, de unas **MEDIDAS DE CORRECCIÓN**.

RIESGOS

De una forma analítica, los riesgos pueden calificarse como

Compatibles o autoreversibles, por lo tanto no duraderos y de recuperación rápida sin la necesidad de aplicación de medidas correctoras (aunque en muchos casos se planteen igualmente).

***Moderados* o no autoreversibles**, recuperación que requiere cierto tiempo pero sin aplicar medidas o recuperación que requiere tan solo de medidas simples.

Severos, tiempo de recuperación elevado y con aplicación de medidas complejas; aunque pueda no ser muy grave, tiene el peligro de convertirse en acumulado.

Críticos, recuperación en entredicho, incluso aplicando medidas, la aparición de este tipo de riesgos haría inviable cualquier proyecto al poder llegar a causar daños graves e irreversibles.

MEDIDAS

Podemos diferenciar dentro de las medidas tres tipos:

Preventivas, las aplicadas para evitar los impactos antes de la celebración del evento;

Minimizadoras, las encaminadas a evitar impactos durante la celebración de la prueba;

Correctoras, las que se aplican tras la carrera.

Combinando estas variables, realizamos una serie de consideraciones en función a las peculiaridades del recorrido que, a continuación, se detallan por cada macizo, al considerarlos unidades de similares características pero con peculiaridades propias:

2-2 Macizo Occidental:

La salida se producirá a las 02:00 horas en el entorno del Repelao, puerta de entrada al Parque de Picos de Europa. Se trata de una zona urbanizada, con presencia de negocios de hostelería, en la que hay alumbrado público y existen amplios aparcamientos públicos y gratuitos que absorben sobradamente la demanda de plazas de participantes y acompañantes, pues no en vano es una zona de gran afluencia turística durante todo el año, por encontrarnos en las cercanías de Covadonga y del inicio de la carretera hacia los Lagos de Enol. Aquí llega el servicio de transporte que la Travesera pone a disposición de todos los corredores desde la localidad en que se ubica la meta (Arenas de Cabrales) a las 24 horas, a fin de que no se desplacen en vehículos particulares hasta la salida (recomendación hecha en la charla, en la web de la prueba y en los manuales medioambientales de corredores y acompañantes).

Tipo de riesgo: COMPATIBLE		
RIESGOS		
Aglomeración de vehículos. Contaminación CO2, ruido….		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Recomendación en la charla previa y en la web de la prueba para la racionalización en la ocupación de vehículos y, especialmente, de utilización del servicio de transporte de la organización. - Servicio de transporte	- Organizar adecuadamente el acceso de vehículos y el espacio de aparcamiento.	- Evaluación del nivel de uso del servicio de transporte colectivo de la organización hasta la salida. - Evaluación del nivel de uso de los aparcamientos por coches particulares vinculados a la carrera. - Potenciar la recomendación de utilizar el servicio de transporte colectivo de la organización.

en autobuses desde Arenas de Cabrales (Meta) hasta El Repelao (Salida) a las 24 horas		

Tipo de riesgo: COMPATIBLE		
RIESGOS		
Contaminación auditiva		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar a los participantes de que se trata de un enclave en el que manejarse con respeto.	- Utilizar un volumen de megafonía moderado.	- Evaluación por los árbitros medioambientales.

Desde de que la prueba abandona el terreno urbanizado tras el antiguo tramo de la carretera de Los Lagos en Moferos y en su discurrir por Orandi, Severín, Sellón, Fana y Gumartín para, por el camino que discurre bajo la Porra de Enol, alcanzar el collado de Les Veleres, el trazado discurre en su práctica totalidad por sendero claro, incluso sigue en parte el PR-PNPE 6 y el GR 202. Tan sólo en algunos pequeños tramos de pradería es necesario remitirse fielmente al track a la hora de efectuar el marcaje para escoger la trocha principal y evitar dispersiones.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Hábitat RN2000 cod 91 - Hayedo de Moferos a Orandi – Afección genérica de especies animales por ruido o contaminación lumínica nocturna.		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Información previa sobre el posible impacto en este	- Situación de un semáforo medio	- Aplicación de sanciones por los árbitros de la prueba. - Evaluación por parte de los árbitros

hábitat concreto en la charla técnica y en los manuales medioambientales. - Incidir en la obligatoriedad de no abandonar el itinerario balizado. - Recomendar a los acompañantes en charla, manuales y web, que no acudan a este tramo. - Informar que, de acuerdo al plan de transporte en vigor, el acceso de vehículos por la carretera CO-04 está imposibilitado en el horario de la prueba.	ambiental con las indicaciones: 1-Caminar en silencio y por el recorrido balizado. 2-No iluminar las zonas laterales, sólo el camino. -Presencia de varios voluntarios en el recorrido nocturno instruidos al efecto.	medioambientales. - Se ha retrasado la hora de salida, de acuerdo a las indicaciones del Parque Nacional, pasando a las 02:00 horas.

Tipo de riesgo: SEVERO		
RIESGOS		
Hábitat RN2000 cod 91 - Hayedo de Moferos a Orandi – Afección genérica de especies animales por contaminación lumínica nocturna por la utilización de balizas intermitentes de color rojo.		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Solicitar permiso al Parque Nacional para su uso.	- Limitar su uso (antes más generalizado) EXCLUSIVAMENTE a cruces muy concretos y en un número no superior a 20 en todo el tramo. - Potenciar como alternativa las balizas reflectantes.	- Evaluar la erradicación de su uso.

Para los mamíferos y aves, parecen suficientes estas medidas (no se conoce la posible influencia sobre especies más delicadas como A108, A091, A093, A238, 1354 u otras al no poseer datos de su distribución) En caso de que así fuera, sería necesario elevar la calificación del riesgo a SEVERO y valorar con las autoridades medioambientales las medidas a adoptar; para los invertebrados, ha de pensarse que, al tratarse de los compases iniciales y permanecer todavía muy juntos los corredores, el riesgo estadístico de alterarlos de forma permanente o incluso pisarlos al circular por el camino balizado es mínimo y no mayor al de un tránsito habitual de personas o ganado. De hecho, en la revisión posterior del recorrido que se viene realizando en la mañana siguiente a la prueba en este tramo, no se han localizado cadáveres de pequeños reptiles, roedores u otros animales de pequeño porte.

En estos últimos años para evitar la alteración del hábitat RN2000 3140 en el rio Orandi se ha optado por permanecer en el lado izquierdo (sentido de la marcha) para evitar su vado, como se hacía en anteriores ediciones.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Transcurso por los hábitats RN200 61 y 40 – pastizales y brezales		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Realizar un balizado: 1) Por el trazado del PR-PNPE 6 siempre que sea posible 2)El resto por la caja de los caminos y por las trochas marcadas en las zonas de pradería (Fana, etc)	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y de la organización en la revisión medio ambiental

Desde Les Veleres se llega al avituallamiento situado a unos 300m en un recodo de la pista de vehículos que se dirige a la vega de Enol.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de RS en el collau de Les Veleres - Avituallamiento		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de portar tu propio contenedor de bebida. - Situar cubos de recogida selectiva de RSU señalizados al efecto.	- No ofrecer bebidas en pequeño formato ni alimentos con envoltorio. - Los voluntarios del avituallamiento indicarán la necesidad de utilizar adecuadamente los recipientes de recogida selectiva.	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Se realiza una recogida selectiva de los residuos y su traslado hasta la zona de meta, donde se ha coordinado con COGERSA la efectiva recogida selectiva de los mismos. - Dentro de la revisión medio ambiental a posteriori por parte de la organización, se incluye la inspección visual documentada de la zona en día posterior a la carrera.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de vehículos en el Avituallamiento de Les Veleres (Ruido, contaminación lumínica y del aire) -		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- De acuerdo al plan de transporte en vigor, el acceso de vehículos por la carretera CO-04 está imposibilitado en el horario de la prueba. - Recomendar a los acompañantes no	- Organizar adecuadamente el acceso y aparcamiento de los vehículos de la organización y de los	- Actuación sancionadora de los guardas del organismo o de la Guardia Civil de Tráfico. - Evaluación por parte de los árbitros medioambientales.

acudir a estos tramos nocturnos del recorrido. - Incluir estas limitaciones y recomendaciones en la charla y las guías medioambientales para corredores y acompañantes.	acompañantes que pudieran tener autorización de acceso. - Disuadir del uso inadecuado de linternas.	

A continuación, se sigue la pista de vehículos que rodea el lago Enol (por lo que no se afecta al hábitat RN200 3160) y que, por su vega, continúa hasta Pandecarmen (aparcamiento y fin de zona de uso libre para vehículos) siguiendo hasta la Vega la Piedra para, por Canraso y el collado Gamonal, situarnos en Vegarredonda. En esta zona el marcaje se realizará siguiendo en todo momento la caja del conocido como "camino del Parque", obviando siempre los atajos (que en recientes fechas incluso fueron cerrados con vallas de madera) para evitar por parte del ganado, visitantes, corredores y montañeros la creación de nuevos e innecesarios senderos con el único fin de acortar recorrido. De nuevo aquí nos remitimos a la importancia del track de GPS oficial de la prueba para evitar el tránsito disperso tanto durante la misma como en los entrenos previos.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Erosión del sustrato vegetal hábitat RN2000 cod. 61		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Realizar el balizamiento siguiendo fielmente el recorrido de la pista/camino de acceso a Vegaredonda y collado de La Fragua.	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación por parte de los árbitros medioambientales y de la organización en la revisión medio ambiental a posteriori.

Desde Vegarredonda hasta el collado del jou Santu se sigue fielmente el citado “camino del Parque”, creado en lo compases iniciales del antiguo parque de la Montaña de Covadonga, existiendo incluso marcas y señales oficiales para destacarlo.

Desde el cruce en las cercanías del Porru Bolu (donde actualmente no existe el habitual letrero de señalización fija) giramos a la izquierda. Poco a poco, la pradería casi desaparece y deja paso a la vegetación de montaña y al terreno kárstico por excelencia (RN2000 cod. 81). En las cercanías del collado de La Fragua entramos en altitudes superiores a los 1.900m, zona considerada como de reserva, pero por la que se sigue transitando por el inequívoco camino del Parque por el jou de los Asturianos y hasta el collado del jou Santu. En la atormentada zona que discurre por el jou Santu Este hasta el Boquete existe una traza jitada y, además, es frecuente que la parte inicial del descenso e incluso en gran parte de la zona baja del jou se discurra por el manto nivoso, lo cual minimiza el impacto geológico. En las cercanías del Boquete el camino es muy claro por la parte izquierda del jou, con una definida caja en la parte final del canchal. Toda esta zona de reserva, si bien es cierto que posee un nivel de recuperación más lento, no es alterada significativamente en el trasiego por los caminos tradicionales de montaña al encontrase estos con un piso ya compactado y estabilizado. El descenso desde aquí hasta la majada de Mesones tiene varias opciones pero la utilizada habitualmente es la que, al principio, gira a la derecha por zonas que alternan tierra y piedra caliza, pero sin llegar a desviarse tanto hacia el oeste como para acercarse al hoyo Verde, descendiendo después por zona de jitos con tendencia a la izquierda pero de forma bastante directa hasta que el zigzagueante camino, que ya ha comenzado a adentrarse de nuevo en zona de pastos, busca de nuevo el centro de la canal y nos deposita en la citada majada. Desde ésta hasta el mismo Caín de Arriba, la senda es única y clara. Desde aquí se desciende a Caín por el llamado camino del sedo.

Garantizando el seguimiento de los caminos balizados, dado que se trata ya un paso mayoritariamente diurno y que no se discurre por ningún hábitat especialmente sensible ni consta la presencia de especies RN2000 de especial relevancia, descartamos ningún impacto en todo el descenso hasta Caín, más allá de la habitual interacción por el uso de los caminos.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Erosión del sustrato vegetal hábitat RN2000 cod. 61 y 40		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizado.	- Realizar el balizamiento siguiendo fielmente el recorrido de los caminos consolidados (track GPS)	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y de la organización en la revisión medio ambiental, documentando el estado a posteriori de la vegetación.

En esta población Leonesa se encuentra uno de los avituallamientos más importantes de la prueba pero se hace de acuerdo a los siguientes condicionantes: Existen cubos señalizados para el depósito separado de residuos; los productos se presentan mayoritariamente a granel, sin envoltorios, etc y en envases de gran tamaño; no existen vasos de plástico, cada corredor debe portar su propio recipiente; el agua utilizada es la de la fuente pública; finalizada la prueba, los RSU generados son trasladados separadamente hasta la meta donde se garantiza su recogida selectiva por COGERSA.

2-3 Macizo Central:

Abandonamos Caín por su carretera de acceso desde Posada de Valdeón y, tras cruzar el puente, nos adentramos en la senda que, por encima de Los Molinos, se acerca al sedo Mabro.

Los ramales hacia Arzón o Cantu Casielles resultan hoy día bastante más imperceptibles y el camino nos lleva al sedo y, tras introducirnos en la canal de Dobresengos, continúa definido por brezales hasta la fuente del Tornu y asciende, tras cruzar el lecho habitualmente seco de la riega, hasta la entrada del Canalón, que abandonamos hacia su mitad para superar el desnivel por el sedo del contrafuerte derecho, cruzando en la parte alta hacia la izquierda y, tras el hayedo (de muy reducida extensión y con marcado camino), seguir elevándonos progresivamente hasta la zona de les Quemaes. Aquí seguimos el camino que, por la parte derecha de la canal, avanza por las zonas de piedra y praderías (ya escasas a esta altura) y la última parte más llana por canchales de gran tamaño hasta llegar a la garganta del jou Grande, en donde volvemos a situarnos por encima de la cota 1.900, límite inferior de la zona de reserva.

De nuevo, en toda la subida de Dobresengos, el rudo paisaje de los Picos resulta casi inalterable para todos aquellos que respeten sus caminos. Éste atraviesa el jou Grande Bajero y, por su margen izquierdo, comienza el ascenso al jou Grande Cimero y, por camino y graveras jitadas (muy habitualmente ocupadas por neveros), llega a la horcada de Caín.

El descenso al jou Sin Tierre es otro de los puntos en que normalmente no se incide sobre el canchal pues la nieve se encarga de evitar tal circunstancia. Los compases iniciales se hacen por la parte derecha para ir girando hacia el centro y, una vez en su fondo, cambiar en la zona baja a la parte izquierda del mismo, donde el camino desciende para luego remontar hasta la garganta del jou Sin Tierre, desde donde se da vista a la Vega de Urriellu, enlazando con el camino principal que hasta dicha vega se dirige desde los Horcados Rojos.

Tipo de riesgo: COMPATIBLE		
RIESGOS		
Alteración de los canchales hábitat RN2000 cod. 81-zona de reserva + 1900m		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*

- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Utilizarlas zonas de nieve y, si no existe, marcar la traza habitual y evitar zonas que faciliten el deslizamiento del terreno (track GPS).	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y de la organización en la revisión medio ambiental a posteriori.

En ella se encuentra un avituallamiento y un punto habitual de asistencia de público. Pero no es menos cierto que, tan sólo un mes después, en cualquier fin de semana nos encontraremos con una mayor afluencia de personas a esta vega. Por eso, la intendencia habitual del refugio absorbe sin problemas el montaje y eliminación de todo lo relacionado con este avituallamiento, que es cierto que es el único que se produce en alta montaña en toda la carrera, pero insistimos que en un lugar bien preparado para ello. En dicho avituallamiento también se realiza la recogida separada de los RSU (aquí en bolsas de colores) con indicaciones para su uso por parte de los corredores. En días posteriores a la prueba se bajan en mula de manera separada los residuos generados y se depositan en los correspondientes contenedores situados en el parking de Llaneces de Arenas de Cabrales.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de RS en la vega de Urriellu - Avituallamiento		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de portar tu propio contenedor de bebida. - Señalización de las bolsas de reciclaje selectivo de RSU.	- No ofrecer bebidas en pequeño formato ni alimentos con envoltorio.	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Se realiza una recogida y separación de los residuos y su traslado hasta zona urbana para su adecuado reciclaje.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de visitantes en la Vega de Urriellu (Ruido, contaminación por RSU)		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar a los corredores sobre la importancia de no acudir a los lugares de observación de la prueba más masificados - Incluir estas recomendaciones en la charla y en el Manual medioambiental para acompañantes. - Recordar también por esos medios las limitaciones de aparcamiento y acceso a la pista de Pandébano en vigor en esa fecha.	- Organizar adecuadamente el acceso a Urriellu y el aparcamiento de los vehículos de la organización previamente autorizados.	- Actuación sancionadora de los guardas del organismo. - Evaluación por parte de los árbitros medioambientales y por la organización en la revisión medio ambiental a posteriori.

Seguimos el camino de descenso hacia Pandébano y lo abandonamos pronto para coger el ramal que gira hacia el Este y que, por la canal de La Celada, sube hasta el jou Tras el Picu, muy marcado y jitado por los habituales escaladores de sus caras norte, este y sur. Desde el collado del jou, se inicia un camino que, tras un ligero descenso, continúa un tramo por jitos sobre la roca y que, finalmente por gravera fina o nevero y de nuevo superando los 1.900m, nos acerca al clásico paso de collada Bonita. Al transponerla, entramos en una de las zonas más frecuentemente ocupada por nieve hasta bien entrado el verano: La parte alta del valle de Moñetas. La cobertura nivosa en la primera quincena de junio suele estar presente hasta casi superar el Cuchallón de Villasobrada. Más abajo, el camino jitado en sus inicios por la parte derecha del valle, gira a la izquierda por debajo del jou de los Machos, acercándose progresivamente al centro del valle.

Tipo de riesgo: COMPATIBLE		
RIESGOS		
Alteración de los canchales hábitat RN2000 cod. 81-zona de reserva + 1900m		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Utilizarlas zonas de nieve y, si no existe, marcar la traza habitual, evitando zonas que faciliten el deslizamiento del terreno (track de GPS).	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y de la organización en la revisión medio ambiental a posteriori.

En todo el valle de Las Moñetas existen varias opciones jitadas para el descenso pero esta que se marca es, con certeza, la más clara y segura de ellas. Ya en la parte media-baja se continúa por el camino que confluye con el proveniente del lago de Moñetas (en un punto por debajo de éste y por tanto sin llegar a interaccionar con el hábitat RN2000 cod31) y, por él, se alcanzan sin pérdida las vegas de Sotres. En la zona media y baja del valle de Moñetas se atraviesan zonas con cada vez más presencia de pradería RN2000 cod. 61 y, ya en la parte baja, brezales RN2000 cod 40 pero existe siempre un camino claro para garantizar un tránsito inocuo.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Erosión del sustrato vegetal hábitat RN2000 cod. 61 y 40		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Realizar el balizamiento siguiendo fielmente el recorrido de los caminos existentes.	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y de la organización en la revisión medio ambiental a posteriori.

Aquí se sitúa un nuevo avituallamiento donde, como se recoge en un acta levantada por la Guardería del Parque Nacional, se detectó un problema real por la afluencia de vehículos de acompañantes y público, generando problemas de invasión de terrenos inadecuados para el aparcamiento, obstrucción del acceso a particulares y posibilidad de colapso circulatorio, con el consiguiente riesgo ante una emergencia. Por ello, y de acuerdo al Parque Nacional y con la supervisión de su guardería, el viernes anterior a la carrera se realizó un exhaustivo marcaje y señalización de las zonas de aparcamiento y posibles accesos privados. Igualmente, se implementó un sistema de control del tráfico entre las cercanías de las Invernales de Cabao y la zona de aparcamiento de Fresnidiello para garantizar la fluidez del tráfico rodado con un sistema de paso alternativo. Todo ello con el fin de evitar la saturación de un espacio sobre el que, pese a ser de libre acceso, los ganaderos tienen prioridad de uso y en los que debemos garantizar la posible evacuación. Para la implementación de este sistema se contó con voluntarios de la organización y de Protección Civil del Alto Nalón, así como con la colaboración de la citada Guardería y del personal de TRAGSA encargado de la regulación de acceso a la pista de Pandébano, que por esas fechas ya estaba en vigor.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de RS en las vegas de Sotres - Avituallamiento		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de portar tu propio contenedor de bebida. - Señalización adecuada e información por los voluntarios de la existencia de cubos separados e identificables para la separación de los RSU generados.	- No ofrecer bebidas en pequeño formato ni alimentos con envoltorio.	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Se realiza una recogida y separación de los residuos y su traslado hasta zona de meta en la que se realiza una recogida selectiva por parte de COGERSA. - En la revisión medio ambiental a posteriori que realiza la organización se incluye una prueba documental del estado post-prueba de la zona.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de vehículos en el Avituallamiento de vegas de Sotres y problemas de acceso al mismo (Ruido, contaminación del aire, accesos privados, colapso del tráfico)		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar a los corredores sobre la importancia del uso racional de ciertos puntos de mayor afluencia dentro del Parque Nacional. - Incluir estas recomendaciones en la charla y en el Manual medioambiental para acompañantes. - Señalizar y balizar adecuadamente el acceso y aparcamiento de los vehículos, de acuerdo a las instrucciones de la Guardería.	- Aplicar un sistema de paso alternativo de vehículos.	- Actuación sancionadora de los guardas del organismo. - Evaluación posterior por parte de la guardería y el Parque Nacional de las medidas implementadas. - En la revisión medio ambiental a posteriori que realiza la organización se incluye una prueba documental del estado post-prueba de la zona.

2-4 Macizo Oriental:

Tras un pequeño tramo por la pista en dirección a los invernales de Cabao, nos adentramos por la derecha en el marcado camino de la canal de Jidiello, que atraviesa brezales y praderías (RN2000 cod. 40, 61 y 62)

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Erosión del sustrato vegetal hábitat RN2000 cod. 40, 61 y 62		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Realizar el balizamiento siguiendo fielmente el recorrido del camino (track GPS)	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales.

El camino, inicialmente por la margen derecha, cambia de vertiente en su zona media, hasta situarse de nuevo por encima de los 1.900m para alcanzar, por zona técnica pero evidente, el collado Valdominguero. En la parte inicial del descenso al Pozo de Ándara existen algunos tramos que, de no encontrase con nieve como suele ser habitual, discurren por canchal pero con caminos cuya consolidada caja evita el deslizamiento del terreno.

Tipo de riesgo: COMPATIBLE		
RIESGOS		
Alteración de los canchales hábitat RN2000 cod. 81-zona de reserva + 1900m		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Utilizarlas zonas de nieve y, si no existe, marcar la traza habitual y evitar las zonas que faciliten el	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y de la organización en la revisión medio ambiental a posteriori.

	deslizamiento del terreno (track GPS).

Desde la zona media de la bajada y quizás por su pasado minero, este macizo es el que goza de una red viaria más marcada, si bien de nuevo el descenso se suele iniciar, como ya quedó apuntado, por neveros hasta alcanzar el camino de carro de la Traviesa y descender por Los Vallejucos hasta el pozo de Ándara. Para bajar desde aquí hasta el collado de La Aldea y posteriormente al refugio del Casetón se utilizará la pista principal, evitando todos los atajos situados a su izquierda.

En realidad, en esta zona más que de canchales se podría hablar de escombreras, pero en todo caso, la realización de un adecuado marcaje y el fiel seguimiento del mismo garantiza que nuestra huella no sea duradera.

Desde éste refugio, la ancha y consolidada pista minera nos lleva hasta las proximidades del aparcamiento del Jitu de Escarandi, donde se accede a la carretera AS 264. Aquí se instalaba en la margen contraria un avituallamiento, pero ahora, por seguridad vial y medio ambiental, se plantea su cambio para la edición 2025 a unos cientos de metros más allá en dirección a Sotres. Concretamente, al punto donde se sitúa el cartel indicador del Principado de Asturias. Hasta ese punto se llega por la margen izquierda de la vía y con ello se evita el atajo por las zonas de pradería de la margen derecha, en los compases posteriores al antiguo avituallamiento, además de evitarse un peligroso cambio de rasante que incrementaba la inseguridad.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de RS en el límite provincial - Avituallamiento		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de portar tu propio contenedor de bebida. - Señalización e indicaciones adecuadas sobre la	- No ofrecer bebidas en pequeño formato ni alimentos con envoltorio.	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Se realiza una recogida y separación de los residuos y su traslado hasta zona de meta donde COGERSA completa la retirada selectiva de los mismos.

existencia de cubos para el adecuado y separado depósito de los RSU generados.		

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Acumulación de vehículos en el Avituallamiento del límite provincial (Ruido, contaminación del aire) -		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar a los corredores sobre la importancia del uso racional de los vehículos particulares en los Parques Nacionales. - Recomendar a los visitantes y acompañantes la no asistencia a aquellos puntos que, por su fácil acceso, son propensos a la masificación. - Incluir estas recomendaciones en la charla y en el Manual medioambiental para acompañantes.	- Organizar adecuadamente el acceso y aparcamiento de los vehículos de la organización y de los acompañantes.	- Actuación sancionadora de los guardas del organismo. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales. Dentro del documento de revisión medio ambiental a posteriori realizado por la organización, incluir un apartado documental del estado post-prueba de la zona.

Se reinicia el recorrido por senda hacia la cañada de Camba, zona en la que se enlaza con el PR-PNPE 20. Continuamos por él un trecho para alcanzar la mayá de Entrejanu, en la que enlazamos con el PR-AS 127 (Senda de Caoru) que ya no abandonaremos hasta llegar a Arenas de Cabrales. Pasado el colláu Posoariu, abandonamos el Parque Nacional de Picos de Europa.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Erosión del sustrato vegetal hábitat RN2000 cod. 40, 61 y 62		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Informar sobre la obligatoriedad de seguir el sendero o línea balizada.	- Realizar el balizamiento siguiendo fielmente el recorrido del camino (track GPS)	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y por la organización en la revisión medio ambiental a posteriori.

A continuación dejamos a nuestra derecha el Cabezu Trescares y bordeamos la mayá de Tordín. Seguimos a la derecha del Cabeza Reonda por riega Blanca, Pellitero y Humardu hasta las invernales de Portudera para, finalmente, introducirnos en la calzá de Caoru. Una vez pasado Valdelamaera, giramos a la derecha abandonando el PR-AS 127 para enlazar con la tubería de la central eléctrica y descender hasta el puente sobre el Cares que nos introduce en la zona urbana de Arenas. En todo este tramo final desde el límite provincial en la AS 264 ya no existen avituallamientos y se desarrolla en su mayoría fuera del Parque Nacional pero las consideraciones habituales sobre el seguimiento obligatorio del itinerario marcado y las normas de respeto del entorno y del medio natural, así como la política sobre desperdicios son las mismas que rigen toda la prueba.

3- OTRAS CONSIDERACIONES GENERALES:

Para cerrar el capítulo referente a los LIC, ZEPA, ZEC y los hábitats y especies incluidas en la catalogación RN2000 del territorio del Parque Nacional de los Picos de Europa, hemos de apuntar:

1- El tipo de hábitats sin duda más delicados son aquellos relacionados con el medio acuático (RN2000 cod. 31- 32 y 71- 72) y, en nuestro caso, la interacción con los mismos puede calificarse de insignificante (vado de los arroyos intermitentes de Canraso, Dobresengos y Jidiello, siempre por los caminos y puntos de vado existentes). Sin embargo, es obligado reconocer que la parte inicial de la prueba, desde que se abandona el sitio de Covadonga y hasta el orto, en torno a las 5,30 horas, resulta la más delicada por varias razones: La nocturnidad incrementa el riesgo de interacción con la fauna salvaje, la alteración de su hábitat y las posibles consecuencias negativas e irreversibles sobre ellos. Como atenuante, ha de reseñarse que el tránsito por esa zona se realiza de manera lineal y en un espacio de tiempo relativamente corto (por el agrupamiento de los corredores al estar muy próxima la salida). Y ha de recordarse que siempre se trata de zonas de libre acceso diurno en cualquier época del año. En concreto, los hábitats RN2000 cod. 91 y 92 (Hayedos y robledales) situados antes de Orandi, podemos considerarlos como las zonas de mayor riesgo, a los que se añaden, ya con menor amenaza, las zonas de pradería y brezales (RN2000 cod. 61 y 40) si bien hablamos de un sector de tan solo 5 a 6 km. Precisamente por ello, es aquí donde se identifican más riesgos y, con ellos, más medidas de corrección para atenuar o eliminar dichos riesgos. En estas zonas es donde mayor uso se hará de los SEMÁFOROS ECOLÓGICOS (ver modelo en ANEXO 1)

2- Como ya se apuntó, en realidad desconocemos el grado de afectación real sobre alguna de las especies pertenecientes al catálogo RN2000 quizás muy sensibles pero sobre las que existe a nuestro alcance poca información, como algunas especies de vegetales (1802 Aster pyrenaeus, 1426 woodwardia radicans, diphasiastrum alpinum, 1420 culcit macrocarpa), de aves (A072 Abejero Europeo, A091 Águila Real, A093 Águila Perdicera, A080 Culebrera Europea, A108 Urogallo, etc), de anfibios (1172 Salamandra Rabilarga, Tritón Alpino), de invertebrados (1087 Rosalía Alpina, 1065 Doncella de Ondas Rojas, 1088 Gran Capricornio de Las Encinas, o la ahora famosa 1355 Hormiguera Oscura) , por no hablar incluso de mamíferos de gran porte como el Lobo o el Oso. Ante esta situación,

creemos que lo adecuado es remitirnos a la GUÍA EUROPARC cuando dice: "El órgano gestor será el encargado de identificar si la prueba atraviesa (….) hábitats especiales o frágiles, enclaves con especies catalogadas, raras o amenazadas, nidos de rapaces, nuevos o ya existentes, etc. En este caso se valorarán, conjuntamente con la entidad los posibles impactos y la definición de medidas correctoras concretas, según el impacto identificado" y, para ello, nos mostramos dispuestos a colaborar de forma estrecha con técnicos del Parque Nacional en la elaboración de unas bases de actuación en función a la realidad identificada, al objeto de elaborar unas medidas previas evaluables y, en función a los resultados obtenidos, tomar las determinaciones que se consideren oportunas.

3- Las labores de arbitraje las realizarán miembros del colectivo regional de árbitros FEMPA. Y, dentro de ellos, existirá un grupo especializado de árbitros medioambientales FEMPA que han realizado el curso específico de Carreras por montaña y medio ambiente FEDME. Ellos serán los encargados de velar por el adecuado tratamiento de nuestro entorno antes y durante la prueba y, además, elaborarán, con un retraso máximo de una semana, una evaluación y cuantificación de los impactos medioambientales observados en la prueba.

4- La organización elaborará una "Manual Medioambiental" (ANEXO 2) para su entrega a todos los participantes, así como otro "Manual Medioambiental para Acompañantes" (ANEXO 3) con toda la información necesaria para que se conviertan en nuestros cómplices a la hora de preservar nuestros enclaves en perfecto estado. Y un tercero específico para los Voluntarios (ANEXO 4), haciéndoles partícipes de su importancia para lograr un adecuado cumplimiento de todas las normas que pueden incidir en el espacio circundante. Se harán públicos en la web de la prueba y se enviarán con anterioridad a cada corredor, además de ponerse a disposición de los Voluntarios, del público en general en la entrega de dorsales y zonas de recepción. Para la elaboración de los mismos esperamos poder contar con el asesoramiento de los técnicos y/o materiales que el parque estime oportuno.

   En el Manual Medio Ambiental del corredor se incluirán todas aquellas consideraciones medioambientales que ya figuran en los reglamentos de la prueba, de la FEMPA y de la FEDME (exigencia bajo descalificación de seguimiento del recorrido balizado sin el más mínimo atajo, obligatoriedad de portar tu propio recipiente para bebidas, de marcar tus objetos y alimentos personales para identificar su abandono o extravío, obligado cumplimiento de las indicaciones de los SEMÁFOROS ECOLÓGICOS, etc) pero, además, se

añadirán en ella y en Manual para Acompañantes otras normas de respeto medio ambiental más amplias: Respeto al silencio, mínima alteración de la oscuridad, de la calma del entorno, racionalizar al máximo el acceso de vehículos a las zonas de salida y avituallamientos, evitar acudir a los puntos de observación de la carrera en su fase nocturna, así como en los más concurridos (vega de Urriellu, vegas de Sotres y Jitu de Escarandi), continuar manteniendo el mismo estándar de exigencia y respeto del itinerario (remitiéndose al track oficial) en los entrenos y visitas previas e incluso después de abandonar la prueba prematuramente, absoluto respeto incluso preventivo de los ecosistemas y para con las especies vegetales, animales y para con el marco geológico con la premisa "No igual, mejor que estaba". Es evidente que a ellos se añadirán aquellas recomendaciones que el Parque estime convenientes, además de remitir siempre a la normativa y regulaciones del propio Parque, invitando a la visita de la web oficial del mismo para recabar toda la información necesaria.

5- A lo largo del recorrido y en las zonas que específicamente se detallan en los cuadros de valoración de riesgos, se colocarán unos SEMÁFOROS ECOLÓGICOS, llamativos y fácilmente identificables, con unas medidas concisas y claras de aplicación en los hábitats concretos donde la identificación de riesgos así lo indique. Los cuadros indican los identificados hasta ahora y, como es lógico, su aplicación se extenderá a todos aquellos que puedan identificarse con anterioridad a la prueba. En estos puntos también se situarán voluntarios de la organización para enfatizar esa información.

6- En la actualidad el número máximo de participantes indicado en las autorizaciones es de 450. De acuerdo a las cifras recogidas en la GUIA EUROPARC, la carrera está por encima de la media, que en el conjunto de España se sitúa en 356 participantes por carrera. Es obvio que nuestro deseo es alcanzar una cantidad que encuentre el equilibrio entre lo tolerado por el espacio protegido, lo que los organizadores pueden manejar con seguridad y garantías y, por qué no, garantice el disfrute a los propios atletas, pero siempre respetando el entorno.

   Ese número de corredores es bastante contenido comparado con lo que actualmente se ve en otras pruebas de este tipo, y quizás deba seguir siendo así, como distintivo de calidad, tanto medioambiental como deportiva.

   Aun así, los corredores se convierten ellos mismos en riesgos potenciales, derivados, particularmente, de su conducta.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Ruido Basura Contaminación (elementos alóctonos)		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Concienciación de los corredores a través de charla previa, reglamento y manuales medioambientales. - Marcaje de enseres, envoltorios, material… - Revisión en los momentos previos a la salida de dicho marcaje por parte de los árbitros de la prueba.	- Vigilancia por parte de los controles de la organización y de los árbitros de la prueba.	- Actuación sancionadora de los árbitros. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medio ambientales y por la organización en la revisión medio ambiental a posteriori. - Aplicar medidas sancionadoras por la guardería del Parque.

7- Se ha considerado le remota posibilidad del transporte accidental de semillas de especies inadecuadas para el territorio en el calzado de algunos participantes de procedencia diversa. Pero, al realizarse los dos primeros kilómetros del recorrido por asfalto, consideramos que por el propio impacto de la pisada en suelo duro durante esa distancia es casi imposible el citado transporte más allá de esos compases iniciales, dándose por remota la posibilidad de supervivencia de esas semillas en dicho ambiente.

8- Avituallamientos: Ha de prestarse especial atención al emplazamiento, pues la logística necesaria, tanto material como humana, convierte estos lugares en una presión permanente (mientras se celebra la prueba) para el paisaje. Todos los avituallamientos están señalizados previamente y también su límite de salida. No se puede portar ningún elemento de los allí disponibles fuera de dicho recinto. Todas las bebidas que se proporcionan en los avituallamientos provienen de envases de gran formato –nunca de botellas pequeñas- y sólo se sirven en los recipientes que portan los mismos corredores. El resto de productos –chocolate, gominolas, pastelitos, barritas, frutos secos,…- se ponen en bandejas o platos preferentemente sin su envoltorio. En los recintos de de

avituallamiento existen cubos-contenedores separados y señalizados para que los participantes dejen sus desperdicios de manera selectiva. El abandono de cualquier residuo fuera de estas zonas está castigado con descalificación. Todas las infraestructuras utilizadas para su montaje fuera de las zonas urbanas serán efímeras, de montaje-desmontaje inmediato. No contarán con megafonía.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Compactación Deterioro de la flora Basuras Concentración de personas Concentración de vehículos		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- La zona de avituallamiento se montará lo más tarde posible. - Evitar situarlos en zonas con suelos susceptibles de deterioro por descarnamientos, compactación, etc. - Delimitación de la zona. - Situación de indicaciones de inicio y fin del mismo. - Imposibilidad de sacar envases o envoltorios sin identificar. - Utilización de cubos señalizados para el depósito separado de los residuos.	- Control presencial por parte de los voluntarios. - Recogida selectiva de basuras y desechos. - Impedir aglomeraciones en el entorno de la zona.	- Retirada de la zona de avituallamiento de forma inmediata al paso de los últimos corredores. - Limpieza total del entorno. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y por la organización en la revisión medio ambiental a posteriori, con la inclusión de pruebas documentales sobre el estado post-prueba de las zonas de avituallamiento - Aplicar medidas sancionadoras por la guardería del Parque. - Se realiza un traslado posterior a la zona de meta de todos los RSU generados de forma separada, para su posterior recogida selectiva especial por parte de COGERSA

9- Utilización de señalización biodegradable: La gran mayoría de la señalización utilizada dentro del parque la componen banderas de palo de madera con tela, evitándose la

utilización de materiales plásticos en la composición de las mismas. Con ello se trata de evitar, primero, que por la rotura o dispersión de las mismas se puedan convertir en residuos permanentes. Y segundo, que los animales salvajes o de pastoreo puedan ingerirlas y ser perjudicados. Sólo en aquellas zonas donde no es posible instalar banderas el marcaje se hace con cinta plástica que se recupera –como el resto de las banderas- el mismo día de la prueba o en las 24 horas siguientes de acuerdo a la autorización del Parque Nacional. En el marcaje de la Travesera se utiliza cinta especial biodegradable, pero somos conscientes de que, en todo caso, la mejor opción es evitar el abandono de cualquier resto de marcaje. No se utilizan bajo ningún formato pinturas o marcas fijas.

10- Marcaje de pertenencias: Todos los productos consumibles –bebidas, geles, barritas, etc- que puedan portar los atletas estarán marcadas con pegatinas con su número de dorsal a fin de poder identificar y sancionar a aquellos que abandonen cualquier vestigio de los mismos a lo largo del recorrido (ver reglamento de la prueba). En los momentos previos a la salida árbitros oficiales auxiliados por miembros de la organización realizan una inspección a TODOS los corredores para comprobar dicho marcaje.

11- Exceptuando en salida y meta –zonas urbanas- ***no se utilizará megafonía*** en ningún punto del recorrido. Tampoco se situarán en el recorrido elementos publicitarios.

12- Dentro del material utilizable figuran los bastones. Para evitar su abandono en caso de rotura o despiste deberán marcarse con las pegatinas de su número de dorsal y todos aquellos que salgan con estos elementos llevarán una marca en su dorsal y se les exigirá presentarlos en cualquier punto de la prueba y en meta, no pudiendo dejarlos en ningún punto del recorrido.

13- Como ya se ha comentado, se ha retrasado el horario de salida a las 02:00 horas, lo que ha llevado aparejada una disminución en una hora del límite horario para los corredores y un ajuste en el margen de seguridad para la organización ante una eventualidad en los últimos compases de la misma. Otra opción habría de pasar, necesariamente, por un complicado replanteo de toda la prueba.

14- Igualmente, y pese a la complejidad organizativa que supone, se ha normalizado ya el cambio de la Traveserina de Picos al sábado anterior (por indicación del Parque Nacional se impide la celebración de pruebas simultaneas), convirtiendo las pruebas en dos eventos independientes (en vez de realizarlos en el mismo fin de semana, una en sábado y la otra en domingo). Hay disparidad de criterios a la hora de evaluar la efectividad de la

medida pero, en todo caso ante la ausencia de datos en contra, se ha optado por repetir esta fórmula.

15- Público: El efecto llamada de un entorno tan particular como los Picos de Europa es de por sí destacable, con lo que, la celebración de un evento como la Travesera Integral Picos de Europa, aumenta dicho efecto.

La afluencia de aficionados, curiosos, acompañantes, así como el propio personal de la organización, supone un número de personas alrededor del acontecimiento que no debe despreciarse en este análisis.

Afortunadamente, salvo raras excepciones, dada la orografía de Picos de Europa, la concentración se ciñe a zonas de fácil acceso (como las vegas de Sotres), zonas pobladas (Caín) o clásicas de senderismo (vega de Urriellu). Por el contrario, se debe poner especial cuidado en vigilar la actitud del "todo vale" a la hora de gestionar esta afluencia.

Tipo de riesgo: MODERADO		
RIESGOS		
Basuras Acceso de vehículos Presión elevada en áreas reducidas Ruido		
MEDIDAS		
Preventivas	*Minimizadoras*	*Correctoras*
- Elaboración y difusión de un manual medioambiental para los acompañantes y público en general que recoje: Recomendación de no acudir a la fase nocturna del recorrido, racionalización del uso de los vehículos, promoción de zonas no masificadas para observar la prueba, normas de respeto al entorno e indicaciones del gestor del territorio sobre las limitaciones de acceso existentes.	- Control presencial por parte de los voluntarios. - Delimitación de áreas sensibles. - Coordinación con las autoridades. - Regulación del acceso de vehículos a las vegas de Sotres.	- Evaluación y análisis del antes y el después. - Actuaciones de adecuación y mantenimiento. - Evaluación posterior por parte de los árbitros medioambientales y por la organización en la revisión medio ambiental a posteriori. - Aplicar medidas sancionadoras por la guardería del Parque.

16- Consideramos la fecha de realización de la Travesera como no lesiva pues en el mes de junio ya se realiza la subida del ganado a los pastos de altura, con lo que hay una mayor interacción de personas y vehículos y la fauna se va habituando a la mayor presencia humana que se produce siempre entre junio y octubre por los diversos aprovechamientos naturales y el incremento de montañeros y visitantes. Las horas nocturnas son las mínimas posibles al estar muy próximo el solsticio de verano (en la zona alta la luz aparece poco más allá de las 05:00 horas)

17- Afortunadamente, todo el entorno de los Picos de Europa por donde discurre la carrera no es una zona especialmente susceptible a padecer incendios forestales en esta época del año. No obstante, se informará en la charla técnica y en la web en los días previos de la situación respecto al índice de incendios existente y de la aplicación de la actual normativa al respecto y, de acuerdo a las autoridades medioambientales, se tomarán las medidas que éstas consideren oportunas. El Plan de Seguridad de la prueba incluye las correspondientes directrices sobre el asunto.

18- El responsable Medioambiental de la Travesera estará presente y comunicado (vía telefónica y mediante emisora) durante toda la prueba. Los corredores están obligados a portar teléfono móvil con el número de la organización memorizado y, por tanto, pueden comunicar en todo momento cualquier incidencia a la organización, que podrá dar traslado al citado responsable para la evaluación y toma de medidas que se estime oportuno si se trata de temas de su responsabilidad. Igualmente, dicho responsable participa desde hace años en la charla técnica previa a la prueba repasando los puntos más relevantes de su ámbito con la incidencia y extensión necesarias.

19- Gracias a todo el trabajo desarrollado durante años en el ámbito medioa ambiental, la organización de la Travesera ha conseguido hace tres años la obtención del ***Certificado de Calidad Ambiental de carreras por montaña-Europarc (Green Label)*** de la Federación Española de Montaña FEDME de reciente implantación. Hemos creído importante hacer los esfuerzos necesarios para su obtención y, de hecho, hemos sido la segunda carrera en España en conseguir tal distinción. Este sello nos obliga a una auditoría pre y post carrera por parte de un árbitro medio ambiental FEDME que supervisa que durante los años de vigencia de la distinción se mantienen los estándares de calidad requeridos de acuerdo a

un check-list específico. Es nuestra intención mantenernos en este selecto club, implementando las medidas necesarias para ello.

20- Desde la edición de 2023 la organización de la Travesera mantiene unos acuerdos con COGERSA y ECOEMBES para aplicar los medios y procesos necesarios para garantizar el depósito selectivo de todos los RSU generados en los avituallamientos y su posterior recogida selectiva por parte de COGERSA. Incluso hemos instaurado el cuarto contenedor de residuos orgánicos y se ha establecido un acuerdo de colaboración con el Colegio Público de Arenas de Cabrales, mediante el cual ellos se hacen cargo del compostaje de los mismos, consolidando así los lazos con la comunidad local y evitando la necesidad de un transporte especial hasta Arenas para su recogida, al carecer este Concejo de tal servicio. Con ello hemos podido cerrar definitivamente un círculo al que seguimos sumando la apuesta por minimizar los RSU generados y una cuantificación y posterior aminoración de nuestra huella de carbono, proceso en el que estamos inmersos actualmente.

4- CONCLUSIÓN:

El objeto de este documento queda bien definido a través de los puntos desarrollados, de su metodología y de su voluntad de sistematizar la evaluación del posible impacto medio ambiental de la Travesera Integral de Picos de Europa. Su seguimiento debe ser escrupuloso por parte de todos los actores implicados para garantizar la viabilidad de la carrera como hoy la conocemos.

No obstante, y para garantizar la mejora continua, debe de ser un documento abierto. Abierto a cambios, mejoras, rectificaciones y críticas, que avalen el compromiso adquirido por todos.

Además, se ha de reforzar año a año el propósito firme, tanto de la organización como de la dirección del espacio protegido, de poner en marcha todas las herramientas necesarias que prolonguen la buena marcha del proyecto y garanticen su encaje en la RN2000 como marco de conservación más ambicioso y de mayor proyección de futuro de los que existen hasta ahora. En base a esa idea, se continúa adoptando nuevas medidas siempre en pos de la mejora de todos los sistemas preventivos, minimizadores y correctores.

5-ANEXOS

ANEXO 1: Ejemplos de semáforos medioambientales utilizados

ANEXO 2: Manual medioambiental para corredores

MANUAL DE MEDIO AMBIENTE PARA CORREDORES

Como ya sabrás, más del 80% del recorrido de la Travesera está dentro de los límites del Parque Nacional de Picos de Europa, que, aunque de manera simbólica para orgullo de su inspirador D. Pedro Pidal, fue el primer Parque Nacional español y en 2018 cumplió 100 años. Así pues, es nuestra obligación legal y moral contribuir a su legado en perfectas condiciones a nuestros sucesores. Pero, por encima de todo, "Los Picos" –como aquí los denominamos- son nuestro orgullo y un terreno de juego cuyas singulares características de biodiversidad han de ser preservadas. Para que nos ayudes a conseguirlo, a continuación te vamos a dar unas claves generales, además de recordarte que a lo largo de la carrera te encontrarás con unos SEMÁFOROS ECOLÓGICOS que indican pautas de actuación de obligado cumplimiento referidas a zonas concretas.

-Al inicio atravesarás unos ecosistemas boscosos y de vegas especialmente sensibles durante la noche por la presencia de especies fácilmente influenciables: Guarda silencio y no ilumines los alrededores.

-Sigue en todo momento el itinerario marcado. No hacerlo es además sancionable por los árbitros de carrera.

-No utilices atajos, su uso genera graves problemas de erosión y no debemos contribuir a ello.

-Siempre que superes la cota 1.800m te adentrarás en la zona de uso restringido ZUR del Parque Nacional, especialmente delicada por la mayor debilidad de los senderos y la presencia de canchales alterables por el paso. Presta toda tu atención a seguir la traza balizada.

-Sé consciente en todo momento (incluso en el recorrido fuera del Parque) de que nunca debemos alterar el medio (cortando o deteriorando flores y/o plantas…) ni a sus legítimos pobladores (animales o personas) y siempre hemos de desenvolvernos respetando todo aquello que nos rodea. Tampoco perturbes a los animales domésticos ni al ganado.

-No grites ni alteres la calma del entorno, es uno de sus mayores valores.

-Mantén controladas tus pertenencias y desperdicios, todo abandono de cualquier material es una grave amenaza para el entorno y será sancionada tanto por los árbitros (descalificación) como por el Parque Nacional.

-En los avituallamientos utiliza adecuadamente los contenedores para el depósito separado de los residuos que generes. Están adecuadamente señalizados y responden a los códigos de colores habituales, ÚSALOS BIEN.

-Deberás llevar marcados con las pegatinas que se te facilitarán todos los consumibles que portes desde la salida. Y no te olvides de tu vaso o contenedor para las bebidas, no habrá vasos en los avituallamientos.

-Al vadear cualquier curso de agua por pequeño que sea sé consciente de que se trata de ecosístemas de especial fragilidad, hazlo por las zoñas señaladas y nunca pises por el fondo del arroyo ni toques la vegetación de las zonas húmedas cercanas, incluyendo todas aquellas paredes chorreantes que encontrarás en sus proximidades y que albergan una vegetación tan excepcional como delicada.

-En las zonas con nieve no te salgas de la huella, esto minimiza el impacto y garantiza además tu seguridad ante la presencia de simas o torcas.

-Las fuentes en los Picos son un bien escaso, cuídalas como la fuente de vida que son. Nunca eches en los bebederos ningún producto o substancia (como por ej. isotónicos), puedes inutilizarlos para el ganado.

-Los bastones también deberán ser marcados para evitar su abandono en el medio, son un residuo de muy dificil eliminación. NUNCA OBTENGAS BASTONES DE FORTUNA DIRECTAMENTE DE LA NATURALEZA, piensa lo que podría suponer para la vegetación que todos los participantes lo hicieran.

-Dentro del Parque Nacional está prohibida toda recolección de especies animales o vegetales.

-Para acudir al punto de salida en El Repelao utiliza el transporte colectivo que facilita la organización.

-Ten presentes estas normas en tus visitas previas o posteriores a estos enclaves.

PRESERVAR EL MEDIO ES OBLIGACIÓN DE TODOS, NO OLVIDES CUMPLIR TU PARTE

ANEXO 3: Manual medioambiental para acompañantes

MANUAL DE MEDIO AMBIENTE PARA ACOMPAÑANTES

Como ya sabrás, más del 70% del recorrido de la Travesera está dentro de los límites del Parque Nacional de Picos de Europa, que, aunque de manera simbólica para orgullo de su inspirador D. Pedro Pidal, fue el primer Parque Nacional español y en 2018 cumplió 100 años. Está declarado como Reserva de la Biosfera y pertenece a las zonas de especial protección dentro de la Red Natura 2000. Así pues, es nuestra obligación legal y moral contribuir a su legado en perfectas condiciones a nuestros sucesores. Pero, por encima de todo, "Los Picos" –como aquí los denominamos- son nuestro orgullo y un terreno de juego cuyas singulares características de biodiversidad han de ser preservadas. Como acompañante y/o espectador de la prueba puedes y debes ayudarnos a ello. Presta atención:

-Infórmate con antelación sobre la ruta que pretendas recorrer para acceder al recorrido: Dificultad, condiciones, exigencia física, accesibilidad, material necesario, etc. Y no olvides tener en cuenta la meteo y lo que de ella se pueda derivar en cuanto a tu equipamiento.

- Sigue en todo momento los itinerarios de acceso normales a las zonas de montaña. Aunque casi toda la superficie de los Picos el de libre acceso, ello ha de hacerse por los caminos tradicionales. Ten presente que por encima de la cota 1.900 empieza la Zona de Uso Restringido, puedes recorrerla pero SIEMPRE POR LOS SENDEROS TRADICIONALES o las vías de acceso a las cumbres.

-No utilices atajos, su uso genera graves problemas de erosión y no debemos contribuir a ello.

-Sé consciente en todo momento (incluso en el recorrido fuera del Parque) de que nunca debemos alterar el medio (cortando o deteriorando flores y/o plantas…) ni a sus legítimos pobladores (animales o personas) y siempre desenvolvernos con respeto en todo aquello que nos rodea. Tampoco perturbes a los animales domésticos ni al ganado, además de respetar los modos de vida rurales y sus pueblos.

-Sé consciente de que los accesos para vehículos a las zonas de paso de la carrera son escasos y no están pensados para soportar una gran afluencia, es preferible aparcar en las poblaciones y acceder al recorrido andando. Evita las zonas más saturadas y TEN EN CUENTA LAS LIMITACIONES DE ACCESO VIGENTES..

-No grites ni alteres la calma del entorno, es uno de sus mayores valores. Es recomendable que animes a los participantes, pero intenta que ello no sea una molestia para nada ni nadie y nunca utilices medios artificiales de sonido.

-Mantén controladas tus pertenencias y desperdicios, todo abandono de cualquier material es una grave amenaza para el entorno y puede ser sancionada por el Parque Nacional. Y es obvio que los refugios no están ahí para que te deshagas de la basura en ellos, bájala al punto de recogida más cercano.

-Al vadear cualquier curso de agua por pequeño que sea sé consciente de que se trata de ecosístemas de especial fragilidad, hazlo por las zoñas de paso tradicionales y nunca pises por el fondo del arroyo ni toques la vegetación de las zonas húmedas cercanas, incluyendo todas aquellas paredes chorreantes que encontrarás en sus proximidades y que albergan una vegetación tan excepcional como delicada.

-En las zonas con nieve no te salgas de la huella, esto minimiza el impacto y garantiza además tu seguridad ante la presencia de simas o torcas.

-Las fuentes en los Picos son un bien escaso, cuídalas como la fuente de vida que son. Nunca eches en los bebederos ningún producto o substancia (como por ej. Isotónicos), ni dejes que tus mascotas se bañen en ellos, puedes inutilizarlos para el ganado.

-Mucho ojo a tus bastones, son un residuo de muy dificil eliminación. NO OBTENGAS BASTONES DE FORTUNA DIRECTAMENTE DE LA NATURALEZA, piensa lo que podría suponer para la vegetación que todos lo hicieran.

-Recuerda que dentro del Parque Nacional está prohibida la recolección de especies animales o vegetales.

-Es obligatorio que las mascotas vayan sujetas y próximas a sus dueños.

-Ten presentes estas normas en tus visitas previas o posteriores a estos enclaves.

PRESERVAR EL MEDIO ES OBLIGACIÓN DE TODOS, NO OLVIDES CUMPLIR TU PARTE

ANEXO 4: Manual medioambiental para voluntarios y controles

MANUAL DE MEDIO AMBIENTE PARA CONTROLES

Como ya sabrás, más del 70% del recorrido de la Travesera está dentro de los límites del Parque Nacional de Picos de Europa, que, aunque de manera simbólica para orgullo de su inspirador D. Pedro Pidal, fue el primer Parque Nacional español y en 2018 cumplió 100 años. Esta declarado como Reserva de la Biosfera y pertenece a las zonas de especial protección dentro de la Red Natura 2000. Así pues, es nuestra obligación legal y moral contribuir a su legado en perfectas condiciones a nuestros sucesores. Pero, por encima de todo, "Los Picos" –como aquí los denominamos- son nuestro orgullo y un terreno de juego cuyas singulares características de biodiversidad han de ser preservadas. Como control y/o colaborador de la prueba puedes y debes ayudarnos a ello. Presta atención:

-Infórmate con antelación sobre la ruta que tengas que recorrer para acceder a tu puesto en el recorrido: Dificultad, condiciones, exigencia física, limitaciones de acceso, material necesario, etc. Ten en cuenta la meteo y lo que de ella se pueda derivar en cuanto a tu equipamiento. CONSULTA A LA ORGANIZACIÓN CUALQUIER DUDA.

-Eres responsable de que los corredores cumplan con sus obligaciones para con el medio ambiente, invítalos u oblígalos a ello. Infórmate de los detalles al respecto de la zona en que te moverás, especialmente de la presencia de SEMÁFOROS MEDIO AMBIENTALES.

- Sigue en todo momento los itinerarios de acceso normales a las zonas de montaña. Aunque casi toda la superficie de los Picos el de libre acceso, ello ha de hacerse por los caminos tradicionales. Ten presente que por encima de la cota 1.900 empieza la Zona de Uso Restringido, puedes recorrerla pero SIEMPRE POR LOS SENDEROS TRADICIONALES o las vías de acceso a las cumbres.

-No utilices atajos, su uso genera graves problemas de erosión y no debemos contribuir a ello. Presta especial atención a las zonas donde los corredores puedan caer en el error de utilizarlos.

-Sé consciente en todo momento (incluso en el recorrido fuera del Parque) de que nunca debemos alterar el medio (cortando o deteriorando flores y/o plantas…) ni a sus legítimos pobladores (animales o personas) y siempre desenvolvernos con respeto en todo aquello que nos rodea. Tampoco perturbes a los animales domésticos ni al ganado, además de respetar los modos de vida rurales y sus pueblos.

-No grites ni alteres la calma del entorno, es uno de sus mayores valores. Es recomendable que animes a los participantes, pero intenta que ello no sea una molestia para nada ni nadie y nunca utilices medios artificiales de sonido.

-Mantén controladas tus pertenencias y desperdicios, todo abandono de cualquier material es una grave amenaza para el entorno y puede ser sancionada por el Parque Nacional. Y es obvio que los refugios no están ahí para que te deshagas de la basura en ellos, bájala al punto de recogida más cercano.

-Al vadear cualquier curso de agua por pequeño que sea sé consciente de que se trata de ecosístemas de especial fragilidad, hazlo por las zoñas de paso tradicionales y nunca pises por el fondo del arroyo ni toques la vegetación de las zonas húmedas cercanas, incluyendo todas aquellas paredes chorreantes que encontrarás en sus proximidades y que albergan una vegetación tan excepcional como delicada.

-En las zonas con nieve no te salgas de la huella, esto garantiza además tu seguridad ante la presencia de simas o torcas.

-Las fuentes en los Picos son un bien escaso, cuídalas como la fuente de vida que son. No eches en los bebederos ningún producto o substancia (como por ej. Isotónicos) ni dejes a tus mascotas que se bañen en ellas, puedes inutilizarlos para el ganado.

-Mucho ojo a tus bastones, son un residuo de muy dificil eliminación. NO OBTENGAS BASTONES DE FORTUNA DIRECTAMENTE DE LA NATURALEZA, piensa lo que podría suponer que todos lo hicieran.

-Recuerda que dentro del Parque Nacional está prohibida la recolección de especies animales o vegetales.

-Es obligatorio que las mascotas vayan sujetas y próximas a sus dueños.

-Ten presentes estas normas en tus visitas previas o posteriores a estos enclaves.

PRESERVAR EL MEDIO ES OBLIGACIÓN DE TODOS, NO OLVIDES CUMPLIR TU PARTE