

CAMINO
LEBANIEGO

Desde el Cantábrico al valle de Liebana,en los Picos de Europa

Verano 2022 / 7 días

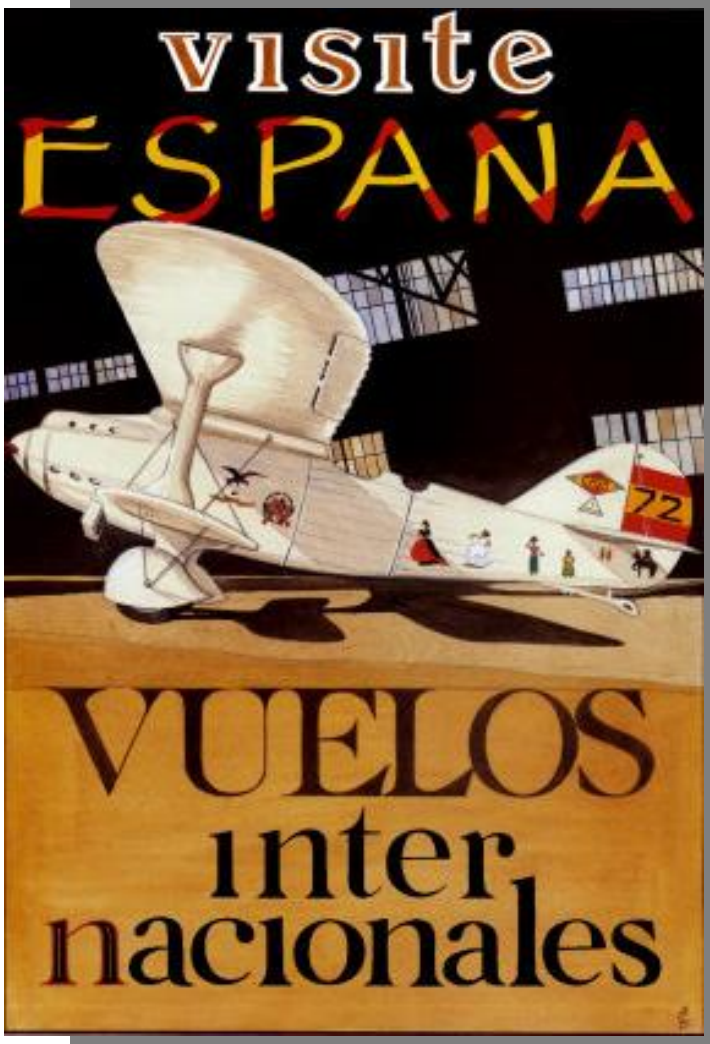
ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
ITINERARIO	4
FICHA TÉCNICA	11
CONDICIONES Y SEGURO	12
NOTAS SOBRE EL VIAJE	14



- Un viaje cargado de cultura, belleza natural y energía espiritual.
- Descubre senderos de historia entre el Cantábrico y los Picos de Europa.
- La suave belleza de las aldeas de montaña.

INTRODUCCIÓN



Con el buen recuerdo que nos dejó el estreno en el pasado año de esta ruta volvemos a estos bellos e históricos parajes. Menos conocido que el Camino de Santiago, pero igualmente hermoso y mágico, el **Camino Lebaniego** une el mar Cantábrico con el Monasterio de Santo Toribio de Liébana. Un **viaje diferente** cargado de cultura, belleza natural y energía espiritual. Comenzaremos en **San Vicente de la Barquera** y nos adentraremos en la Cantabria más rural y singular. Seguiremos la senda fluvial del río Nansa a través de bosques relictos para adentrarnos en el valle de **Lamasón**, lugar salpicado de pequeñas aldeas hasta asomarnos al Desfiladero de la Hermida y alcanzar el **Valle de Liébana**, entres bosques de hayas y robles y bajo las colosales paredes de los Picos de Europa, descubriendo la monumental **Potes** y llegando hasta el mismo **Santo Toribio.** Un recorrido de senderismo suave, un encuentro con la historia en una región de grandes atractivos.

Seguridad y tranquilidad

+35 años de experiencia

España, Europa y más

Destinos únicos

Reserva sin preocupaciones

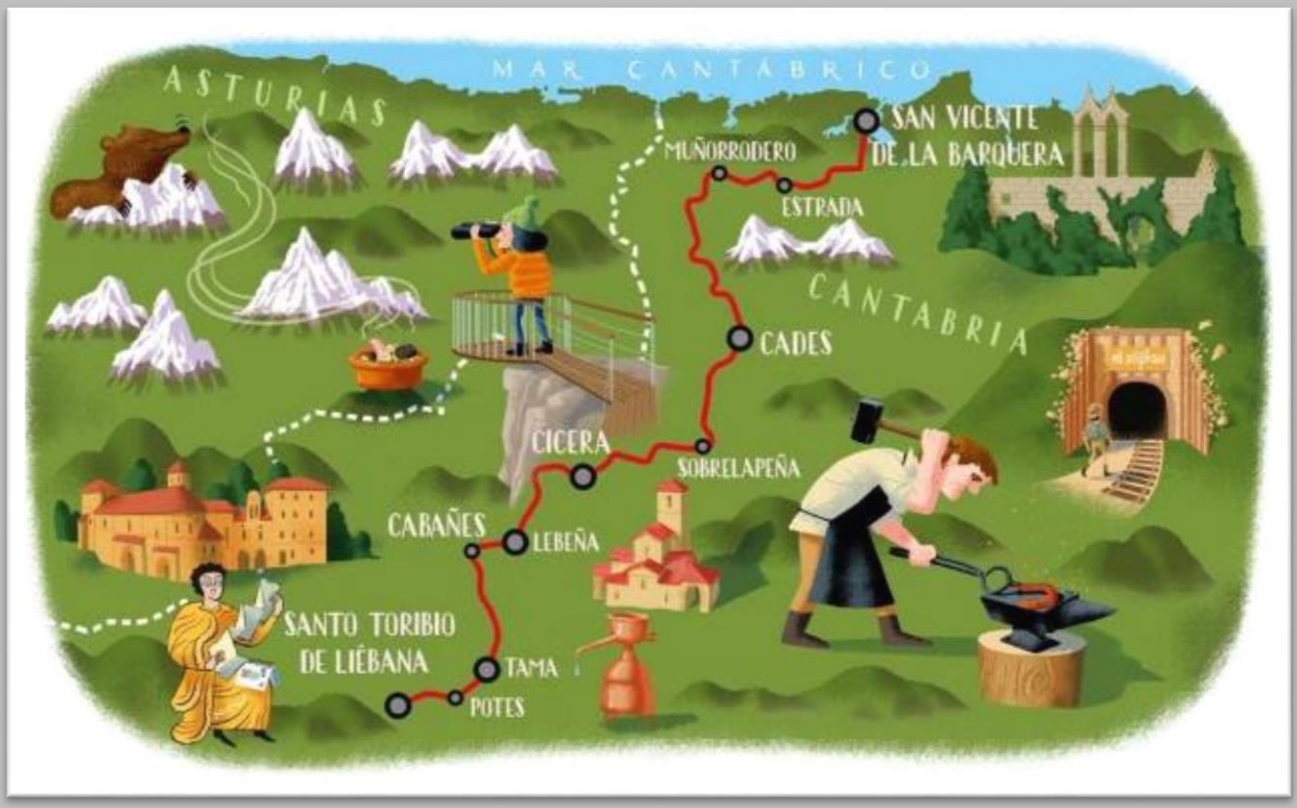
Cancelación sin gastos

ITINERARIO

DIA 1: MADRID - COMILLAS

Cita en **MADRID**, recogida de viajeros/as en Madrid a las 12.00 hrs., lugar: NH Sur Atocha- Pº Infanta Isabel 9 (Fachada principal del Ministerio de Agricultura). **(CONSULTAR POSIBLES SALIDAS DESDE SEVILLA Y CORDOBA)**. Tras abandonar Madrid ponemos rumbo hacia Cantabria, teniendo previsto llegar, tras las paradas reglamentarias, a Comillas hacia las 20,00 hrs. Alojamiento y cena de bienvenida.

Comillas *es una histórica y bellísima población de Cantabria. A orillas del océano cuenta con edificios medievales y barrocos, así como un importante legado modernista. Un lugar ideal para poner la base durante estos primeros días.*



DÍA 2: ETAPA 1: DESDE SAN VICENTE DE LA BARQUERA A MUÑORRODERO

Nos levantamos temprano y tras el desayuno nos desplazamos a **San Vicente de la Barquera** para iniciar la ruta.



DATOS TÉCNICOS:

Etapa 1. Ruta Lineal de 13,3 km. de recorrido desde San Vicente de la Barquera a Muñorrodero, en el que emplearemos sobre 4½ h., descansos incluidos, de cómodo caminar. Desnivel acumulado en ascenso: 243 m. Desnivel acumulado en descenso: 333 m. Altitud mín.: 5 m. Altitud máx.: 128 m.

DESCRIPCIÓN ITINERARIO:

Comenzamos el camino en la parte antigua del pueblo, junto a la Iglesia de Santa María de los Ángeles, seguimos las flechas rojas que en un principio coinciden con las flechas amarillas del Camino de Santiago de la Costa o del Norte. En días despejados podremos ver el mítico Narano de Bulnes, en Picos de Europa. Desde el centro histórico de San Vicente, bajamos junto a la ría, y a continuación una hermosa pista, con vistas al casco antiguo que acabamos de dejar, nos lleva a las aldeas de Acebosa, Hortigal y Serdio. A nuestra espalda, se queda la costa y nos adentramos en la Cantabria profunda, mientras al otro lado empezamos a ver las estribaciones de los Picos de Europa. Tras pasar por las aldeas señaladas llegamos al final de etapa en Muñorrodero, lugar en el que el Camino de Santiago toma otra dirección. Salida en bus hacia San Vicente de la Barquera. Llegada y tiempo libre para almorzar y visitar la localidad. A la hora acordada, regreso a Comillas. Alojamiento.

DIA 3: ETAPA 2: DESDE MUÑORRODERO A CADES

Tras el desayuno nos desplazamos en bus hasta **Muñorrodero**, donde iniciamos la ruta a pie.



DATOS TÉCNICOS:

Etapa 2. Ruta Lineal de 15,6 km. de recorrido desde Muñorrodero a Cades, en el que emplearemos sobre 6 h., descansos incluidos, de cómodo caminar. Desnivel acumulado en ascenso: 345 m. Desnivel acumulado en descenso: 288 m. Altitud mín.: 3 m. Altitud máx.: 112 m.

DESCRIPCIÓN ITINERARIO:

Comenzamos una de las etapas más hermosas del Camino Lebaniego. En todo momento caminamos por el **Valle del Nansa**, en la llamada Senda Fluvial del Río Nansa. Vamos paralelos a este precioso río con un magnífico bosque de ribera y campos de maíz junto al valle que forma este caudaloso río. En una ocasión salimos del camino que va paralelo al río, para volverlo a retomar nuevamente tras el pueblo de Cabanzón. La senda Fluvial nos deja un kilómetro antes del pueblo de Cades, después de haber disfrutado del sonido del agua, la sombra de sus árboles, un maravilloso bosque de ribera con álamos, chopos, tilos, fresnos… y las pasarelas de madera que nos hacen más cómodo y hermoso el camino. Finalizamos la ruta a pie sobre las 14,00 h. Almuerzo libre (picnic) en Cades. A primera hora de la tarde vamos a conocer la **Cueva del Soplao**, magnífica cavidad que nos sorprenderá por su grandeza. Tras la visita, traslado en bus a **Ojedo**, muy cerca de Potes, la bella capital de La Liébana**.** Alojamiento en hotel .

DÍA 4: ETAPA 3: DESDE CADES A CÍCERA

Desayuno. Desplazamiento hasta **Cades** para iniciar la ruta. Este día hay que echar las maletas en el autobús, cambiamos de hotel por la tarde.



DATOS TÉCNICOS:

Etapa 3. Ruta Lineal de 17 km. de recorrido desde Cades a Cícera, en el que emplearemos sobre 5 h., descansos incluidos, de cómodo caminar. Desnivel acumulado en ascenso: 657 m. Desnivel acumulado en descenso: 248 m. Altitud mín.: 81 m. Altitud máx.: 656 m.

DESCRIPCIÓN ITINERARIO:

Esta tercera etapa pasa del Valle del Nansa al **Valle de Lamasón.** Aunque pasaremos por zonas de asfalto, la belleza paisajística de los valles y el encanto de sus aldeas son de primer orden. Entre los pueblos que pasamos podremos ver una iglesia de estilo románico localizada en el pueblo de La Fuente. Sobre estos pueblos, unas enormes moles de roca son el lugar de alojamiento de una importante colonia de buitres, y tras pasar la aldea de Burio podemos girarnos y disfrutar de una hermosa panorámica del valle que se nos queda atrás. Los últimos 2 kilómetros de recorrido hasta llegar a Cícera discurren por una pista forestal y con el pueblo de fondo, uno de los más hermosos de nuestro recorrido. Finalizamos la ruta a pie en el mencionado Cícera, donde tenemos previsto el almuerzo libre (picnic).

Nota: Existe la opción de acortar algo la ruta, siendo recogidos por el bus en La Fuente hasta Cícera, salvando así, la parte de subida más pronunciada.

Por la tarde podremos hacer una ruta opcional para subir al mirador de **Santa Catalina**, el mejor balcón para disfrutar del desfiladero de la **Hermida.** Alojamiento.

DATOS TÉCNICOS:

Ruta Lineal (i/v) de 4 km. de recorrido desde Cícera al mirador de Sta. Catalina, en el que emplearemos sobre 2 ½ h., de cómodo caminar por un sendero de montaña que esconde mitológicas sorpresas. Desnivel acumulado (ascenso y descenso): 263 m. Altitud mín.: 490 m. Altitud máx.: 750 m.



DÍA 5: ETAPA 4: DESDE CICERA A SANTA MARIA DE LEBEÑA

Tras el desayuno nos trasladamos a **Cícera** para comenzar la actividad. Hoy estamos ante una de las rutas más hermosas del **Camino Lebaniego**, y al mismo tiempo la más exigente en cuanto a nivel.

DATOS TÉCNICOS:

Etapa 4. Ruta Lineal de 9 km. de recorrido desde Cícera a Santa María de Lebeña, en el que emplearemos sobre 4 h., descansos incluidos, de cómodo caminar. Desnivel acumulado en ascenso: 415 m. Desnivel acumulado en descenso: 694 m. Altitud mín.: 199 m. Altitud máx.: 835 m.

DESCRIPCIÓN ITINERARIO:

Comenzamos en una altitud de 450 metros, y ascendemos hasta 835 metros a través de pronunciadas pendientes. El descenso es más suave hasta **Santa María de Lebeña**, que está a una altitud de 250 metros. Por un lado de la montaña tenemos un hermoso bosque de hayas extraordinarias. Después, al coronar el puertecillo, cambia la vegetación y predominan

los robles, árboles centenarios de enorme envergadura y una masa de vegetación que permiten que el camino tenga numerosas sombras. La bajada nos muestra una hermosa panorámica del desfiladero de la Hermida y la iglesia **Mozárabe de Santa Maria de Lebeña**, una joya en forma de premio, para terminar esta impresionante ruta.

Tras la visita del lugar regresamos a Ojedo, donde tendremos tiempo para el almuerzo (libre). Por la tarde podremos desplazarnos a **Fuente Dé** y **Mogrovejo**. (Posibilidad opcional de tomar el teleférico del Mirador del Cable, en pleno Picos de Europa). Alojamiento.

DÍA 6: Etapa 5: LEBEÑA – MONASTERIO DE SANTO TORIBIO DE LIEBANA

DATOS TÉCNICOS:

Etapa 5. Ruta Lineal de 16 km. de recorrido desde Sta. María de Lebeña a Sto. Toribio de Liébana, en el que emplearemos sobre 5 h., descansos incluidos, de cómodo caminar. Desnivel acumulado en ascenso: 830 m. Desnivel acumulado en descenso: 542 m. Altitud mín.: 199 m. Altitud máx.: 594 m.

DESCRIPCIÓN ITINERARIO:

La última etapa comienza en la iglesia de Santa María de Lebeña, cruzamos la carretera hasta Allende y por el precioso río Robejo llegamos a la aldea de Pendes, atravesando cerca de un hermoso río y por un bosque de castaños centenarios. Desde **Pendes** todo es más fácil y vamos bajando hasta llegar a los pueblos de Tama, Ojedo y desde las cercanías de Potes, encarar nuestra última cuesta para finalizar el camino llegando hasta el mismo **Monasterio de Santo Toribio de Liébana.** ¡Enhorabuena!, lo hemos conseguido. Seguro que a estas alturas la emoción nos embarga. ¡Cuántos amigos/as, vivencias, anécdotas, emociones..., a lo largo de estos días!!. Con la satisfacción de llegar a un lugar histórico, por donde tantos siglos y tantas gentes han pasado. Podremos visitar el Monasterio, una maravilla arquitectónica, en donde se encuentra la reliquia "Lignum Cruxis", un trozo de madera de la cruz en donde crucificaron a Jesucristo. Después, traslado del Monasterio al pueblo. Tarde libre en Potes.

Nota: Opción de finalizar la ruta en Potes y de subir al monasterio en bus, salvando así, la parte de subida más pronunciada.



EL MONASTERIO DE SANTO TORIBIO DE LIEBANA.

En el corazón de la comarca de Liébana, a unos dos Kms. al sur del núcleo urbano de Potes y medio escondido entre los pliegues orográficos del monte de la Viorna, en las estribaciones de los Picos de Europa, hallamos este lugar escogido por unos monjes en los albores del cristianismo en nuestra región para retirarse del mundo y vivir según la regla benedictina.

Tras la invasión musulmana del año 711 y la rápida conquista de la Península, los cristianos que defendían el estado hispano-visigodo se replegaron hacia las montañas cantabroastúricas e hicieron frente con éxito en la batalla de Covadonga (722), así como en otras escaramuzas que tuvieron lugar en nuestros montes, como en el cercano lugar de Cosgaya, que sirvieron para tomar confianza de sus fuerzas e iniciar la Reconquista. Se constituyó el reino asturiano con don Pelayo, a quien sucedió Alfonso I, hijo de su colaborador el duque Pedro de Cantabria, casado con Ermesinda, hija del caudillo de Covadonga.

Este rey de sangre cántabra pobló y organizó el territorio de Liébana con cristianos de la Meseta, para crear un vacío estratégico como frontera frente a los islamitas en el valle del Duero. Entre ellos vinieron monjes que se instalaron en numerosos lugares de nuestra comarca, fundando monasterios comoe el de San Martin de Turieno, que andando el tiempo se convertiría en Santo Toribio de Liébana.

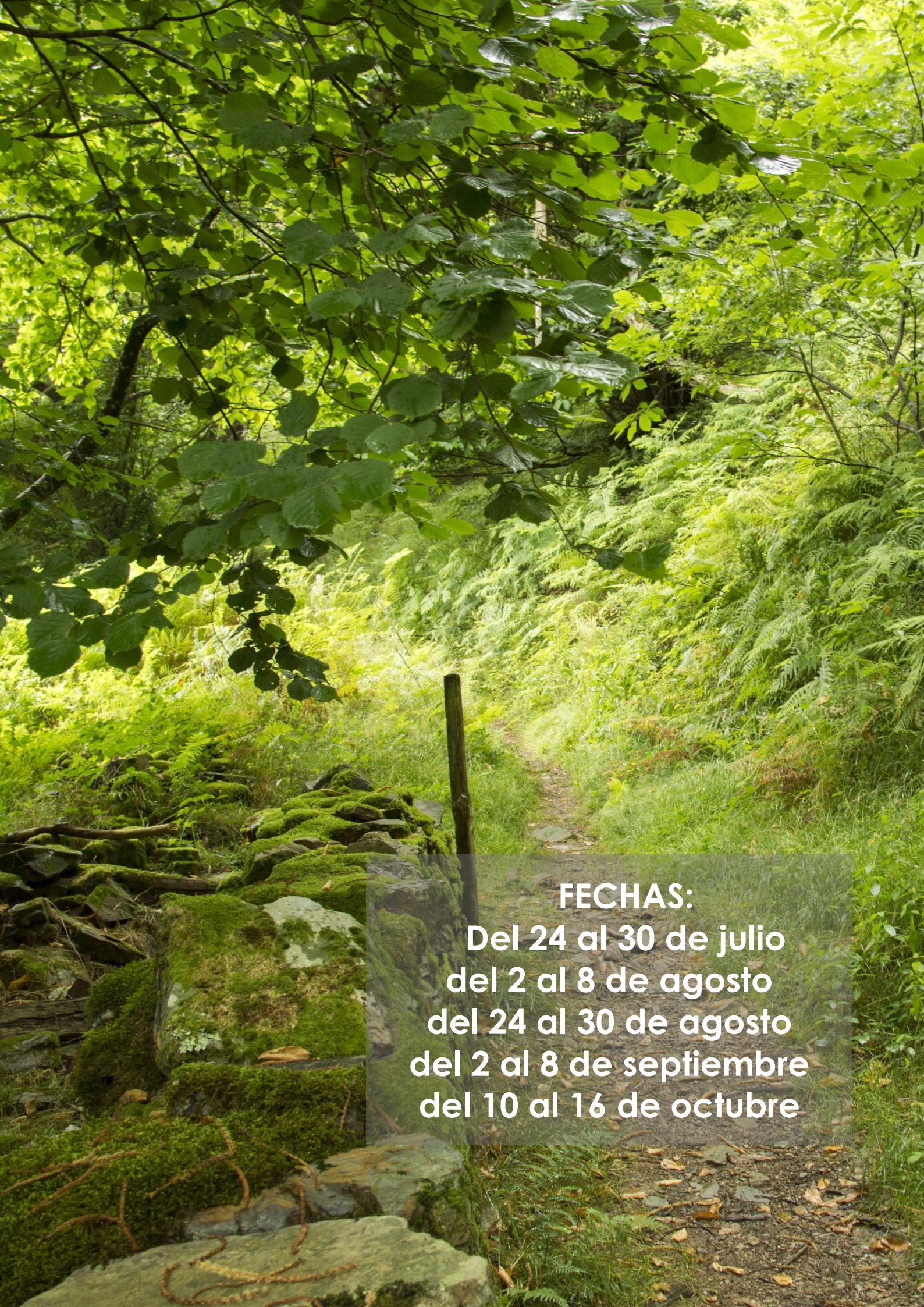
Es posible que a mediados del siglo VIII, una vez consolidada la Reconquista en esta zona, se trajesen aquí los restos del obispo Toribio de Astorga y las reliquias del Lignum Crucis -que según la tradición él había traído de Jerusalén- para depositarlas en un lugar seguro como era este monasterio, que ya había adquirido cierto prestigio en el territorio cristiano.

DÍA 7: OJEDO – MADRID

Desayuno en el hotel. Salida sobre las 08,30 hrs. Llegada prevista a Madrid sobre las 15,30. Fin del viaje. **(Consultar posibles regresos a Córdoba y Sevilla).**

FIN DEL ITINERARIO





FECHAS:
Del 24 al 30 de julio
del 2 al 8 de agosto
del 24 al 30 de agosto
del 2 al 8 de septiembre
del 10 al 16 de octubre

FICHA TÉCNICA

PRECIO: 655 Euros **PRECIO R.A.:** 595 Euros

GRUPO MÁXIMO: 32 personas **GRUPO MÍNIMO:** 18 personas

Suplementos:
Suplemento de ocupación de 23 a 27 personas: 49 €
Suplemento de ocupación de 18 a 22 personas: 89 €
Suplemento alojamiento en hotel en habitación individual: 279 €
Salida agosto: 99 €
CONSULTA DESCUENTO POR INCORPORACIÓN DIRECTA EN DESTINO

INCLUYE:

- Traslados y viaje en bus privado desde Madrid. (Consulta salida desde Sevilla y Córdoba) . Asistencia en ruta por el mismo bus para traslados, enlaces y traslados de equipajes.
- Alojamiento en régimen de alojamiento y desayuno en hotel en habitación doble con baño/ducha.
- Cena de bienvenida.
- Entrada a la Cueva del Soplao.
- Guía acompañante de ALVENTUS&AÑOSLUZ.
- Seguro de viaje.

NO INCLUYE:

- Ninguna comida no mencionada
- Entradas a museos, monumentos excepto las mencionadas en el apartado INCLUYE.

CONDICIONES Y SEGURO

CONDICIONES RESERVA ANTICIPADA:

Si deseas beneficiarte del precio de reserva anticipada (R.A.) tienes que hacer el pago de la reserva al menos 40 días antes de la fecha de salida (excepto el pago del resto que se realizará como máximo 20 días antes de la salida y las tasas aéreas que se abonarán a la emisión de los billetes).

CONDICIONES EXCEPCIONALES DE RESERVA DE VIAJE PARA LA TEMPORADA DE VERANO 2022

Esta temporada, dadas las circunstancias especiales que estamos viviendo, ofrecemos para facilitar y agilizar la gestión de vuestra reserva, unas condiciones excepcionales en las que sólo tienes que señalizar el viaje con un depósito reducido de 75 €.
ESTE DEPOSITO ES TOTALMENTE REEMBOLSABLE EN EL CASO DE QUE EL VIAJE NO SE PUEDA REALIZAR POR CIRCUNSTANCIAS DE FUERZA MAYOR.

La reserva deberá ser realizada preferentemente por NUESTRA WEB, POR CORREO ELECTRONICO o en su caso por teléfono. Las solicitudes de reservas recibidas serán confirmadas por nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de **75 Euros**, mediante transferencia o tarjeta de crédito.
DATOS BANCARIOS para transferencia:

Titular: *Viajes Alventus S.L.*
Entidad: LA CAIXA
Cuenta corriente: ES65 2100 8436 49 2200712883

(En caso de transferencia es imprescindible remitir por correo-electrónico un justificante del pago indicando claramente el nombre de la persona, viaje y fecha)

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

SEGURO INCLUIDO:

RESUMEN DE COBERTURAS – INCLUYE ASISTENCIA POR COVID 19	
EQUIPAJES: Pérdidas materiales	151 Euros
ASISTENCIA: GASTOS MEDICOS, QUIRURGICOS Y HOSPITALIZACION:	
Por gastos incurridos en España, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en España	600 Euros
Por gastos incurridos en el extranjero, derivados de una enfermedad o Accidente ocurridos en el extranjero	6.000 Euros

PRORROGA DE ESTANCIA EN HOTEL con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros
DESPLAZAMIENTO DE ACOMPAÑANTE POR HOSPITALIZACION ESTANCIA DEL ACOMPAÑANTE DESPLAZADO con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros
REPATRIACION O TRANSPORTE SANITARIO DE HERIDOS O ENFERMOS	Ilimitado
REPATRIACION O TRANSPORTE DE FALLECIDOS	Ilimitado
BILLETE DE REGRESO DEL ASEGURADO POR FALLECIMIENTO DE UN FAMILIAR DIRECTO	Ilimitado
RESPONSABILIDAD CIVIL PRIVADA	6000 Euros

Opcional:
Disponemos de seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias:

Por un importe desde 20 euros, entre otras coberturas, cubre los gastos de cancelación del viaje por causas de fuerza mayor.

Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva.

Solicite en nuestras oficinas el desglose de las coberturas de cada uno de ellos.

RECOMENDAMOS A TODOS CONTRATAR UNO DE ESTOS SEGUROS POR LA AMPLITUD DE SUS COBERTURAS.

CONDICIONES GENERALES

Todos los datos e informaciones contenidas en la Ficha Técnica del Viaje están sujetos a las Condiciones Generales publicadas en la página Web correspondiente.

Nota: El boletín al que se refiere la presente ficha técnica es un programa de viajes de cultura y naturaleza. Las personas que se inscriben en estos programas conocen las especiales características de su operativa y desarrollo, y por lo tanto son conscientes de la posibilidad, razonada, de posible modificación en el itinerario, servicios de alojamiento, transportes y duración motivados por causas ajenas a la organización y a la agencia de viajes.

NOTAS SOBRE EL VIAJE

ALOJAMIENTO

En Comillas: hotel Abba Comillas Golf, de 4****. Es un magnifico alojamiento localizado en el entorno natural de Comillas, una de las localidades más emblemáticas de Cantabria gracias a sus hermosos paisajes sobre la costa cantábrica y su patrimonio histórico y cultural.
www.abbahoteles.com/es/destinos/abba-comillas-golf-hotel/hotel.html
A 10 minutos andando del centro de la ciudad.
En Ojedo: para julio y el primer grupo de agosto nos alojamos el la Hostería Peña Sagra
http://hosteria.psagra.com/
Para el grupo de segundo de agosto, septiembre y octubre nos alojamos en el Hotel Infantado
http://www.hotelinfantado.com/

COMIDAS Y VINOS

Se incluyen los desayunos y la cena de bienvenida con productos típicos de la zona. Para los días de la excursión de senderismo habrá días en los que se pueda hacer picnic, para lo cual deberemos llevar preparadas nuestras viandas. El/la guía dará las indicaciones necesarias y se pueden adquirir en la misma población. Para el resto de almuerzos y cenas se puede optar por disfrutar de la excelente gastronomía. La zona nos ofrece una magnífica oferta, desde tapeo en bares tradicionales a buenos restaurantes.
La comarca lebaniega posee una climatología y una tierra fértil que la hacen ser una de las más importantes, gastronómicamente hablando, de Cantabria, con una materia prima de gran calidad para elaborar exquisitos productos y apetitosos platos.
En San Vicente de la Barquera, podemos degustar el sorropotún. Su receta tiene como ingrediente protagonista el bonito, que, acompañado de verduras como la patata, pimiento verde y cebolla lo convierten en un rico plato potente en sabor.
El cocido montañés, contundente guiso a base de alubias blancas y berza, va acompañada de una buena ración de compango (tocino, costilla, chorizo y morcilla), siendo uno de los platos estrella dentro de la cocina cántabra. Es un plato perfecto para cargarse de energía y retomar el camino.
Pero el plato típico por excelencia es, el cocido lebaniego, donde, el ingrediente base es el garbanzo Pedrosillano, de pequeño tamaño y textura suave. A la hora de degustarlo hay que seguir un cierto orden: primero se toma una sopa de cocido y fideo fino, seguido de los garbanzos acompañados de la berza hervida y rehogada con ajo y pimentón, el relleno a base de miga de pan, huevo chorizo y perejil y por último el "matacío" del cerdo en todas sus versiones (chorizo, morcilla, tocino, oreja, etc.).
Típico es su borono, hecho con harina y sangre de cerdo y condimentado con cebolla, orégano, perejil, pimentón y sal. Un producto típico de la matanza, actividad habitual en los

pueblos lebaniegos y de la que surgen unos embutidos que llevan ya el nombre de esta comarca cántabra.
Uno de los productos más afamados y valorados de esta tierra es la carne de la vaca tudanca, autóctona de Cantabria y predominante en la zona occidental. Es una carne intensa y aromática que conquista las papilas gustativas de los amantes de la especie bovina. Un ejemplo de cómo combinar este producto con otro típico de la zona es el solomillo de tudanca al queso Tresviso, convirtiéndolo en un plato jugoso, tierno y lleno de matices.
Y dentro de los quesos, cabe mencionar los quesucos de Liébana. De sabor suave y textura cremosa, están hechos a base de leche de vaca, oveja o cabra, aunque también pueden darse mezclas entre ellos, éstos junto con el queso picón Bejes-Tresviso y el queso nata de Cantabria gozan de tener el sello de Denominación de Origen Protegido.
Otro gran producto de esta localidad es la miel de Liébana, que también posee el certificado de Denominación de Origen Protegido comprendiendo dos tipos de mieles: la miel de brezo y la miel de mielada. La primera, es más densa y tiene un gusto sutilmente amargo y persistente. La mielada se caracteriza por un aroma amaderado, de textura más fluida y un dulzor más típico de las mieles tradicionales.
En cuanto a los postres típicos, concretamente en Unquera y San Vicente de la Barquera, tenemos las corbatas. Una delicia crujiente y ligera en forma de tira de hojaldre y culminando con una dulce capa de glaseado y almendras.
Los frisuelos de Liébana, similares a las crepes francesas, son otro de los dulces tradicionales que, acompañados de una buena cucharada de miel de Liébana, son una verdadera delicia perfectos para acompañar un desayuno o merienda.

TIERRA DE VINOS

La indicación geográfica V.T. de Liébana, reglamentada en 2004, recibe su nombre de la comarca a la que pertenecen los municipios que la integran. Esta IGP está enclavada en una zona montañosa de climas húmedos y fríos que hace que se realice una vitivinicultura arriesgada, con plantaciones imposibles. Desde hace siglos la producción de vinos ha sido parte del paisaje y ahora con esta IGP están realizando vinos muy interesantes. Blancos de variedades europeas y algún tinto de acidez y aroma con carácter. Encontramos viñedos que producen excelentes vinos tintos de uva Mencía, Tempranillo, Garnacha, Graciano, Syrah, y Cabernet Sauvignon y blancos de uva Palomino, Godello, Gewürtztraminer y Chardonnay. El vino tostadillo, típico de La Liébana es idóneo para un final de comida. Y por supuesto, no hay que dejar de probar el orujo lebaniego, un aguardiente de sabor dulce y aroma refinado, indispensable tras la sobremesa de un buen almuerzo montañés para aligerar la digestión.
DOCUMENTACIÓN
Es necesario llevar Documento Nacional de identidad en vigor (o en su defecto Pasaporte), que no caduque mientras dure nuestra estancia.

CLIMA

En verano en Cantabria domina un clima húmedo templado de tipo Atlántico.

El invierno y la primavera son las estaciones más lluviosas, dando lugar a un verano relativamente seco, época ideal para conocer estas montañas, ya que la lluvia no es frecuente y las temperaturas varían entre los 20ºC y 25ºC. Por regla general el tiempo es bueno, aunque al estar en zonas de montaña el clima está sujeto a las particularidades de éstas. Las temperaturas serán frescas en la mañana y al caer la noche y muy agradables durante el día. Al ser una zona de transición entre el mar y la montaña a veces en verano suele haber algunas nieblas pronto en la mañana que luego se disipan.

En la salida programada para octubre se espera que las temperaturas hayan bajado si bien suele ser también una buena época para nuestra actividad.

EQUIPAJE Y ROPA

Pantalones ligeros de senderismo, camisas y camisetas, jersey de lana y o forro polar, guantes ligeros, chubasquero, anorak o parka (para las noches), crema de protección solar, gafas de sol, botas o zapatos de montaña de suela flexible para la ruta de senderismo, polainas, gorra o sombrero para el sol, pequeña mochila para las excursiones del día. Bañador y toalla de playa.

Recomendable: prismáticos, bastón regulable para caminar si se usan habitualmente.

Durante las excursiones a pie sólo llevaremos la mochila para el día con los útiles para la excursión. La mochila debe ser cómoda pues una buena mochila que se adapte al cuerpo es vital para una caminata agradable.

MEDICINA/SALUD

Ninguna recomendación en especial. Además de llevar un seguro de viaje de amplia cobertura es recomendable llevar la tarjeta sanitaria. Recomendamos llevar un botiquín elemental: antibiótico de amplio espectro, analgésico (aspirina), antiácido, anti-inflamatorios, antidiarreico, antihistamínico, pomada antibiótica, pomada anti-inflamatoria, desinfectante, algodón, tiritas, venda, esparadrapo, así como las medicinas específicas de los tratamientos que cada uno siga.

EXCURSIONES

Las excursiones de senderismo que planteamos en este programa se tratan de cómodos recorridos a pie con desniveles asequibles para cualquier persona que le guste caminar y amante del senderismo. En el itinerario se detallan las distancias, desniveles y tiempos. Una persona en forma y que practique algo de senderismo puede realizar este programa. Las horas de cada excursión varían unas de otras, pero por regla general tienen una duración de entre 5 y 6 horas incluyendo descansos y paradas para comer. En alguna de las etapas tenemos puntos concretos de salida donde finalizar el recorrido a pie, en caso de que alguien no pudiera completar la etapa. Generalmente, el desarrollo de una jornada de marcha se realiza como sigue: - nos levantamos pronto

y tras desayunar partimos en autobús hacia el inicio de la excursión. Previamente, el/la Guía habrá dado los consejos e información necesarios: información meteorológica, horarios... Se empieza a caminar tranquilamente, se disfruta de excelentes panorámicas, paradas para hacer fotos, descansar, tomar el fantástico aire de la montaña... y a mediodía paramos un buen rato en algún bonito lugar para tomar nuestro picnic. Una vez finalizada la ruta a pie y tras tomar un café, refrescos o una buena cerveza local... regresamos a nuestro alojamiento.

GUÍA

El/La Guía responsable tiene como labor organizar las rutas, velar por la buena marcha del viaje, integrar a todos en la zona, informar y orientar sobre los aspectos más interesantes de los lugares que visitamos, así como decidir cualquier cambio de ruta si existiesen causas justificadas para ello o imprevistos meteorológicos y atendiendo siempre a la seguridad del grupo. No actúa como Guía local en las visitas a ciudades o monumentos.





EN RUTA…NUESTROS GUIAS Y PROGRAMADORES.

Nuestros viajes y rutas llevan el sello especial de nuestro equipo de producción. Una cuidada elección de los itinerarios, de las excursiones y de los lugares a recorrer. La comprobación en directo de los servicios…, la búsqueda del detalle y de lugares recónditos y curiosos…, siempre realizados con la ilusión de profesionales apasionados por el viaje. Este es el afán que nos mueve y nuestro aval de calidad y garantía. En la foto Ana Fernández diseñadora y Guía de este programa, del equipo de Guías y Programadores de Alventus&AñosLuz.

CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver en la página web las condiciones en la siguiente dirección, https://www.aluz.com/condiciones o https://www.alventus.com/condiciones. Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono / contrato de viaje que debe tener todos los/las clientes al inicio del viaje.

NUESTRO GRUPO

ALVENTUS viajes · añosluz EN EL MUNDO · ALVENTUS BIKE · PUZZLE VIAJES singles con niños · DrumbuN viajes en familia · Travelmusic · VIAJES FOTOGRÁFICOS



ALVENTUS & AÑOS LUZ. MIRANDO AL FUTURO

¿Te unes a nuestro punto de encuentro viajero?
Te invitamos a que te unas, si es que no lo has hecho ya, a nuestro grupo de Facebook: Alventus & AñosLuz, Mirando al futuro. En el, estamos compartiendo fotos, vídeos, anécdotas... de viajes realizados pero también de los que nos gustaría ver en el futuro.
Descúbrelo en este enlace:
https://www.facebook.com/groups/554015261903835

Te esperamos, construye con nosotros el futuro. ¡Adelante!

Y además síguenos en...

Concurso Foto Viajera

Os animamos también a participar en el concurso Foto Viajera. En esta ocasión valoramos el atractivo de la imagen como fotografía de viaje.



Primer Premio:
Javier Arroyo Escobar



Segundo Premio:
Miriam Moreno Férriz



Tercer Premio:
José Manuel Máiquez Mijares

Consulta nuestras páginas web (www.alventus.com/concursos o www.aluz.com/concursos) para más información.



TURISMO RESPONSABLE

En ALVENTUS&AÑOSLUZ apostamos por la organización de los viajes de forma responsable y sostenible.

Colaboramos con los agentes locales, guías y proveedores con servicios de calidad y respetuosos. En la medida de lo posible se procura la contratación de alojamientos sostenibles y siempre respetando las normas ambientales.

Se procura la información y sensibilización a los viajeros sobre la protección de los espacios naturales que visitamos intentando minimizar nuestro paso por esos espacios. Igualmente se encomienda a los/as viajero/as respetar las culturas y tradiciones locales y ser muy respetuosos a la hora de la realización de fotografías de personas, pidiéndoles permiso en su caso.

Aconsejamos que en todos nuestros viajes por Europa y zonas de gran calidad saludable que los viajeros NO COMPREN AGUA EMBOTELLADA EN RECIPIENTES DE PLÁSTICO y si utilicen sus propias botellas rellenándolas en los hoteles, bares o restaurantes o en muchas de las fuentes de agua potable que se encuentran en las rutas.

En los viajes por lugares exóticos como Asia o Sudamérica y trekkings recomendamos igualmente el uso de agua potable de los establecimientos tratándolas en su caso con pastillas potabilizadoras.

Recomendamos igualmente ser sensibles en la utilización de los recursos en las zonas naturales que visitamos.

ALVENTUS&AÑOSLUZ colaboran de forma regular con organismos de protección de la naturaleza.

Muchas gracias