

ACTIVIDADE SENDEIRISMO SEMANA SANTA.
CERVERA DE PISUERGA, PALENCIA.

Datas: do 17 ao 20 de abril

Lugar: Cervera de Pisuerga, Palencia.

Saída: día 17, xoves, ás **07:00**, diante da piscina universitaria

Regreso: día 20, domingo, ás 21:00 aprox.

Aloxamento: Estaremos aloxados en Cervera de Pisuerga no hotel Peña Labra (habitacións dobres) en réxime de media pensión polo que hai que levar a comida para as rutas.

CONSIDERACIÓNS A TER EN CONTA:

Imos facer unha actividade de **sendeirismo** durante varios días así que é importante estar acostumado a camiñar.

As rutas en xeral son de dificultade baixa/media, aínda así hai que ter un bo estado de forma e estar habituado á práctica do sendeirismo.

É preciso levar calzado axeitado para o sendeirismo e que estea en boas condicións, así como **vestimenta axeitada** para facer a actividade.

A orde en que realizaremos as rutas dependerá das **previsións meteorolóxicas** xa que algunha das rutas, baixo condicións meteorolóxicas adversas, pode ser complicada.

Non é obrigatorio facer tódalas rutas, podedes quedar descansando no hotel algún día, ou facer outra cousa, pero será baixo a vosa responsabilidade.

A programación pode sufrir **cambios** ou variacións.

No hotel estaremos en réxime de media pensión, así que tendes que levar a **comida para as rutas**.

En todo momento debemos seguir de xeito estrito as **indicacións** dos monitores. Durante as rutas, o guía que vaia diante será o que marque o ritmo e o grupo ten que ir detrás.

É aconsellable (non imprescindible) levar o bastón (ou bastóns) de sendeirismo

As actividades que faremos:

1. Ruta da Tejada de Tosande.

Lonxitude: 9,1 km

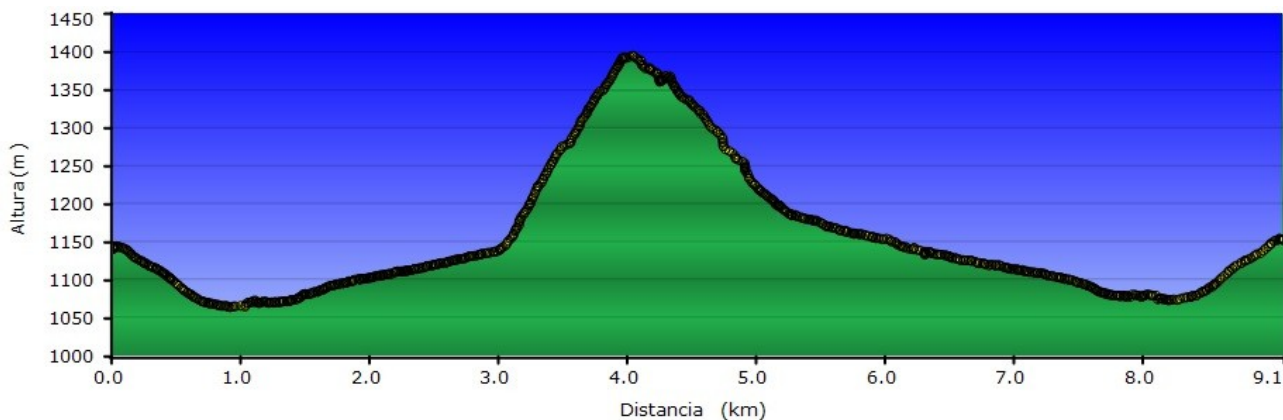
Desnivel: baixo/medio

Dificultade: baixa/media

A nosa ruta comeza preto de Cervera de Pisuerga, a escasos quilómetros. É un percorrido circular (máis ben tipo “piruleta”) no que imos visitar unha das xoias da cordilleira cantábrica: A Tejada de Tosande, un fermoso e espectacular bosque de teixos, algúns deles de enormes proporcións, o que nos pode indicar que poderían ter centos de anos e incluso andar preto do milleiro. Para chegar a el temos que comezar a andar por unha cómoda pista que, logo de pasar algunha zona estreita e algo máis incómoda, nos achega á entrada do val de Tosande. Neste punto comezamos a subir por unha senda, en medio dun bosque de carballos, ata acadar un impresionante miradoiro onde poderemos gozar dunhas fantásticas vistas da contorna. Incluso si está o día despexado poderemos ver ao lonxe un dos colosos desta zona montañosa, o Curavacas, que supera os 2500m de altitude. Despois xa nos introducimos no bosque de teixos. Realmente é unha gozada poder camiñar entre tantos exemplares desta especie, hai preto de 800 teixos.. Non é doado atopar na península ibérica bosques destas características. Despois seguimos camiñando e entramos nun fermoso faial o cal, en descenso, nos leva novamente ao val de Tosande, onde volvemos a coller a pista pola que iniciamos a nosa ruta. O percorrido é sinxelo, salvo algún tramo da subida ao miradoiro onde a pendente aumenta e hai algún treito da senda algo estragado pola erosión

MIDE. Tejada de Tosande

<u>Horario:</u>	3,10 h	<u>Severidade do Medio Natural:</u>	3
<u>Desnivel de subida:</u>	439m	<u>Orientación no Itinerario:</u>	2
<u>Desnivel de baixada:</u>	439m	<u>Dificultade do desprazamento:</u>	2
<u>Distancia horizontal:</u>	9,1 km	<u>Cantidade de esforzo necesario:</u>	3
<u>Tipo de percorrido:</u>	Circular		



2. Ruta de Fuente Cobre.

Lonxitude: 12,9 km

Desnivel: medio

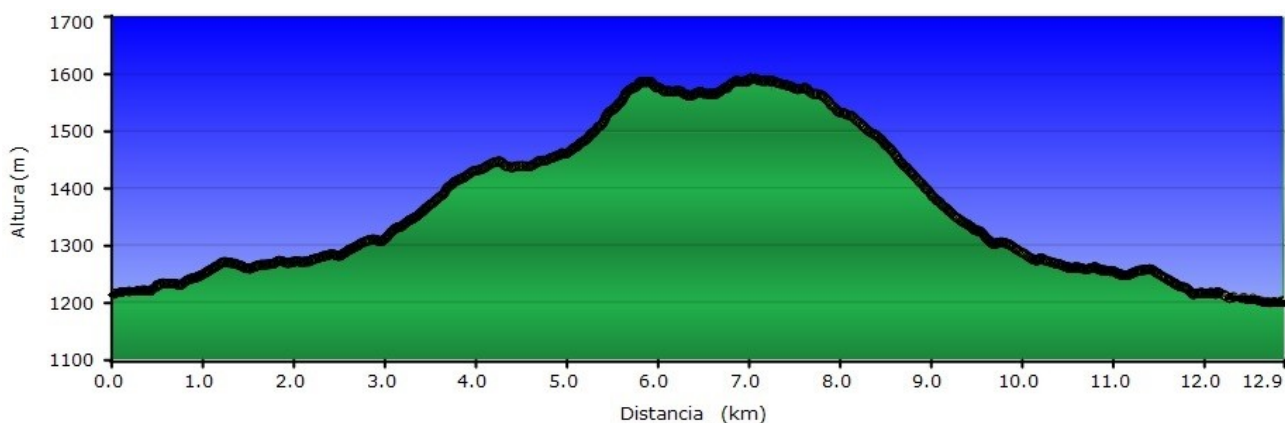
Dificultade: media

Nesta xornada imos coñecer un dos sitios máis significativos do parque natural: Fuente Cobre, o que dende hai moitos anos é considerado o nacemento do río Pisuerga, que é un dos afluentes máis importantes do río Duero. Comezamos a camiñar en Santa María de Redondo. A ruta é tipo “piruleta”, ao comezo vai por unha pista moi cómoda polo val de Redondos á beira do río, deixando aos lados antigas instalacións mineiras e zonas de pasteiros. Máis adiante deixamos a pista e collemos unha senda, estreita nalgúns puntos e un tanto incómoda, que vai por zonas de bosque onde abundan os carballos e son numerosos os acivros. Cando levamos uns 6 quilómetros camiñados acadamos o punto no que podemos ver, ao lonxe, a fermosa cova na ladeira da serra de Peña Labra. O regreso farémolo por unha senda estreita con amplas panorámicas ata enlazar novamente coa pista inicial.

Chaman a atención algúns exemplares de carballos que veremos durante o percorrido

MIDE. Fuente Cobre.

<u>Horario:</u>	4,15 h	<u>Severidade do Medio Natural:</u>	3
<u>Desnivel de subida:</u>	502m	<u>Orientación no Itinerario:</u>	2
<u>Desnivel de baixada:</u>	502m	<u>Dificultade do desprazamento:</u>	2
<u>Distancia horizontal:</u>	12,9 km	<u>Cantidade de esforzo necesario:</u>	3
<u>Tipo de percorrido:</u>	Circular		



3. Ruta de Peña Ciquera.

Lonxitude: 13,8 km

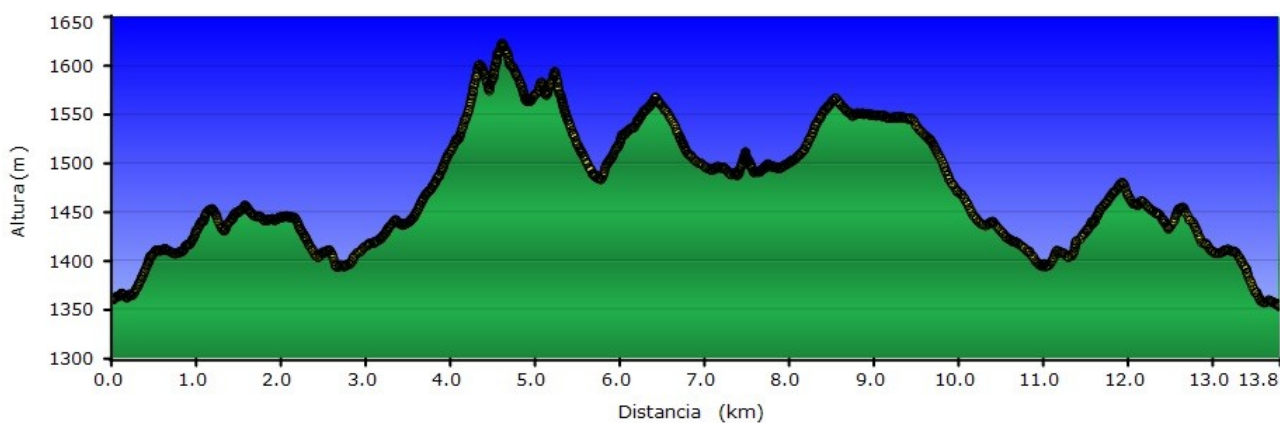
Desnivel: medio

Dificultade: media

Desprazámonos no autobús ata o Puerto de Piedrasluengas, a 1355m de altitude, xa na fronteira con Cantabria. Neste punto comeza o nos percorrido de hoxe. Xusto ao comezo temos un impresionante miradoiro de gran parte da comarca de Liébana e os Picos de Europa. Só os 2 primeiros quilómetros do percorrido (e os dous últimos) transcorren dentro do parque natural, pero non por iso deixa de ter un enorme valor natural e sobre todo paisaxístico. Os camiños polos que transcorre a ruta son bastante cómodos e nos levan por fermosos bosques de faias e pasteiros de altura. Peña Ciquera é un cumio discreto en altitude, 1626m, pero conforma un impresionante miradoiro sobre este sector da cordilleira. É un pequeno macizo calcáreo que pode parecer moi difícil de acadar, pero que en realidade é bastante doado. A ruta continúa ata Peña Blanca, outro cumio, máis pequeno que o anterior que nos permite ter unha vista moi fermosa do val de Caloca pola parte cántabra e de Casavegas pola parte palentina. O regreso o facemos polo mesmo camiño

MIDE. Peña Ciquera.

<u>Horario:</u>	4h 55'	<u>Severidade do Medio Natural:</u>	3
<u>Desnivel de subida:</u>	699m	<u>Orientación no Itinerario:</u>	2
<u>Desnivel de baixada:</u>	699m	<u>Dificultade do desprazamento:</u>	2
<u>Distancia horizontal:</u>	13,8 km	<u>Cantidade de esforzo necesario:</u>	3
<u>Tipo de percorrido:</u>	Ida e volta		



4. Ruta de El Roblón, e ruta do Bosque Fósil

Lonxitude: 4,6 km + 3,5 km

Desnivel: baixo

Dificultade: baixa

Nesta última xornada imos facer dous percorridos curtos que están moi preto o un do outro e que nos van a amosar dous dos elementos máis significativos do parque natural.

O primeiro deles é a ruta do Bosque Fósil, que comeza no fermoso pobo de Verdeña. E un percorrido moi bonito que nos amosa un bosque fosilizado nun muro de rocha de hai máis de 300 millóns de anos. É algo sorprendente. Neste muro podemos observar claramente as marcas que deixaron os troncos. Os paneis informativos que hai na contorna nos achegan información sobre este singular xacemento, que foi descuberto de xeito fortuíto ao abrir unha mina. Durante o percorrido tamén poderemos gozar dunhas estupendas vistas.

O seguinte itinerario é o do Roblón de Estalaya. Camiñamos por zonas de bosque de faias e carballos ata chegar ao Roblón, un fermoso exemplar que se cree que pode ter un 800 anos. Só o poder ver unha árbore destas características xa xustifica o paseo. É unha auténtica xoia.

Ningunha das dúas actividades ten dificultades salientables e son bastante sinxelas.

MIDE. Ruta de El Roblón, e ruta do Bosque Fósil

<u>Horario:</u>	2h 35'	<u>Severidade do Medio Natural:</u>	2
<u>Desnivel de subida:</u>	272m	<u>Orientación no Itinerario:</u>	2
<u>Desnivel de baixada:</u>	272m	<u>Dificultade do desprazamento:</u>	2
<u>Distancia horizontal:</u>	8,1 km	<u>Cantidade de esforzo necesario:</u>	2
<u>Tipo de percorrido:</u>	Circular		

