



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



**lo dice  
todo el  
mundo**

Offizieller  
Reiseführer

## Gebirgs- und Küstenrouten

Strecken zu Fuß oder auf dem Fahrrad,  
kleine und große Touren, Gipfelbesteigungen,  
Grüne Wege, Küstenpfade, Landkarten.

DE

Asturien ist in Mode. Das sagt jeder. Blattgrüne Landschaften, Versteckte kleine Buchten oder Fischerdörfer, mit Möwengezeter blütenbeschneite Bäume, vielfarbige Aquarellbilder in der am Himmel und köstlichen Speisen auf dem Tisch. Das ist Asturien. Herbstzeit, Gegenden schneeweißer Baumwolle auf den Gipfeln. Eine Reiseroute durch die Gemütsverfassung, bis hin zur Wonne. Von Jod und Gesundheit gefüllte Meeresbrisen, purpurrotes Zum Wohlbefinden. In einem Paradies...  
Dämmerlicht über dem Kantabrischen Meer,...

**Bearbeitung**

© SOCIEDAD REGIONAL DE TURISMO

**Gestaltung und graphisches Konzept der Titelblätter der Sammlung:**

Fernando Rico

**Innengestaltung:**

Jorge Lorenzo Diseño y Comunicación Visual

**Texte:**

Antón G. Fernández y Alfredo Prieto

**Übersetzung:**

Eurolang, M&A Locutores, Traductores SL y Hector González

**Bild:**

Eduardo Velasco, excepto págs 20-21, 33 y 60 (Juanjo Arrojo)

**Druck:**

Gesgráfica

D.L.: Poner bueno



# “Asturias **lo dice todo el mundo**

Offizieller Reiseführer

## **Gebirgs-und Küstenrouten**

Strecken zu Fuß oder auf dem Fahrrad,  
kleine und große Touren, Gipfelbesteigungen,  
Grüne Wege, Küstenpfade, Landkarten.

# PRÄ SEN TA TION

Alle reden von Asturien. Woody Allen empfiehlt das Fürstentum als den perfekten Ort “an den man von der Welt fliehen kann”. Die deutsche Journalistin Sabine Christiansen war begeistert von dem Zauber der asturischen Unterkünfte auf dem Lande und der Starchef der britischen BBC, Rick Stein, ermuntert alle, die ihn fragen, die asturische Gastronomie zu kosten: „sie ist etwas ganz Besonderes!“. Es sind keine Einzelfälle. Wenn eine Bestsellerexpertin wie die Schriftstellerin Jean Marie Auel angesichts der tausendjährigen Tito Bustillo-Höhle im Stande ist, zu staunen, und der Vorsitzende des World Wildlife Fund (WWF) Deutschlands, Matthias Meissner, hervorhebt, dass Asturien über die größte Dichte unter Naturschutz stehender Landschaften in Europa verfügt, bedeutet es, dass die Gründe, um sich in Asturien zu verlieben, offensichtlich sind. Und unwiderstehlich.

Alle sind sich einig, dass Asturien einer der schönsten Orte des Planeten Erde ist. Eines jener privilegierten Reiche, wo das Überleben einer starken und uralten Identität im Einklang mit der Modernität und dem Fortschritt, mit einem neuen Asturien, möglich war.

Asturische Städte sind ein Beispiel dafür, wie in Asturien kleine Städte – reizend, gepflegt, gemütlich – mit kulturellen und architektonischen Projekten internationalen Ausmaßes nebeneinander bestehen. Denkmäler, die zum Kulturerbe der Menschheit erklärt wurden, wie die asturischen präromanischen Bauten, Laboral Kulturstadt und das Internationale Kulturzentrum Oscar Niemeyer, legen den Namen Asturien in den Mund aller Welt und gestatten es, sich mit Berechtigung, kosmopolitischer Region zu rühmen.

Die ländliche Umgebung hat auch die Vergangenheit-Zukunft-Dikotomie überwältigt. Sie hat ihr Wesen erhalten, ohne auf die Integrierung in das „globale Dorf“, auch nicht in das neue Asturien, zu verzichten. Dies sagt Fredrick Gilstrom, Generaldirektor von Adamo, wenn er behauptet, dass „Asturien die erste spanische Region war, die einen Wifi-Anschluss installiert hat, und dank dessen bieten wir den schnellsten Internetzugang in Spanien an“. Dies wird auch vom stellvertretenden Vorsitzenden von Google, Vint Cerf, bestätigt, wenn er sagt: „In Asturien hat man aus einem Kohlenrevier ein Silicon Valley gemacht, man hat sich von Kohle auf Maus umgestellt“.

Es fehlt nicht an rationellen Argumenten, die Routen jedoch, die den Besucher verzaubern, sind vor allem eine Sache der Gefühle. Der Reisende nimmt einen intensiven Dialog auf, mit jeder Ecke...

Es ist eine ehrliche Kommunikation, ohne Blendwerk. Eine Kommunikation, die Gemütszustände erzeugt. Und von der man nie genug bekommt. Deshalb möchten alle noch mal kommen. Und jeder vierte Urlauber kommt wieder.

Asturien ist Echtheit, es ist der Ort, wo man schon fast vergessene Lebensrythmen zurückgewinnen kann. Es ist Kunst in allen Ausdrucksformen, von Vorgeschichte bis hin zu Avantgarden. Es ist ein Mosaik aus geschützten Naturgebieten, Biosphärenreservaten, Szenarien, die eine das ganze Jahr geöffnete Vorstellung vorführen. Es ist auch Lebensraum einer erstaunlichen und einheimischen Biodiversität, ein Schatz, den wir mit Eifer für kommende Generationen bewahren.

Asturien ist Zuflucht für Traditionen, Romanzen, Mythologie und Sagen. Für Volkskunst, Völkerkunde, Handwerk, Gastronomie... Ein Tisch, der uns Köstlichkeiten eines großzügigen Landes schenkt. Und es ist auch eine Fundgrube neuer Talente, die ihre schöpferischsten Vorschläge an Küchenherden, in Theater, Museen und auf Straßen umsetzen. Alle reden von Asturien, denn Asturien redet mit allen. Seinem Wesen liegt Selbstachtung zu Grunde, so wie sein touristisches Angebot aus der Achtung dem Besucher gegenüber hervorgeht.

Asturien drückt seine Achtung uns gegenüber aus, wenn es uns Qualität anbietet und von uns weniger verlangt als es uns gibt. Es ist, was man „verantwortlicher Tourismus“ nennt; verantwortlich mit Bezug auf Alles und Alle. Deshalb kann man Asturien alleine, zu zweit, in Gruppen oder mit Kindern besuchen. Originelle Museen, didaktische Lehrräume, Informationszentren, Routen und Wanderwege bieten eine Palette unvorstellbarer Möglichkeiten, auch für körperlich Behinderte.

Sogar in den asturischen Unterkünften atmet man eine andere Atmosphäre: Dorfhäuser, Landhotels und -appartements waren in Spanien Wegbereiter für ein nachhaltiges Unterkunftsmodell, und heutzutage sind sie echte Autorenvorschläge, die über das Maximum an Komfort verfügen. Man kann zwischen bekanntesten Hotels bis hin zu ruhigen Campingplätzen und Herbergen für diejenigen wählen, die „andere Sterne“ suchen. Zwischen dem Abenteuer, die Natur aktiv zu genießen, und der entspannenden Wirkung eines Spazierganges oder Spas. Jede dieser Optionen ist ein sicherer Erfolg.

Aus diesem und vielen weiteren Gründen, die Sie auf diesen Seiten entdecken werden, entflammt dieses Land Leidenschaften unter denen, die das Privileg hatten, es kennen zu lernen. Asturien ist von Leuten aus den fünf Erdteilen wegen seiner Fähigkeit, unsere beste Version, das Beste von uns herauszuholen, gepriesen.

Asturien ist in Mode... dazu fehlen weder rationale noch empfindsame Gründe. Alle sagen es.

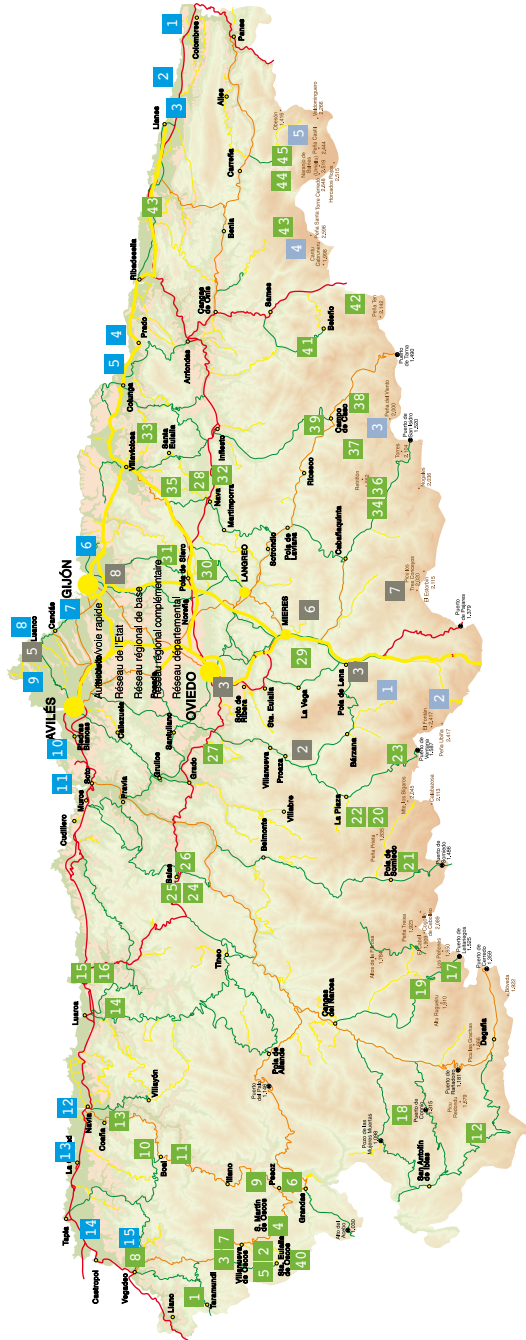
# Verzeichnis

Einleitung	10
Bergrouen	14
Besteigungen	76
MB, Fahrradrouen – Grüne Wege	84
Küstenpfad	96

# Ortung der Ruten

M A R C A N T A B R I C O

- KARTEN-ROUTEN**
- Autobahn / Schnellstraße
  - Staatliches Netz
  - Grundnetz der Autonomen Region
  - Lokales Netz
  - Bergnetz
  - Entsprechende Seilseilbahn, auf der die Route aufgeführt ist
  - Routen
  - MB
  - Bestiegeungen
  - Küstenpfad
  - Routen
  - Staatliches Netz
  - Grundnetz der Autonomen Region
  - Lokales Netz
  - Ergänzungnetz der Autonomen Region
  - Ergänzungnetz der Autonomen Region
  - Lokales Netz
  - Gipfel



## Inhalt

### Bergrouten

- 1\_ Schmiede-Route P.P. AS-18 16
- 2\_ Seimeira-Wasserfall-Route P.P.AS-116 17
- 3\_ Route Teixo – Os Teixois P.P. AS-102.1 18
- 4\_ Mina As Talladas P.P. AS-203 19
- 5\_ Forcón de los Ríos P.R. AS-119 22
- 6\_ Archäologische Route P.R. AS-109 23
- 7\_ Bobia-Route P.P. AS-103 24
- 8\_ Mazo de Meredo Route P.R.AS-107 25
- 9\_ Route Des Agüeira-Flusses P.R.AS-117 26
- 10\_ Route de los Castros P.R.AS-249 27
- 11\_ Froseira y Cuevas de Demo P.R.AS-200 28
- 12\_ Pico Miravalles Route P.P. AS-23 29
- 13\_ Bergkette von Coaña P.P. AS-185 30
- 14\_ Schluchten des Esva P.R.AS-1 y P.R.AS-2 31
- 15\_ Route Cabo de Busto P.P. AS-4 32
- 16\_ Los Lluugarinos P.P. AS-5 34
- 17\_ Cueto de Arbás Route CGN.S-4 35
- 18\_ Route des Moal-Waldes PR AS-132 38
- 19\_ Route La Peral – Villar de Vildas PRAS-14 y PRAS-14.1 39
- 20\_ Comón-Route P.R.AS-10 40
- 21\_ Route über die Braña Mumián PRAS-11 41
- 22\_ Route über die Brañas de Saliencia PRAS-12 42
- 23\_ Camino Real Abschnitt 1 GR.101 43
- 23\_ Camino Real Abschnitt 2 GR.101 46
- 24\_ Route der Marabio-Pässe P.R.AS-72 47
- 25\_ Cascada Nonaya P.R.AS-22 48
- 26\_ Der Aufstieg zum Viso P.R.AS-131 49
- 27\_ San Melchor Rout GR.106 50
- 28\_ La Gamonal Route P.R.AS-122 51
- 29\_ Route durch das Valle de Cuna P.R.AS-39 54
- 30\_ Valdesoto Pfad P.R.AS-202 55
- 31\_ Camín de Careses P.R.AS-216 56
- 32\_ Foces del río Pendón P.R.AS-45 57
- 33\_ Route los Molinos PR AS-141 58
- 34\_ Route Hoces del Pino P.R.AS-31 59
- 35\_ Route durch die Himmelsumgebung I P.R.AS-197 61
- 36\_ Route Allerana de las Brañas P.R.AS-30 62
- 37\_ Route der Arrudos P.R.AS-61 63

## 10

### 14

- 38\_ Route Brañagallones P.R.AS-66 66
- 39\_ Alte Heerstraße des Sellón G.R.102 - 2 67
- 40\_ Pienzu-Pfad P.R.AS-71 68
- 41\_ Taranes – Valle Moru 69
- 42\_ Route durch den Wald von Peloño 70
- 43\_ Route Bufones de Pría P.R.AS-57 71
- 44\_ See von Covadonga - Aussichtswarte Ordiales 74
- 45\_ Cares-Route 75

### Besteigungen

- 1\_ Peña Rueda 78
- 2\_ Peña Ubiña 79
- 3\_ Cantu del Osu 80
- 4\_ Peña Santa de Enol 81
- 5\_ Torrecerredo 82

### MB, Fahrradroutes – Grüne Wege

- 1\_ Grüner Weg des Eos (San Tirso-Villaodrid) 86
- 2\_ Bärenpfado 87
- 3\_ Oviedo – Fuso la Reina 88
- 4\_ Grüner Weg Mofusu 89
- 5\_ Luanco - Peñas 90
- 6\_ Grüner Weg Valle de Turón 92
- 7\_ Bergkette La Carisa 93
- 8\_ Grüner Weg La Camocha 94

### Küstenpfad 204 (E-9)

- 1\_ Bustio - Pendueles 98
- 2\_ Llanes - Celorio 99
- 3\_ Pendueles - Llanes 100
- 4\_ Arenal de Morís 101
- 5\_ Colunga 102
- 6\_ Cervigón 103
- 7\_ Carreño 106
- 8\_ Luanco - Bañugues 107
- 9\_ Faro Nieva - Faro Peñas 108
- 10\_ Arnao - Playón de Bayas 109
- 11\_ San Esteban - Veneiro o Xilo (Soto del Barco) 112
- 12\_ Ortiguera - Viavélez 113
- 13\_ El Franco 114
- 14\_ Tapia de Casariego - Vegadeo 115
- 15\_ Vegadeo - Miou - Louteiro 116



PEÑA UBIÑA

Aussicht auf das Ubiña-massiv vom Pajares-pass

## Einleitung

### Das asturianische Gebirge

Asturien ist eine gebirgige Region, die von Osten nach Westen über 300 km durch die Kantabrische Bergkette geprägt wird, die beachtliche Höhenunterschiede aufweist.

Nach den geologischen Schichten lässt sich Asturien in 3 Gebiete einteilen: Westen, Zentrum und Osten. Im Osten herrscht das Kalkgestein vor, das in den drei Massiven des Nationalparks Picos de Europa (Weltweites biosphäreservat-MAB-) alpine Höhen annimmt: Torrecerredo (2.648 m), Urriellu (2.519 m), Tesorero (2.570 m) oder Torre de Enol (2.478 m). Das Zentralgebiet erstreckt sich von hier aus bis zum Naturpark Somiedo (Weltweites Biosphäreservat – MAB). Neben dem auch hier dominierenden Kalkgestein findet sich Quarzit und Sandstein. Von Ost nach West stoßen wir auf folgende Höhen: Peña Pileñes (2.012 m) und im Bezirk Ponga Peña del Viento (2.000 m) im Naturpark Redes (MAB), Peña Ubiña (2.417 m) im gleichnamigen Naturschutzgebiet und den Pico Cornón (2.194 m) im Naturpark Somiedo (MAB).

Der östliche Bereich geht vom Teilweisen Naturreservat Cueto d'Arbás und dem Naturpark des Narcea-Degaña und Ibiasquells bis zur Grenze nach Galicien. Hier herrschen kieselerdehaltige Felsen (Sandstein, Quarzit und Schiefer) mit Höhen nicht über 2.007 m im Teilweisen Naturreservat Cueto d'Arbás und Gipfeln wie dem Peña Mayor (1.876 m) und dem Miravalles (1.876 m) im Naturpark des Narcea-Degaña und Ibiasquells, bzw. 1.689 m des Pico La Candanosa im Vollständigen Naturreservat des Muniellos-Waldes (MAB) oder den 1.221 m des Pico Carondio im Naturschutzgebiet des Gebirges von Carondio und Valledor vor.

Außerdem sind die Küstengebirge entlang des Meeres zu nennen, die jene seltenen Mischlandschaften mit Meer und Gebirge hervorbringen. Die wohl interessantesten sind das Naturschutzgebiet Sierra del Sueve (der Picu Pienzu mit 1.161 m) und Sierra del Cuera (1.315 m, Pico Turbina), beide im Osten.

### Die asturianische Küste

Die Küste Asturiens zeichnet sich durch ein felsiges Profil mit steilen Hängen aus, die sich zu meist geschützten Stränden hin öffnen. Aus geologischer Sicht bleibt dieselbe Einteilung wie für das Gebirge bestehen. So hat der Kalkfels des Naturschutzgebiets der Ostküste zahlreiche weiße, feine Sandstrände, die sich häufig in kleinen Fjorden befinden, oder wunderschöne Buchten wie die Naturdenkmäler Playa de Gulpiyuri (Llanes) und Playa Vega (Ribadesella) hervorgebracht. Die Erosion führt außerdem zu den Naturdenkmälern der Speier von Arenillas und Saituste und dem Karstkomplex in Cobijero (Llanes)

Das Zentrum der asturianischen Küste mit seiner Kombination aus Kalkstein, Quarzit und Sandstein bietet Raum zum Wandern, Mountainbiking (MB) und Spazieren gehen, wie das Teilweise Naturreservat der Flussmündung von Villaviciosa (Villaviciosa), das Naturschutzgebiet des Cabo de Peñas (Gozón) und die Naturdenkmäler Insel Deva und Playón de Bayas (Castrillón und Soto del Barco), die Ichnitenfundstätte der zentralen

Ostküste (Gijón, Colunga, Ribadesella und Villaviciosa) und der Teich von Zeluán oder die Bucht von Lloredo (Gozón).

Im Westen bietet mit hohen Klippen und flachen Küstenstreifen mit Saat- und Weideland eine schlichte Landschaft von immenser Schönheit, die sich für Spaziergänge und Rundwege zu Fuß, auf dem Pferd oder per Fahrrad durch Räume wie die Naturschutzgebiete der Westküste (Valdés und Cudillero) und des Esva-Tals (Valdés), die Teilweisen Naturreservate der Flussmündung des Eo (Castropol und Vegadeo) und Barayo (Navia) oder die Naturdenkmäler der Strände von Frexulfe (Navia) und Penarronda (Castropol und Tapia de Casariego) anbietet.

### Actividades al Aire Libre en Asturias

Die Aktivität, mit der in Spanien das Bergsteigen und Klettern ins Leben gerufen wurde, war die Besteigung des Pico Urriellu (2.519 m) am 5. August 1904 durch Pedro Pidal, Markgraf von Villaviciosa mit dem lokalen Führer Gregorio Lopez. Das erste Naturschutzgebiet Spaniens war außerdem Bedeutsamerweise der Nationalpark Montaña de Covadonga, der im Juli 1918 zu solchem erklärt wurde (und 1995 zum heutigen Nationalpark Picos de Europa erweitert wurde).

Der Pionier Asturien zieht Personen aus aller Welt für die unterschiedlichsten Aktivitäten an der freien Natur an: Spaziergänge, Bergrouen, Sport- und Alpin-Klettern, Höhlenkunde, Durchquerungen, Barranquing, Sik, Mountainbiking, Kanufahrten, Rafting, Schluchtenabfahrten, Paragliding, Reiten... und all das in den unterschiedlichsten Umgebungen vom alpinen Gebiet der Picos de Europa und dem Zentrum über die großen Gebirge im Westen und an der Küste, den Karstsystemen der Picos de Europa bis zu den Stränden, Flussmündungen (Rías) und Klippen der Küste.

Für alle diese Aktivitäten ist die entsprechende Infrastruktur gegeben. So sind die Routen entsprechend ausgerüstet und gepflegt, und zwar sowohl die Langen Routen – LR – (die länger als zwei Tage dauern bzw. länger als 30 km sind) als auch die Kurzen Routen – KR – (die kürzer als 30 km sind bzw. höchstens einen Tag dauern), gut ausgeschildert und mit Firmen und Fachleuten des Aktivtourismus, Unterkünften aller Kategorien gut ausgebildeten Wach- und Gesundheitsdiensten ausgestattet, nicht zu vergessen die hervorragende Küche und die Gastfreundschaft dieser Gegend.

Kurzum: Asturien ist hinsichtlich seiner Natur und Geschichte, Infrastruktur und Dienstleistungen eine perfekter Zielort für alle Freunde des Freiluftsports.



## Empfehlungen für die Routen

Bei Unfällen die Ruhe bewahren, den Verletzten nicht bewegen und den Notruf 112 anrufen.

Die zu den Routen angegebenen Zeiten beziehen sich auf einen normalen Laufrhythmus mit einer Pause auf jedem Gipfel.

Es kann Quellen unterwegs geben, aber es empfiehlt sich, reichlich Wasser mitzunehmen, da nicht garantiert werden kann, dass die Quellen funktionieren und das Wasser Trinkwasser ist.

Den Ausflug auf die Wettervorhersage abstimmen.

Auf keinen Fall Müll auf den Boden werfen. Nehmen Sie daher eine Tüte mit, um Ihre Abfälle einzusammeln.

Legen Sie besonderen Wert auf die Wahl hochwertigen Schuhwerks, denn der Boden der Pfade ist zumeist äußerst uneben.

Aufgrund der starken Brandgefahr ist es streng untersagt, unterwegs Feuer zu machen.

Auf die Eigenheiten und Gewohnheiten der Einheimischen achten und die Gehege stets wieder verschließen.

Hunde müssen angeleint werden, um Fauna, Vieh und Menschen nicht zu stören.

Mobiltelefon, GPS und gute Landkarten sind unerlässliche Instrumente, um sich auf diesen Wegen zurechtzufinden.

## Auszeichnung der Langen Wanderwege (L.W.)



Wegfortführung    Wegvariante    Richtungswechsel    Falsche Richtung

## Auszeichnung der Kurzen Wanderwege (K.W.)



Wegfortführung    Wegvariante    Richtungswechsel    Falsche Richtung



# Bergrouuten

## Ruta de los Ferreiros

### Schmiede-Route



PR AS-18

#### Beschreibung der Route

Von Taramundi aus marschieren wir über einen Steinweg in der Nähe der alten öffentlichen Waschstelle in Richtung SO bergauf bis Mazonovo, das ein kleines Wasserstromkraftwerk aufweist, das bis zum Eintreffen der Stromnetze den lokalen Bedarf abdeckte. Von hier aus begeben wir uns zu der Brücke, die wir überqueren, um einen Weg in Richtung W parallel zum Cabreira und gesäumt von kleinen Erlen-, Kastanien-, Eschen-, Eichen- und Birkenwäldchen zu nehmen.

Später überqueren wir den Bach La Valiña und gelangen zum Gehöft Pasatempo, wo wir den Cabreira erneut überqueren, bis wir nach Vega de Zarza mit einem Erholungsgebiet direkt nach der Brücke gelangen. Von hier aus können wir uns über die Landstraße AS-21 nach Mousende begeben, einem Ort an der Grenze zu Galicien, in dem mehrere Messer- und Taschenmesser-schmiede noch laufende Werkstätten haben.

Unsere Route führt von Vega de Zarza Richtung N hinauf bis La Garda, Vilanova und Pardiñas bis nach Taramundi, dem Ziel unseres Weges.

*Die Schmiede oder "ferreiros" im Westen Asturiens führen ihr Handwerk genau wie vor Hunderten von Jahren weiter. Diese Route bietet die Möglichkeit zu einem Besuch ihrer Werkstätten. certains de leurs ateliers.*



#### Dauer

Rundgang. 2-3 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo aus in Richtung Galizien erstens über die A-66 bis Avilés fahren und dann wechselweise über die E-70 und die N-635 bis Barres, fast an der Grenze mit Galizien. In diesem Punkt die Umlenkung nach Vegadeo über die N-640 nehmen. In Vegadeo nimmt man die AS-21 bis Taramundi, von wo aus wir abfahren werden.

#### Sehenswerte Orte

Villanueva de Oscos. Kloster von Santa María (12. Jh., in den 17. und 18. Jahrhunderten renoviert).

Santa Eulalia de Oscos. Wald von la Vega de Pumares.

Ferreirela (Santa Eulalia de Oscos). Geburtshaus des Marqués de Sargadelos (18. Jh.).

Mazonovo (Santa Eulalia de Oscos). Traditionelle Schmiede.

Grandas de Salime. Ethnographisches Museum. Romanische Stiftskirche von San Salvador. Chao de San Martín, preromanische Ortschaft

## Cascada Seimeira

### Cascade Seimeira



PR AS-116

#### Beschreibung der Route

Von Pumares geht ein Weg nach Ancadeira ab, der dem Verlauf des Agüeira durch eine Landschaft folgt, die durch mit Steinmauern abgegrenzte Weiden (typisch für diese Region Asturiens) und Kastanien-, Eichen- und Erlenwälder geprägt ist. Der Weg geht bergauf und wird zum Pfad, der sich mal dem Fluss nähert und mal von ihm entfernt, bis er den heute verlassen Ort Ancadeira erreicht. Wir durchqueren ihn, um wieder auf unseren Pfad entlang des Agüeira zu gelangen, vorbei an einer Zementbrücke, die wir aber nicht überqueren. Immer parallel zum Flussverlauf nehmen wir einen kurzen aber steilen Aufstieg, an dessen Ende bereits der Wasserfall von Seimeira de Murias zu erkennen ist.

Der nunmehr schmaler werdende Pfad bringt uns direkt zu Füßen des 20 m hohen Wasserfalls. An heißen Tagen können wir in zahlreichen Becken, die das Wasser im Fels geformt hat, ein erfrischendes Bad nehmen. Der Rückweg erfolgt über die gleiche Strecke.

*Los Oscos sind ein Gebiet, in dem über die Jahrhunderte hinweg zahlreiche Wasserläufe für eine ganze Industrie der Eisengewinnung und -bearbeitung und der Getreide- und Wolleverarbeitung genutzt wurden. Diese Route führt uns zu einem dieser Wasserläufe, der nach Durchqueren einer schönen Landschaft in einem beeindruckenden Wasserfall endet.*

#### Dauer

3 – 4 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo nach Avilés über die A-66 und weiter entlang der Küste (N-632) bis Tapia de Casariego. Nach wenigen Kilometern zweigen wir links nach Vegadeo ab, wo wir die AS-11 über den Pass La Garganta nehmen, auf dessen Gipfel wir über die AS-27 nach Santa Eulalia de Oscos abzweigen und knapp 800 m weiter bis Pumares fahren, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Sta. Eulalia de Oscos. Wald der Vega de Pumares.

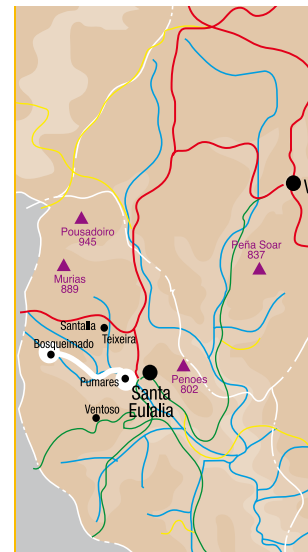
Ferreirela (Sta. Eulalia de Oscos). Geburtshaus des Markgrafen von Sargadelos (18. Jh.).

Mazonovo (Sta. Eulalia de Oscos). Traditionelle Schmiede.

Villanueva de Oscos. Kloster Sta. María (12. Jh., im 17. und 18. Jh. umgebaut).

Esquios (Taramundi). Ethnographische Ausstellung.

Grandas de Salime. Heimatmuseum. Romanische Stiftskirche San Salvador. Chao de San Martín, vorrömische Siedlung.



## Teixo - Os Teixois

### Teixo – Os Teixois



PR AS-102.1

#### Beschreibung der Route

on der Herberge aus starten wir in Richtung S über die Straße, die Richtung Santa Marina führt, und an den letzten Häusern von Teixo nehmen wir rechts einen Weg, der unterhalb dieser Straße verläuft. Dieser Weg wird in der Mitte zum Pfad und führt durch einen Kastanienwald, bevor er vor Santa Marina wieder zum Weg wird. Dieser Ort ist ein schönes Beispiel für die Landarchitektur des asturianischen Westens mit seinen typischen geschlossenen Volumen, Quadergesteinsmauern und Schieferabschlüssen.

Von Santa Marina aus wenden wir einem weiteren Beispiel der Landbauweise zu: dem Stammhaus A Casoa aus dem 18. Jh., das heute eine Unterkunft ist. Von hier aus geht der Weg durch ein Gebiet voller Bergkämme bis zum Bauernhaus von Almallos, von wo aus er durch Wiesen und Kastanienwäldchen bis zur Straße, die Taramundi mit Veigas verbindet, bergab führt. Ab dieser Straße führt ein Pfad bis zum Heimatkomplex Os Teixois.

Os Teixois ist ein perfektes Beispiel für eine im 18. Jh. blühende Industrie im gesamten asturianischen Westen mit einer ganzen Reihe an wasserbetriebener Vorrichtungen: einer Mühle, einem Schmiedehammer, einer Walke zum Bearbeiten der Wolle, Schleifsteinen und einem einfachen Stromwerk. Außerdem werden Führungen angeboten und es gibt eine Gaststätte.

Nach der Besichtigung der Anlage begeben wir uns über einen Pfad, der neben einem Fluss verläuft, zur nahen Ortschaft Las Mestas. Unterwegs stoßen wir auf die noch erkennbaren "carbueiras", die aus den hier üppig wachsenden Eichen Holzkohle für die einst zahlreichen Schmieden herstellten. In Las Mestas angelangt brauchen wir nur noch den Weg nach Teixo zu nehmen.

#### Dauer

Rundgang. 4 – 5 Stunden

#### Anfahrt

Von Oviedo nach Avilés über die A-66 und weiter entlang der Küste (N-632) bis Tapia de Casariego. Nach wenigen Kilometern zweigen wir links nach Castropol und Vegadeo ab. In letzterem Ort nehmen wir die AS-21 nach Taramundi. Fünf Kilometer vor dem Ort liegt Bres, wo wir die Lokalstraße nach Teixo nehmen und uns dort bis zur Jugendherberge, die unseren Ausgangspunkt darstellt, begeben.

#### Sehenswerte Orte

Esquios (Taramundi). Ethnographische Ausstellung.

Grandas de Salime. Heimatmuseum. Romanische Stiftskirche San Salvador.

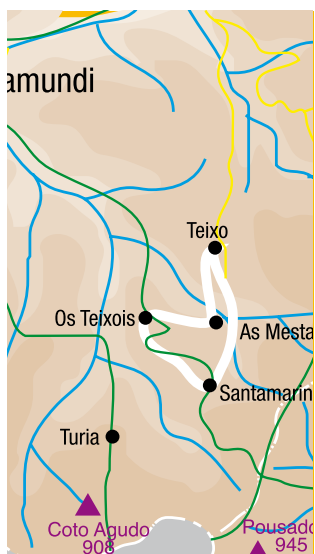
Castro (Grandas de Salime). Präromanische Siedlung Chao de Sanmartín.

Sta. Eulalia de Oscos. Wald der Vega de Pumares.

Ferreirela (Sta. Eulalia de Oscos). Geburtshaus des Markgrafen von Sargadelos (18. Jh.).

Mazonovo (Sta. Eulalia de Oscos). Traditionelle Schmiede.

Die Umgebung dieser Route führt uns zu mehreren Enklaven, die uns den ethnographischen Reichtum aufweisen, den der ganze Westen Asturiens aufzuweisen hat.



## Mina As Talladas

### Mina As Talladas



PR AS-203

#### Beschreibung der Route

Der Weg wird auf der Plaza de Sta. Eulalia de Oscos begonnen, hinuntergehend in den unteren Teil der Ortschaft und weiter auf einem herrlichen Weg, welcher von einheimischem Wald umgeben uns bis Ferreirela da Baxo bringt, einem Ort in welchem es sich lohnt, Halt zu machen und das Museum Casa Natal del Marqués de Sargadelos zu besuchen (Geburtshaus des Markgrafen von Sargadelo).

Den Weg fortsetzend gehen wir hinunter in die Nähe des Río Agüeira, welcher uns bis "As Barreiras" begleitet, wo er das Wasser vom Río Vilanova nimmt.

Bereits in Ferreira und nach einem Spaziergang durch die Ortschaft überqueren wir den Río Agüeira über eine herrliche Steinbrücke hinweg, welche uns in die Nähe des Touristikgeländes bringt, wo wir ausruhen oder allerlei wassersportliche Aktivitäten betreiben können.

Mit einem leichten Anstieg, welcher uns an As Talladas vorbei bis in das Gebiet der Mina Carmina bringt, gehen wir weiter. Dieses Bergwerk wurde zum letzten Mal in den fünfziger und sechziger Jahren ausgebeutet und ihr wurden bedeutende Mengen von aus Silber, Zink und Blei gebildeten Mineralien entnommen.

Von dem Ort der alten Seilbahn, welche die Erze nach San Martín beförderte, treten wir den Rückweg einem Weg folgend an, welcher über seichte Abhänge verläuft, was uns vortreffliche Aussichten des gesamten Tales gestattet.

In einem bewaldeten Gebiet überschreiten wir den Río Vilanova über eine Holzbrücke hinweg, wo Erlen, Kastanienbäume und Eichen den Wanderer schützen, welcher sich unter ihren Kronen verliert. Wir durchqueren Caraduxe und Ferreirela, um an unseren Ausgangspunkt zu gelangen.

#### Dauer

12 km.

Rundgang. 3 – 4 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo in Richtung Galicien über die A-66 bis Avilés und weiter abwechselnd über die E-70 und N-632 bis zur Ortschaft Barres, fast an der Grenze von Galicien. An diesem Punkt wird die Abzweigung nach Vegadeo über die N-640 genommen. In dieser letzteren Ortschaft nehmen wir die AS-11 über den Puerto de la Garganta (Bergpass "La Garganta"), auf dessen Höhe wir über die AS-27 bis nach Santa Eulalia de Oscos abschwanken, von wo aus wir losgehen.

#### Sehenswerte Orte

Grandas de Salime. Ethnographisches Museum.

Colegiata románica de San Salvador (Romanische Stiftskirche)

Villanueva de Oscos. Monasterio de Sta. María (XII. Jh., rekonstruiert im XVII. und XVIII. Jh.) (Kloster)

Sta. Eulalia de Oscos. Bosque de la Vega de Pumares (dichter Laubwald)

Esquios (Taramundi). Ethnographische Ausstellung.





#### WASSERFALL VON LA SEIMEIRA

Diese wunderbare Landschaft befindet sich in Santa Eulalia de Oscos und ist ein Teil vom Agüeira-Fluss. Diese Route beginnt im Dorf Pumares.

## Forcón de los Ríos

### Forcón de los Ríos

#### Beschreibung der Route

Natur- und heimatkundlich interessante Route, die neben dem Kulturzentrum in Santa Eulalia de Oscos beginnt.

Los geht es Richtung Millarado durch ein Waldgebiet mit Eichen, Birken und Pinienbäumen, nach denen man an einen Viehhof (Millarado) gelangt.

Nach As Poceiras gehen wir den Hang bergab und überqueren eine Brücke über den Barcia, die uns hinauf bis zur Aue Vega del Carro bringt, wo wir an einer Kapelle vorbeikommen, die der Mutter Gottes Nuestra Señora del Carmen gewidmet ist. Sie ist aus Stein, Holz und Schiefer gebaut und wird von der typischen Eibe geschmückt.

Nach Überqueren der inneren Landstraße der Oscos inmitten des Waldes, der den Villanueva mit Erlen, Eschen, Weiden und Haselsträuchern umgibt, gelangt man in das heimatkundlich besonders interessante A Valia; denn dieser Ort war die Heimat des Uhrmacher- und Erfindergeschlechts der Lombardias.

Nachdem wir San Julián und Caraduxe hinter uns gelassen haben, gelangen wir nach Ferreirela de Ribá, wo wir auf das ehemalige Haus der Lombarderos stoßen, bevor wir geradeaus weiter über einen asphaltierten Weg laufen. Zu unserer Linken lassen wir einen kleinen Pfad, der nach Ferreirela de Baxo führt, wo das Museum und Geburtshaus des Markgrafen von Sargadelos steht, eine originalgetreue Nachbildung des traditionellen Wohnhauses der Oscos, das einen guten Eindruck vom Landleben dieser Region gibt.

In wenigen Minuten gelangen wir wieder an unserem Ausgangspunkt an.

#### Dauer

13,3 Km.

Rundgang. 4 Stunden.

#### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo bis Avilés über die A-66 und weiter entlang der Küste (N-632) bis hinter den Ort Tapia de Casariego. Nach wenigen Kilometern zweigen wir links in Richtung Vegadeo ab, wo wir die AS-11 über den Pass Puerto de La Garganta einschlagen, an dessen höchsten Punkt wir die AS-27 bis nach Santa Eulalia de Oscos nehmen.

#### Sehenswerte Orte

Sta. Eulalia de Oscos. Wald der Pumares-Aue.

Ferreirela (Sta Eulalia de Oscos). Geburtshaus des Markgrafen von Sargadelos (18. Jh.).

Mazonovo. (Sta. Eulalia de Oscos). Traditionelle Eisenschmiede.

Villanueva de Oscos. Kloster Sta. Maria (12. Jh., im 17. und 18. Jh. neu aufgebaut).

Esquios (Taramundi). Heimatkundliche Ausstellung.



PR AS-119

*Santa Eulalia de Oscos wartet mit unberührten Landschaften von überwältigender Schönheit auf, die neben der Handwerkstradition und der Heimatkunde prägend für diese Region Westasturiens sind.*



## Ruta Arqueológica

### Archäologische Route

#### Beschreibung der Route

Von der Herberge in Castro führt ein Weg zum nahen Chao de San Martín, einem Dorf der Castro-Kultur aus dem 3. Jh. v.Chr. – 2. Jh. n.Chr. Nach dessen Besichtigung gehen wir wieder nach Castro, wo wir den Weg zur Anhöhe Pena Longa nehmen. Von hier aus geht es über Weiden bergab bis zu dem Gebiet mit dem Namen As Pozacas an der AS-28. Diese Landstraße gehen wir nach links Richtung Xestoselo. Nach diesem Dorf lässt sich von der Straße aus links die Totenstadt Canadeiro erkennen, die im Neolithikum und der Bronzezeit genutzt wurde. Weiter vorne können wir ebenfalls von der Straße aus die Petroglyphen der Xorenga erreichen, Felsenzeichnungen von Töpfen, Kanälen und Schleifen, deren Bedeutung nicht bekannt ist. Um wieder zu unserem Ausgangspunkt zu gelangen, nehmen wir den Weg, der nach Padraira und später nach Castro führt.



PR AS-109

*Im Flusstal des Navia ist ein Vielzahl an Siedlungen und befestigten Ortschaften der Castro-Kultur erhalten. So werden die asturischen Stämme bezeichnet, die der später (19 v. Chr.) vom römischen Reich besiegten keltischen Kultur angehörten. Entlang des Tals wurden viele Castros zum Besichtigen vorbereitet, darunter auch das, was auf unserer Route liegt. Die ebenso zahlreichen erhaltenen Grabmäler aus der Bronzezeit machen aus dieser Gegend einen Archäologischen Park.*

#### Dauer

Rundgang. 2 – 3 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo nach Avilés über die A-66 und weiter über die Küstenstraße (N-632) bis Navia, wo wir bis Grandas de Salime die AS-12 nehmen, die dem Verlauf des Navia folgt. Von hier aus gelangen wir über die AS-28 in ein paar Minuten nach Castro, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Grandas de Salime. Heimatmuseum. Romanische Stiftskirche San Salvador.

Villanueva de Oscos. Kloster Sta. Maria (12. Jh., im 17. und 18. Jh. umgebaut).

Sta. Eulalia de Oscos. Wald der Vega de Pumares.

Ferreirela (Sta. Eulalia de Oscos). Geburtshaus des Markgrafen von Sargadelos (18. Jh.).

Mazonovo (Sta. Eulalia de Oscos). Traditionelle Schmiede.

Esquios (Taramundi). Ethnographische Ausstellung.



## Ruta de la Bobia

### Bobia-Route

#### Beschreibung der Route

Vom Parkplatz der Ponte de Penacova aus gehen wir rund 100 m die Straße entlang, bis zu dem Weg, der sich Richtung N in die Sierra de La Bobia begibt. Den Abzweig nach links nehmen wir nicht und gehen weiter. Der Weg schlängelt sich über den Gebirgskamm bis zum Pass von Laguna Piqueiro, wo wir den Weg zum Dorf San Cristobal (wo wir am Rückweg vorbeikommen werden) hinter uns lassen. Weiter in Richtung N gelangen wir bald an die Straße, die den Pass La Garganta mit dem Bezirk Bobia verbindet. Über diese Straße weiter Richtung N gelangen wir nach ca. 2 km zum Campo de la Bobia (1.135 m), wo sich die Straße links nach Boal und rechts nach Illano gabelt, wo die Gemeinden Castropol, Vegadeo und Villanueva de Oscos zusammentreffen. Im Campo de la Bobia haben wir einen schönen Rundblick auf die Küste und können den Gipfel Bobia (1.197 m) erklimmen.

Der Rückweg erfolgt über den gleichen Weg bis zum Pass von Laguna Piqueiro, wo wir den nunmehr zu unserer Linken abgehenden Abzweig nehmen und 15 bis 20 Minuten bis San Cristobal bergab marschieren. Der Ort voller schöner traditioneller Architektur ist einen Besuch wert, wobei besonders die Kirche im volkstümlichen Barockstil am wunderschönen Platz A Picoleira besichtigt werden sollte.

Von San Cristobal aus marschieren wir Richtung S bis zum Bauernhaus Sala de Murias, wo wir nunmehr bergauf weiter bis zu den Ebenen des Gebirges laufen. Hier angelangt nehmen wir einen breiten Pfad links, der ca. 3 km leicht bergab führt, bis zu einem Pfad, der uns rechts Richtung SW bis Ovellariza führt. Von hier aus ist es nur noch knapp 1 km bis zu unserem Endziel, Villanueva de Oscos.

PR AS-103

Die 15 km lange Sierra de la Bobia reicht bis in die Nähe der Küste und weist die höchsten Koten der Gegend Los Oscos auf und bietet somit eine hervorragende Aussicht über den gesamten Westen Asturiens.



#### Dauer

7-8 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder zwei Autos, eins am Anfang und eins am Ende der Route, oder muss auf andere Weise wieder zum Ausgangspunkt, der hier 15 km entfernt liegt, gelangen.

#### Anfahrt

Von Oviedo nach Avilés über die A-66 und weiter über die N-632 bis Tapia de Casariego. Nach wenigen Kilometern zweigen wir links nach Castropol und Vegadeo ab. In letzterem Ort nehmen wir die AS-11 nach Villanueva de Oscos. Etwa 15 km vor dem Ort zweigen wir links zur Ponte de Penacova ab, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Villanueva de Oscos. Kloster Sta. María (12. Jh., im 17. und 18. Jh. umgebaut).

Sta. Eulalia de Oscos. Wald der Vega de Pumares.

Ferreirela (Sta. Eulalia de Oscos). Geburtshaus des Markgrafen von Sargadelos (18. Jh.).

Mazonovo (Sta. Eulalia de Oscos). Traditionelle Schmiede.

Grandas de Salime. Heimatmuseum. Romanische Stiftskirche San Salvador.

Castro (Grandas de Salime). Präromanische Siedlung Chao de Sanmartín.

Esquios (Taramundi). Ethnographische Ausstellung.

## Mazo de Meredo

### Route zum Schmiedehammer El Mazo de Meredo

#### Beschreibung der Route

Die Route beginnt in dem Ort Plantón, in etwa zwei Kilometer Entfernung von Vegadeo, flussaufwärts des Suarón. Wir überqueren die bekannte Römerbrücke und schlagen den linken Weg Richtung Arcilo ein. Der Pfad beginnt leicht bergauf durch einen dichten Eukalyptuswald, der mit Resten der autochthonen Vegetation, Kastanien, Stechpalmen und Lorbeer durchwachsen ist, die von den zahlreichen Bächen gewässert werden. In Arcilo angelangt zweigen wir rechts ab, weiter über den Weg bis nach Cobre, wo sich zwei Möglichkeiten bieten, nach Meredo zu gelangen: ein längerer Weg, 3,5 km, der über El Foxo führt, und einen 1,5 km langen. In der Gegend von Meredo fängt ein Stück bergab an, bis zum Schmiedehammer Mazo de Meredo, wo wir in dem umliegenden Gebiet Rast machen und in die Eisentradition eintauchen können, indem wir die Funktionsweise dieses hydraulischen Meisterwerkes bewundern. Nachdem wir unseren Weg wieder aufgenommen haben, richten wir uns nach Arcilo, stets parallel des Flussverlaufs des Suarón, der unermüdlich sein Wasser in die Eo-Mündung leitet und sich durch seinen großen ökologischen und vogelkundlichen Wert hervorhebt. Die Route verläuft ganz in der Nähe des Sestelo-Guts, einem emblematischen Gebäude des Landstrichs. Auf dem letzten Abschnitt können wir das Tal mit der vom Menschen bearbeiteten Landschaft seiner grünen Wiesen, Äcker und Aufforstungen betrachten. In Arcilo angekommen, machen wir uns auf den Rückweg nach Plantón.

PR AS-107

Der Schmiedehammer Mazo de Meredo ist ein ethnographisches Schmuckstück in einer unübertrefflichen Lage, das den Wanderer zur Rast in der herrlichen Landschaft, die ihn umgibt, einlädt.



#### Dauer

13 km.

Rundgang. 4 Stunden.

#### Anfahrt

Ab Oviedo Richtung Avilés über die A-66 und von dort aus über die Küstenstraße N-634 bis an der Ortschaft Tapia de Casariego vorbei. Nach wenigen Kilometern rechts Richtung Vegadeo abzweigen. Von hier aus nehmen wir die als Landstraße nach Boal bekannte A-22. Nach einem Kilometer gelangen wir nach Plantón, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Vijande: Casa Lastra 16. Jh.

Plantón: Casa del Rego. 18. Jh.

Miou: Gutshaus der Trabadelos.

Vegadeo: Casa de Parga, Casa del Campo. 19. Jh., Casa Villamil. 19. Jh., Pfarrkirche.

Abres: Casa da Rua, Kirche Santiago de Abres.

Meredo: Mittelalterliche Brücke in

Planton. Guiar: Kirche Nuestra Señora de Covadonga.

Eo-Ria.

Flusspromenade César Montaña.

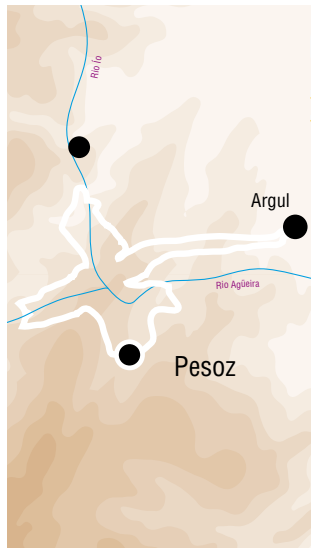
## Ruta del Río Agüeira

### Route Des Agüeira-Flusses



P.R.AS-117

*Die Natur und die Ethnographie sind zwei der Elemente, die die kleine Gemeinde von Pesoz definieren. Der Agüeira-Fluss und seine Nebenflüsse haben belaubte Täler bodenständiger Vegetation hervorgebracht, aus der die Eichen, die Kastanienbäume, die Eschen und die Erdbeerbäume hervortreten. Der Mensch hat mit so einzigartigen Ortschaften wie Argul oder Pesoz die Landschaft geändert.*



#### Beschreibung der Route

Der Fußweg beginnt im Zentrum von Pesoz. Durch folgende Aufstiege und Abstiege überqueren wir die Agüeira- und Ío-Flüsse unter einer dicken pflanzlichen Decke von Kastanienbäumen, Eichen und Erdbeerbäumen. Die Mühle von Sequeiros ist der beste Ort, um einen Halt zu machen und wieder an Kraft zu gewinnen. Die Landschaft überrascht wegen seiner Schönheit und wegen der einzelnen Adaptation der hydraulischen Vorrichtung an das tiefe Flusstal.

Entlang eines langen und angenehmen Aufstiegs laufen wir durch einen weiten Pinienwald, bis wir das Dorf Argul erreichen, deren hundertjährige Isolation eine perfekte Konservierung seiner einzigartigen architektonischen und ethnographischen Charakteristiken, welche Argul jüngst zum Bien de Interés Cultural (Kulturgut von besonderem Wert) erhoben haben, begünstigt hat.

Wir gehen wieder hinunter und, nachdem wir den Fluss überquert haben, steigen wir nach Pesoz durch Ländereien auf, die nicht vor langer Zeit Weingärten waren.

#### Dauer

Kreisförmige Route  
3 Stunden und 30 Minuten.

#### Anfahrt

Von Oviedo aus die A-66 in Richtung Galizien bis Avilés nehmen und weiter über die A-8 und die N-634 bis Navia, dann über die AS-12 bis Pesoz fahren.

#### Sehenswerte Orte

Sehenswürdigkeiten:

Ethnologisches Museum in Pesoz.

Kirche Santiago in Pesoz, romanischen Ursprungs

Palacio de Ron aus dem 17.-18. Jh, in dessen Hinterseite "el Castillo de Pesoz", ein Turm mittelalterlichen Ursprungs, konserviert ist.

Agüeira-Fluss, mit einem sehr hohen Natürlichkeitsgrad.

Mühle von Sequeiros, von großem ethnographischen Interesse, in einer privilegierten Umgebung platziert.

Ortschaft von Argul, anerkannt im 2004 als Bien de Interés Cultural (Kulturgut von besonderem Wert) in der Kategorie der Ensembles von historischer Bedeutung.

## Ruta de los Castros

### Route de los Castros



PR AS-249

*Route, die Besuch vorgeschichtlicher Siedlungen, malerischer und einzigartiger Ortschaften, einheimischer Wälder, Uferlandschaften und Bächer, in denen Spuren der römischen Zeit noch zu sehen sind, verbindet.*

#### Beschreibung der Route

Die Marschroute beginnt im Imkerhaus. Der Weg führt über das Dorf Los Mazos, dann geht es auf einem Feldweg und weiter bergab zwischen Uferwäldern und einheimischen Bäumen, bis wir über den Fluss Pencia, am Ende des Dorfes Viñas kommen. Die Route geht weiter an dem verlassenen Bauernhaus Riomayor und der ehemaligen Fliesenfabrik bis in das Dorf Hervededo und die Dorflandstraße, die in die Ortschaft und zu der römischen Festung „castro“ führt. Vom castroaus geht die Route über einen Weg, der bis zum Friedhof in Villanueva ansteigt. Hier wird eine asphaltierte Piste genommen und später ein Pfad, der den Berg hinaufsteigt, bis man einen Scheitelpunkt in einer Höhe von 733 m über dem Meeresspiegel und die Röhrengräber erreicht. Die Route geht weiter bis zu einer Umzäunung, wo der Weg bis zu einer Brunnenstube hinunterführt. Dann erreicht er die Dorflandstraße, die zu den Ortschaften Las Cabanas El Serrado und Los Mazos führt. Hier steigt der Weg wieder an und führt zurück zum Ausgangspunkt. Diese Route hat einen gemeinsamen Abschnitt mit der Route Penouta

#### Dauer

Rundgang. 4 Stunden

#### Anfahrt

A 145 km von der Hauptstadt des Fürstentums von Asturien, der Grafschaft Autobahn AS-12 Navia - Grandas.

Imkere Haus, gelegen auf dem Deck, eine Stadt, die 2 km von der Ortschaft Boal (Hauptstadt der asturischen Gemeinderat oder dem gleichen Namen) und die AS-12 zugegriffen wird, stehen bei Kilometer 23,400 ist von der Straße.

#### Sehenswerte Orte

Haus der Bienezucht

Castro Pencia

Mounds Penácaros





## Froseira y Cueva del Demo

### Froseira - Demo.Höhle

#### Beschreibung der Route

Die Route beginnt in der Ortschaft Doiras, und zwar im Bereich, der Escaleira heißt. An dieser Stelle beginnt ein sanfter Abhang, der bis zur Dorfandstraße in Richtung der Ortschaft Froseira führt. Die Route geht weiter, ohne das Dorf zu betreten, und erreicht die Brücke Lianza, die sich sehr nah von der Abbiegung zur Steigung auf die Cova de Demo befindet. An dieser Stelle gibt es zwei Möglichkeiten:

Zu der Höhle hinauf zu steigen.

Die Route in Richtung Pico del Cuco fortzusetzen.

Die Route, die zum Pico del Cuco hinaufführt, verläuft den Fluss entlang, bis der Abhang steiler und die Steigung durch den Zickzackweg länger wird. Sehr nahe am Pico befinden sich Schäferhütten. Von dieser Stelle kann man zum Gipfel hinaufsteigen und dann auf diese Wiese zurückkehren und in Richtung Cova del Demo hinuntersteigen. Dabei wird der Gipfel auf der der Steigung gegenüberliegenden Seite umgangen. Nachdem die Höhle erreicht wird, ist der Abstieg sehr steil, bis sich der Weg an die Route, die uns nach Froseira bringt, anschließt. In Froseira führt der Weg über die Dorfbrücke und umsäumt den Fluss, bis man zur Brücke über den Fluss Urubio kommt. Von hier aus verknüpft sich der Weg mit der Regionallandstraße AS-12, bis man die Abbiegung zum Stausee erreicht. Am Stausee findet man einen Weg, der die Route in Doiras beendet.

PR AS-200

Es handelt sich um einen Weg, auf dem man Panoramaansichten über die Uferfläche, den Doiras-Stausee oder die Täler Armal und Froseira genießen kann. Die Route kann mit Besuch vorgeschichtlicher Siedlungen sowie malerischer und einzigartiger Bergdörfer verbunden werden.



#### Dauer

Rundgang. 3 Stunden, hin und zurück.

#### Anfahrt

A 145 km von der Hauptstadt des Fürstentums von Asturien, der Grafschaft Autobahn AS-12 Navia - Grandas, die das Gemeindegebiet von Nord nach Süd durchquert.

#### Sehenswerte Orte

Doiras  
Froseira  
Pico del Cuco  
Felsenzeichnungen Cova del Demo

## Pico Miravalles

### Pico Miravalles

#### Beschreibung der Route

In Villares de Arriba nehmen wir einen Pfad, der Richtung S zum Leoner Ort Balouta führt. Etwas weiter vorne kommen wir an die Kreuzung von As Barreiras, wo wir den Pfad weiter gehen, der rechts über die Alm Eiroa verläuft und zum Alto de Silvela führt. Hier angelangt nehmen wir eine nicht zu verfehlende Abkürzung Richtung O, die bis zum Gipfel des Pico Cinsó hinaufführt. In dessen Nähe verlassen wir die Abkürzung, um einen gut markierten Weg zu unserer Linken zu nehmen, den A Senda Dos Arrieiros, der uns entlang der Grenze zwischen Asturien und León in Richtung Pico Miravalles bis zum Campo Lieres führt, wo mehrere Quellen zu finden sind. Ab hier beginnt der Aufstieg über den Weg nach links über El Portelín und bis zur Alm Chagozos, einem Gebiet mit Torf und Gletscherlagunen. Nun brauchen wir nur noch den letzten Abschnitt bis zum Gipfel des Pico Miravalles zu nehmen, der uns eine herrliche Aussicht über Galicien im W, León im S und Asturien im N schenkt.

Der Abstieg erfolgt bis zur Alm Os Chagozos, wo wir dem Rinnsal Richtung N folgen, bis wir auf den Pfad stoßen, der die Kreuzung As Barreiras mit dem nahen Ort Luiña verbindet. Hier steht es dem Wanderer offen, wohn er sich wendet, um sich von dort nach Villares de Arriba zu begeben.

PR AS-23

*La commune de Ibias, baptisée Der Bezirk Ibias, der wegen seines guten Klimas als Sonne Asturiens gilt, liegt im äußersten Südwesten der Region. Er ist von Gebirgen umgeben, die ihn von den Nachbarbezirken trennen, und weist einen großen ethnographischen und natürlichen Schatz auf. Als Beispiel sei hier nur das Vollständige Naturreservat Muniellos (MAB) genannt, das ebenso wie der Naturpark des Narcea- und des Ibiasquells oder die vielen Naturfreunden unbekanntes Wälder von Seroiro und Valdebois in seinem Gebiet liegt.*



#### Dauer

Rundgang. 6 – 7 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

In Oviedo nehmen wir die A-66 Richtung Avilés, wo wir weiter über die N-632 nach Soto del Barco fahren. Hier wenden wir uns über die AS-16 nach S bis zur Kreuzung von Comellana. Ab diesem Ort fahren wir über die AS-15 bis Cangas del Narcea. Anschließend ca. 5 km weiter über die gleiche Straße bis Regla de Perandones, wo wir die AS-29 nehmen, die uns bis zur Bezirkshauptstadt San Antolín führt. Hier fahren wir schließlich über die AS-212 bis zum Abzweig nach rechts weiter, der uns zu dem Ort Villares de Arriba führt, von wo aus wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Vollständiges Naturreservat Muniellos.  
Narcea- und Ibias-Quell.  
Tomaleo. Tomaleo-Palast (18. Jh.), historisch-künstlerisches Denkmal.

## Cordal de Coaña

### Bergkette von Coaña



PR AS-185

#### Beschreibung der Route

Die Route beginnt an der Aussichtswarte von Bustabernego auf rund 470 m Höhe. Von hier aus hat man einen herrlichen Rundblick auf die Bezirke Coaña, Navia und Villayón. Nach 2,3 km über eine asphaltierte Straße gelangen wir an die Orbaelle-Anhöhe (517 m), wo die Straße in nicht mehr asphaltierte Bergpfade übergeht, die uns durch den Südwesten der Bergkette von Coaña führen. Wir finden den höchsten Punkt in Seya Fermosa (710 m), wo der Abstieg beginnt, der fast bis zum Ende der Route anhält. Der größte Teil dieses Abschnitts verläuft zwischen Pinienpflanzungen, die teilweise aus neuerlichen Aufforstungen stammen.

Nach 6,7 km lassen sich am linken Rand allmählich malerische Dörfer des Bezirks wie Las Mestas, Nadou, Llosorio oder El Villar de Coaña ausmachen.

Nach 9,5 km der Wanderschaft verlassen wir die Bergpfade, um uns erneut auf asphaltierte Wege zu begeben, die uns bis zum Ende der Route begleiten werden. Nach 13,5 km gelangen wir an das Dorf Coaña und ziemlich am Anfang des Ortes wenden wir uns rechts der Ortschaft Busnovo zu, einem kleinen Dörfchen mit reichhaltiger volkstümlicher Architektur, einer Mühle, einem Kornspeicher, Resten einer Drahtseilbahn u.a. ...

Schließlich gelangen wir nach rund 370 m an die Ausläufer der Burgruine von Coaña. Sie wurde im 19. Jh. entdeckt und muss aus wohl aus dem 4. v. Chr. als Teil der Römeranlage zur Kontrolle dieser Gegend und ihrer Minen stammen.

*Route durch die Landschaft der ersten asturianischen Ortschaften, wo wir der Phantasie freien Lauf lassen können und uns vorstellen können, wie unsere Vorfahren liebten, während wir ihre einstige Umgebung genießen.*



#### Dauer

15 km.  
6 – 8 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo über die Landstraße nach La Coruña (N-634) bis El Espín (Coaña). Von hier aus nehmen wir die Landstraße AS-12, die uns durch den Bezirk Coaña bis zur Gemeinde Trelles bringt, bis wir am Kilometerpunkt 9 auf einen Abzweig rechts nach Bustabernego stoßen. Nach 2,5 km gelangen wir in dem Dorf Teixedo an und wenden uns der 1,5 km entfernten Aussichtswarte zu.

#### Sehenswerte Orte

Burgruine von Coaña

Schmiede-Museum (La Caridad).

Santa Maria de Miudes. Romanische Kirche; die älteste des Bezirks mit Bildnisse der hl. Maria und dem Herz Jesu.

Palast der Castropols, in Miudes. Er stammt aus dem 16. Jh. und weist ein Wappen sowie eine Kapelle auf.

## Hoces del Esva

### Schluchten des Esva



PR AS-1 und PR AS-2

#### Beschreibung der Route

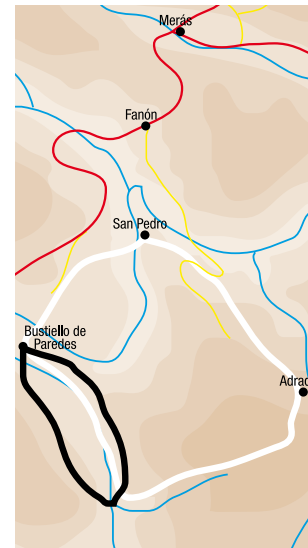
In San Pedro begeben wir uns in Richtung Esva, den wir über eine Steinbrücke überqueren. Nach dem Friedhof schlagen wir am letzten Haus einen Weg ein, der rechts, gegenüber eines Kornspeichers, abgeht und durch Heiden, Kastanien und Birken hinauf bis zum Adrado-Gebirge führt. Auf dem Aufstieg stoßen wir auf "cortines", wo die Bienenstöcke vor Raubtieren geschützt werden, und auf dem gegenüberliegenden Hang zu unserer Linken auf den Dolmen von Restiello. In der Nähe des Bergkamms tauchen nach und nach mit großen Schiefertafeln abgesteckte Weiden und die typischen Erdhäuser auf, die darauf hindeuten, dass wir uns in Almkuhhirtengelände befinden. So gelangen wir zur Alm von Adrado, von wo aus der Weg weiter Richtung NW bis Bustiello führt. Hier und da begegnen wir Häusern, Weiden und Eichenwäldern. In dieser Richtung gelangen wir zum Cabanón, einem alten Steinlager des Stromwerks. Kurz davor schlagen wir einen Weg links ein, der uns bis zum Stausee des alten Werks führt.

Der in den Fels gehauene Pfad führt bergab bis zum Fluss durch das Innere der Schluchten und schlängelt sich dabei bisweilen zwischen einem Eichenwald hindurch, wo sich eine dunkle, feuchte und ansprechende Gegend einstellt. Am Ende der Schlucht werden die Eichen durch Erlen abgelöst.

Der Rückweg erfolgt über den gleichen Weg, aber nur bis zum Abzweig des alten Lagers, wo wir in die gleiche Richtung weitergehen, um bis an die Au von Bustiello zu gelangen, dem Ausgangs- und Endpunkt der kurzen Variante zu den Schluchten nach dieser Beschreibung.

Zum Abschluss der PR AS-1 bleibt uns nur noch der Weg von Bustiello bis San Pedro de Paredes über die Landstraße.

*Die Schluchten des Esva sind ein Naturdenkmal inmitten des Naturschutzgebiets des Esva-Tals, in dem der Fluss durch eine schmale Quarzit-Schlucht verläuft, die bis zu 400 m Höhenunterschied aufweist.*



#### Dauer

Rundgang.

Die KW AS-1 6 bis 7 Stunden. Die kurze Variante 4-5 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 nach Avilés und weiter über die Küstenstraße (N-632) bis Luarca, wo wir die AS-220 nach Paredes und von hier aus nach San Pedro de Paredes nehmen, wo wir starten. Für die kurze Variante (KR AS-2) begeben wir uns zum nahen Bustiello de Paredes.

#### Sehenswerte Orte

Luarca. Palast der Markgrafen von Gamedona (18. Jh.). Palast und Kapelle der Markgrafen von Ferrera (16.-18. Jh.). Rathaus (1912). Friedhof über dem Hafen.

Brievies. Abello-Turm (14. Jh.).

Ovienes. Menhir.

Villademoros. Turm (romanisch, im 14. Jh. neu aufgebaut).

## Ruta Cabo de Busto

### Route Cabo de Busto



PR AS-4

*Diese Route verläuft durch das Naturschutzgebiet der Westküste, das sich durch hohe Klippen, kleine Buchten und einen von schwarz-weißen Bauernhäusern gesprenkelten Küstenstreifen mit roten und grünen Farbtupfern in Türen und Fenstern, die einst mit der Farbe, die von den Fischerbooten übrig war, gestrichen wurden.*



#### Beschreibung der Route

Von den Dorfschulen von Busto aus nehmen wir einen Pfad Richtung W und biegen an der ersten Kreuzung links ab. Hier kommt der Abzweig zum Strand La Arena oder La Cueva. Wir aber gehen weiter Richtung NO, entlang des Küstenweges und der Windungen von Cabo Busto.

An der nächsten Kreuzung nehmen wir den Abzweig links Richtung La Pocha, der uns aufwärts auf den Berg Punta del Aguila führt. Von hier aus geht der Weg weiter nach La Herbosa, wo wir rechts in Richtung Punta del Cuerno fortfahren. Der Weg führt nun bergab in einen Pinienwald, bis über eine kleine Brücke zur Linken und anschließend wieder bergauf bis zum Weg des Bozo und dem gleichnamigen Strand. Wieder zurück auf der Straße des Leuchtturms marschieren wir weiter bis zum Aussichtspunkt Monte del Cabo und gelangen schließlich am Leuchtturm von Cabo Busto an. Nachdem wir die Aussicht genossen haben, nehmen wir einen Weg Richtung Ponxeo, wo wir entweder an den gleichnamigen Strand gehen oder uns bereits auf den Heimweg Richtung Busto, dem Abschluss unserer Route, machen können.

#### Dauer

Rundgang. 4 – 5 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 nach Avilés und weiter über die Küstenstraße (N-632) nach Westen. Ein paar Kilometer vor Luarca, der Hauptstadt des Bezirks Valdés, biegen wir in Querúas rechts auf eine Lokalstraße nach Busto ab, wo wir unsere Route beginnen.

#### Sehenswerte Orte

Luarca. Palast der Markgrafen von Gamoneda (18. Jh.). Palast und Kapelle der Markgrafen von Ferrera (16.-18. Jh.). Rathaus (1912). Friedhof über dem Hafen.

Brievés. Abello-Turm (14. Jh.).

Oviénés. Menhir.

Villademoros. Turm (romanisch, im 14. Jh. neu aufgebaut).



BRAÑAVERNIZ

Die Abenddämmerung erleuchtet diese Szene und bietet einen bildschönen Kontrast zwischen der Tiefe des Tales und dem Leuchten der Sonne über den Wiesen

## Los Lluugarinos

### Los Lluugarinos



#### PR AS-05

*Hübscher Rundgang, welcher an Ufer- und bergiger Landschaft zur Gemeinde Lluarca- Valdés gehörend vorbeiführt, mit ausgezeichneten Ansichten der Aue, durch welche der Fluss Esva fließt, in dem der atlantische Lachs, die Fischotter, die Forelle oder der Eisvogel leben, eine idyllische Landschaft bildend aus dem durch kleine Dörfer und Gehöfte geschmückten Tal und dem Fluss, an welchem sich an beiden Ufern ein Wald entlanzt, in dem Eschen, Erlen, Haselnussträucher oder Lorbeerbäume wachsen; nicht umsonst befinden wir uns im Naturschutzgebiet der Cuenca del Esva.*



#### Beschreibung der Route

Die Route beginnt in der Ortschaft Trevías, am Ufer des Flusses Esva. Hier angekommen überqueren wir den Fluss in Richtung Kirche, wo wir uns nach rechts wenden, um eine Fähre zu nehmen, die uns bis nach Balsera führt. Nach dem Durchqueren dieses kleinen Dorfes wandern wir inmitten von Eichen, Kastanienbäumen, Haselnussträuchern, Eschen und Kiefern bis nach Villar de Baines, ein Ort, wo wir einen anderen Weg auch von Uferlandschaft nehmen werden und der uns bis nach Baines bringt. Ab hier biegt der Weg ab, um nach und nach Höhe zu erlangen in Richtung der Ortschaften Llande Castiello und Brañaverniz, was der höchste Punkt der Route ist und von wo aus wir herrliche Aussichten auf das Tal und die vom Fluss Esva gebildeten Mäander genießen können. Der Rückweg nach Balsera beginnt mit einem Pfad nach unten, entlang des Arroyo de los Molinos (Mühlenbach) und der, wie sein Name besagt, mehrere dieser traditionellen hydraulischen Erfindungen funktionstüchtig erhält. Von Balsera kehrt man zurück nach Soto de Trevías, wo wir begonnen haben.

#### Dauer

10 km.  
4 Stunden

#### Anfahrt

Von Oviedo in Richtung Avilés über die A-66 und von dort an der Küste entlang ( E-70, N-632) bis zur Ausfahrt 462 Canero- Querúas-Busto in Richtung Canero und ab hier über die N-634 die Strecke Canero-La Espina bis nach Soto de Trevías, von wo ab wir aufbrechen werden.

#### Sehenswerte Orte

Lluarca. Palacio de los Marqueses de Gamonedá ( XVII Jh.) ( Palast der Markgrafen von Gamonedá). Palast und Kapelle des Marqués de Ferrera ( XVI- XVII.Jh.)  
Stadtrat ( 1912) Friedhof auf dem Bergpass.  
Briefves. Torre de Abello ( XIV.Jh.)  
Ovienes. Menhir ( vorgeschichtliches Monument)  
Villademoros.  
Turm ( römisch,rekonstruiert im XIV.Jh.)

## Cueto de Arbás

### Cueto de Arbás



#### CGN. S-4

*Dieser Gipfel ist der höchste des asturianischen Westens und ihm hat das Teilweise Naturservat um ihn herum seinen Namen zu verdanken. Sowohl der Gipfel als auch das Reservat zeugen von der landschaftlichen Schönheit, die uns auf der Spitze erwartet.*

#### Beschreibung der Route

Von dem Ort Leitariegos geht ein Pfad in Richtung W ab, der uns zunächst bis zu einem Erholungsgebiet und später zur Gletscherlagune von Arbás führt. In deren Nähe führt ein Weg bergauf bis zum Pass La Fanetina, der uns einen ebenso weiten wie schönen Blick bietet. Auf dem Bergpass beginnt der Aufstieg über den Kamm ist zum Gipfel, wo wir eine für Westasturien ungewöhnlich weite Aussicht haben. So sind im O die Gipfel des Naturparks Somiedo, allen voran El Cornón und seine Nachbarn, zu erkennen. Im W und N die gesamte Gegend des Narcea- und des Ibiasquells, der Wald von Monasterio de Hermo, das Zarza-Gebirge und das Naviego-Tal, und im S León. Der kurze Aufstieg hat sich gelohnt, und wir brauchen nur noch über den gleichen Weg zum Leitariegos-Pass zurückzuwandern.

#### Dauer

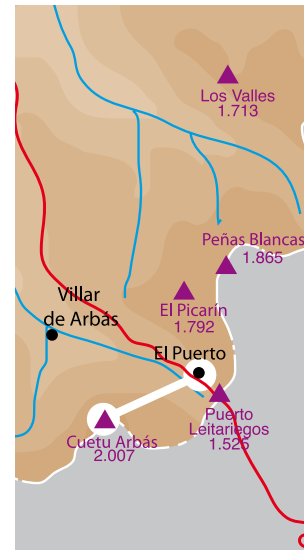
2.007 m.  
3 – 4 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo aus über die A-63 nach Grado fahren und die Ausfahrt der AS-15 nach Cangas del Narcea nehmen. Dann die AS-213 bis Puerto de Leitariegos nehmen, wo die Route abfährt.

#### Sehenswerte Orte

Cangas. Basilika von Sta. María Magdalena (17. Jh.). Palast der Omaña (16. Jh.).  
Palast von Peñalba (18. Jh.). Palast vom Conde de Toreno (17. Jh.). Altstadt.  
Wald von Muniellos. Integrales Naturservat (MAB).  
Naturpark Fuentes del Narcea, Degaña und Ibias.





SOMMERWEIDE MIT HÜTTEN MIT PFLANZENDACH (Somiedo)

Die pflanzengedeckten Hütten sind eine direkte Weiterentwicklung der Hütten der asturischen Festungssiedlungen

## Ruta del Bosque de Moal

### Route des Moal-Waldes



#### Beschreibung der Route

Die Route beginnt in Moal, neben der Kapelle. Dort nimmt man eine Umleitung nach links, die den Fluss überquert. Nachdem wir das Dorf hinter uns gelassen haben, folgen wir rechts einem Weg, der leicht durch einen dicken Kastanien- und Eichenwald aufsteigt. Der Weg führt in einen weiten Kastanienbestand, wo viele "corripas" (kreisförmige Bauten, die für die Aufbewahrung der Kastanienfruchtbecher benützt werden).

Wir laufen immer auf dem am besten markierten Weg bis zur Weggabelung neben einer Wiese. Dort folgen wir dem Weg nach links, der zwischen Eichen und Kastanien weiter aufsteigt. Später werden wir in einen schönen Buchenwald eindringen.

Nachdem wir den Wald durchquert haben, führt der Fußweg aufsteigend bis zum Aussichtspunkt von Monteón, von dem man eine andere Perspektive des Naturreservats von Muniellos überblicken kann.

Um zum Hauptweg zurückzukehren, geht die Route links wieder durch einen Buchenwald weiter und mündet in den Hügel von Moncóu, eine Wegkreuzung. Dort nimmt man die Umleitung nach links, die steil entlang einer Rinne absteigt, bis man den während des Aufstiegs genommenen Weg wiederfindet. Die Umleitung nach rechts bringt uns zurück nach Moal.

Zugangsgenehmigung zu Muniellos: 012 aus Asturien / 985 279 100 / www.asturias.es

PR AS-132

*Diese Route befindet sich vor dem Naturreservat Muniellos (MAB), das für den wichtigsten Eichenwald von Spanien und einen der am besten konservierten von Europa gehalten wird. Sie wird häufig als alternative Route benützt, um in das Reservat hinein zu gehen.*



#### Dauer

Kreisförmige Route  
3 - 3'5 Stunden hin und zurück

#### Anfahrt

Von Oviedo aus über die A-63 in Richtung Grado fahren und die Ausfahrt der AS-15 zu Cangas del Narcea nehmen. In Cangas geht man über die AS-15 weiter bis La Venta / Ventanueva, und dort nimmt man die AS-211 bis Moal, Anfangspunkt der Route.

#### Sehenswerte Orte

Cangas. Altstadt. Basilika von Santa Mª Magdalena (17. Jh.). Omaña Palast (16. Jh.). Palast von Condes de Toreno (17. Jh.) XVII). Entrambasaguas Viertel.

Deutungszentrum des Naturreservats Muniellos

Naturpark Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias (MAB)

## La Peral-Villar de Vildas

### La Peral – Villar de Vildas



#### Beschreibung der Route

Von La Peral aus den Weg in Richtung W durch das Bachtal des Trabanco bis zur Quelle As Muchadas nehmen, wobei der Pico Cornón (2.194 m) zu unserer Linken und der Pico Mocosu (1.988 m) zu unserer Rechten liegen.

Von hier aus gehen wir weiter Richtung W bis zu Pass Enfestiella (1.731 m), dem höchsten Punkt auf unserer Route, der eine entsprechend fantastische Aussicht auf das Tal Las Cerezales (das nach León führt) und die Pigüña-Anhöhe bietet. Von hier aus erwandern wir den Abschnitt der Variante Valle del Pigüña – La Pomacal (KR AS-14.1), aber in absteigende Richtung. Dazu steigen wir über die linke Seite bis zum Flusstal des Pigüña hinab, um uns anschließend nach rechts zu wenden, und die Alm Los Cuartos oder Braña Vietcha mit kleinen Hütten runder Grundflächen und Dächern mit Scheingewölben zu erreichen.

Von dieser Hirtensiedlung aus verläuft der Weg über die Alm La Pomacal, die mit 34 Hütten die größte der Sommersiedlungen "brañas" des Naturparks Somiedo ist, und liegt weiter vorne kurz vor dem Ende der Route in der Nähe des Buchenwalds Las Sendas.

PR AS-14 und AS-14.1

*Diese Route und ihre Variante liegen im Naturpark Somiedo (MAB) und verlaufen durch tiefe Täler, Wälder und Weiden mit herrlicher Aussicht.*



#### Dauer

Für die KW AS-14 5-6 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder an jedem Ende der Route je ein Auto oder muss sich für den Rückweg ein anderes Transportmittel suchen. Die Variante Valle del Pigüña – La Pomacal 6-7 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-634 Richtung La Coruña. In Trubia nehmen wir den Abzweig Richtung Santo Adriano – Proaza (AS-228), von wo aus wir nach Teverga abzweigen. Hier geht es weiter über die Te-1 in Richtung Somiedo über die Anhöhe San Lorenzo. An der Kreuzung dieser Straße mit der AS-227 biegen wir links bis zum Ort La Peral, bereits in der Nähe des Passes, ab, wo wir starten.

Für die Variante Valle del Pigüña – La Pomacal nehmen wir in Oviedo die N-634 in Richtung La Coruña bis zur Kreuzung mit der AS-15, wo wir uns Richtung Cangas del Narcea wenden. Nach 11 km biegen wir auf die AS-227 zum Naturpark Somiedo bis nach Aguasmestas ab, wo rechts eine Lokalstraße durch das Flusstal des Pigüña bis zum Ort Villar de Vildas hinaufführt, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Pola de Somiedo (Somiedo). Ruinen der Alba-Burg. Empfangszentrum des Naturparks Somiedo. Palast der Flórez de Estrada (15. Jh.) Ethnographisches Museum Somiedo.

La Malva (Somiedo). Wasserkraftwerk (1917). Industriedenkmal.

La Peral (Somiedo). Aussichtspunkt El Príncipe.

## Ruta del Cornón

### Cornón-Route

#### Beschreibung der Route

Der Weg geht vom Ort aus bergauf durch das Flusstal des Bayo. Wenn man sich immer links hält, gelangt man an eine Brücke über den Fluss, um am anderen Ufer weiter durch die Aue zu laufen, die dem Wasserweg folgt. Weiter oberhalb von Boca Ríos gelangen wir in das Tal des Profuste, wo unser Landweg endet. Von hier aus halten uns die Schilder an, einen Hang anzusteigen, der einen Felsbereich im S säumt, um bergab zu einem Verbindungspunkt mit einem tieferen Weg zu führen.

Von hier aus geht der Pfad weiter Richtung Comón über die Hochebene des Tals, quer durch Wiesen wie El Cabañón oder kleine Pflanzendächchen. Der Weg führt einen Pass hinauf und begibt sich in die Boca de la Mozarra, den oberen Teil des gleichnamigen Tales, der Richtung S hinabführt. Wir müssen seine Spitze rechts in Richtung der Hügel des Cornón umsäumen. An dem Punkt angelangt, an dem der Hang sehr steil wird, empfiehlt es sich, sich nach Rechts zu wenden und über den Pass weiter zu marschieren, der Peña Bermeja und den Nordkamm des Cornón verbindet, um anschließend die letzten Meter bis zum Gipfel erklimmen, von dem aus man eine Landschaft überblickt, die von den westlichen Bergen der Cordillera bis zu den Picos de Europa reicht.

PR AS-10

Der höchste Gipfel des Naturparks Somiedo (MAB) in dessen SW verdankt seinen Namen seiner konischen Form. Man kann über mehrere Routen auf den Gipfel gelangen, die mit leichten Abweichungen alle in Santa María del Puerto Richtung W starten.



#### Dauer

2.194 m.  
8 – 9 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-634 Richtung La Coruña. In Trubia nehmen wir den Abzweig Richtung Santo Adriano – Proaza (AS-228), von wo aus wir nach Teverga abzweigen. Hier geht es weiter über die TE-1 zum Alto de San Lorenzo. An der Kreuzung dieser Straße mit der AS-227 biegen wir links nach Santa María del Puerto ab, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Pola de Somiedo (Somiedo). Ruinen der Alba-Burg. Empfangszentrum des Naturparks Somiedo. Palast der Flórez de Estrada (15. Jh.) Ethnographisches Museum Somiedo.

La Malva (Somiedo). Wasserkraftwerk (1917). Industriedenkmal.

La Peral (Somiedo). Aussichtspunkt El Príncipe.

## Ruta Braña Mumián

### Route über Braña Mumián

#### Beschreibung der Route

Der Weg verläuft sanft bergauf auf halber Höhe der Peña Gúa und mündet anschließend in ein Gebiet mit Saatland. Der Pfad geht bis zur Almsiedlung Mumián weiter, wo wir Wasser aus der Quelle des Cañu trinken können, neben der alten "olleras", eine Art Steinschrank mit einem internen Wasserfluss zum Kühler der Milch, stehen. Von hier aus lässt sich die wunderschöne Landschaft mit ihren großen Hütten mit Pflanzendächern inmitten der Weiden, dem Puerto-Tal und dem gegenüberliegenden Hang mit dem Gipfel Mocosu und der Sierra del Páramu.

Von der Quelle geht rechts ein Weg ab, der uns ganz einfach und stets bergab zu dem Ort Coto führt. Dabei verläuft er durch den beschränkt nutzbaren Buchenwald La Enramada; daher dürfen wir weder vom Weg abkommen noch die Umgebung beeinträchtigen. Durch die Öffnungen zwischen den Buchen können wir den Blick auf das Valle del Lago und auf Urria genießen, bis wir in Coto de Buenamadre, unserem Ziel, angelangen.

PR AS-11

Die "Brañas" sind Siedlungen in den Hochtälern Asturiens. Bis noch vor Kurzem zogen die Viehhirten mit ihren Kuhherden zu ihnen hinauf und verbrachten hier die Zeit von Frühling bis Ende Herbst. In bestimmten Gegenden wie Somiedo waren sie wegen der Almkuhirten, deren Transhumanz von der Küste bis zu diesen Siedlungen und umgekehrt führte, besonders wichtig. Die Häuser mit Pflanzendächern und rechteckiger oder ovaler Grundfläche sind direkt von den Häusern der Siedler vor der Römerzeit abgeleitet.



#### Dauer

5 – 6 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder zwei Autos, eins am Anfang und eins am Ende der Route, oder muss auf andere Weise wieder zum Ausgangspunkt gelangen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-634 Richtung La Coruña. In Trubia nehmen wir den Abzweig Richtung Santo Adriano – Proaza (AS-228), von wo aus wir nach Teverga abzweigen. Hier geht es weiter über die TE-1 zum Alto de San Lorenzo. An der Kreuzung dieser Straße mit der AS-227 biegen wir links ab und fahren über den Ort Caunedo. Kurz darauf zweigen wir links zur Braña de Llamardal ab, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Pola de Somiedo (Somiedo). Ruinen der Alba-Burg. Empfangszentrum des Naturparks Somiedo. Palast der Flórez de Estrada (15. Jh.) Ethnographisches Museum Somiedo.

La Malva (Somiedo). Wasserkraftwerk (1917). Industriedenkmal.

La Peral (Somiedo). Aussichtspunkt El Príncipe.

## Brañas de Saliencia

### Brañas de Saliencia

#### Beschreibung der Route

Von Arbeyales aus nehmen wir den Weg Richtung N, der parallel zum Flusslauf des Regueiru de Murias bergauf führt. Der steile Weg ist bis zur Schlucht La Güérgola steinig. Anschließend kommen wir nach Überqueren einer Brücke an eine Gabelung. Wir nehmen den rechten Zweig, der uns direkt zu den Sommeralmsiedlungen zwischen dem Camino Real von La Mesa, der weiter oben am Hang von Peña Prieta verläuft, und dem Saliencia-Tal, wo wir losgegangen sind, verläuft.

Die erste Almsiedlung auf unserem Weg ist die von Ordiales de Arbeyales, von der aus man bereits einen beachtlichen Blick auf das Tal hat. Der Weg führt auf halbem Hang Richtung O weiter. Nach Durchwaten des Regueiru de Castro und hinter zwei Tränken gelangen wir an die Almsiedlung von Culiao. Die Route führt weiter bis zur Sommerweide von Ordiales de Éndriga, von wo aus sich perfekt das Gletschertal erkennen lässt, dem das Saliencia-Tal entspricht.

Über den gleichen Weg führt uns der letzte Abschnitt unserer Route durch den Regueiru de Borbolla und bis zur Modera de Saliencia, der letzten Almsiedlung dieser Strecke, von der aus wir zu dem Ort Saliencia, dem Ende unserer Route, hinabgehen.

PR AS-12

Die "Brañas" oder hohen Sommersiedlungen mit ihren typischen Hütten mit Pflanzendächern (einer direkten Weiterführung der asturischen Festungssiedlungen) gehören zu den Wahrzeichen des Naturparks Somiedo (MAB). Diese Route führt an mehreren Almsiedlungen im Valle de Saliencia vorbei, einem der fünf Täler, die diesen Raum ausmachen.



#### Dauer

4 – 5 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder je ein Auto an jedem Ende (ca. 8 km Entfernung), oder muss sich ein anderes Transportmittel für den Rückweg suchen.

#### Anfahrt

A Oviedo, emprunter la N-634 en direction de La Corogne. A Trubia, emprunter la route Santo Adriano – Proaza (AS-228), puis celle menant à Teverga, où il faudra emprunter la TE-1 menant au col de San Lorenzo. Au croisement avec la AS-227, tourner à gauche et peu après la centrale électrique de La Malva, tourner de nouveau à gauche pour pénétrer dans la vallée de Saliencia et pousser jusqu'à Arbeyales, notre point de départ.

#### Sehenswerte Orte

Pola de Somiedo (Somiedo). Ruinen der Alba-Burg. Empfangszentrum des Naturparks Somiedo. Palast der Flórez de Estrada (15. Jh.) Ethnographisches Museum Somiedo.

La Malva (Somiedo). Wasserkraftwerk (1917). Industriedenkmal.

La Peral (Somiedo). Aussichtspunkt El Príncipe.

## Camino Real

### Camino Real - Abschnitt 1: Torrestio/Col de San Lorenzo

#### Beschreibung der Route

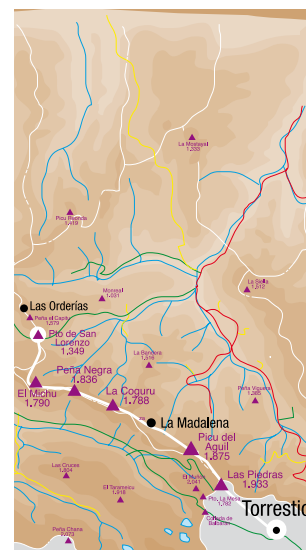
Am Ausgang von Torrestio in Richtung Somiedo stoßen wir auf eine Gabelung. Rechts den Weg, der bis zum Mesa-Pass (1.780 m), der Grenze zwischen Asturien und León, hinaufführt, wo wir auf den Quell Fuente de los Güesos treffen, der für sein gutes Wasser bekannt ist. Von hier aus geht es leicht bergab bis zu den Weiden von Saliencia mit einer Gruppe Berghütten mit Steindach und Scheingewölbe. Kurz dahinter kommen wir an die so genannte Mauer (El Muro), wegen der Reste des Verteidigungswalls gegen den Vorstoß der Römer, von wo aus der Weg leicht bergab weitergeht. Zu unserer Rechten haben wir eine gute Aussicht auf den Bezirk Teverga.

Weiter geht es bergauf durch eine kurvige Gegend bis La Magdalena, oberhalb des Saliencia-Tals, das nunmehr zu unserer Linken liegt. Von hier aus führt der Weg weiter entlang des Cordal de la Mesa unterhalb von Peña Prieta, die sich in der dunklen Farbe erkennen lässt ("prieta" bedeutet schwarz auf Asturianisch), und oberhalb des Tals mit wunderschöner Aussicht. Kurz nach Peña Prieta kreuzt der Weg die gut erhaltene Almkuhhirtensiedlung La Corra. Ab hier gelangen wir bergauf zum Xuegu la Bola, dem letzten Punkt, der uns einen Rundblick über das Saliencia-Tal schenkt.

Der letzte Abschnitt verläuft bergab über große Felder bis zum Piedraxueves-Pass, wo Reste eines römischen Altars zu Ehren Jupiters gefunden wurden. Kurz darauf wird der Weg zu einer bergab verlaufenden Straße, die bis zur Anhöhe San Lorenzo führt, wo die Landstraße zwischen den Bezirken Teverga und Somiedo das Ende des Abschnitts bildet.

GR AS-101

Diese Route folgt dem Verlauf der wichtigsten Römerstraße Asturiens, die Jahrhunderte lang von den Almkühhirten für den jährlichen Weidewechsel (Transhumanz) genutzt wurde und allgemein als eine der besten Verbindungsstraßen zwischen Kastilien und León und Asturien galt. Der Abschnitt 1 ist voller Geschichte und Völkerkunde und verläuft über Bergrücken und zwischen Weiden mit Reetgedeckten Hütten durch den Naturpark Somiedo (MAB).



#### Dauer

22 Km.

6 bis 7 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder zwei Autos, eins am Anfang und eins am Ende der Route, oder muss das Fahrzeug auf andere Weise wieder abholen. Mit etwas Erfahrung ist die Route gut mit dem MB zu bewältigen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-634 Richtung La Coruña. In Trubia Richtung Santo Adriano – Proaza (AS-228) abzweigen, von wo aus wir uns Richtung Teverga begeben. In der Hauptstadt dieses Bezirks nehmen wir den Abzweig in Richtung León über den Ventana-Pass. Kurz nachdem es anfängt bergab zu gehen, bereits in León, die Lokalstraße Richtung Torrestio nehmen, von wo aus wir starten.

#### Sehenswerte Orte

San Martín (Teverga). Valdecarzana-Palast (16. oder 17. Jh.).

Fresnedo (Teverga). Viehunderstand. Malereien aus der Bronzezeit.

La Plaza (Teverga). San Pedro (1069-1076), die erste romanische Kirche in Asturien.

Tuñón (Santo Adriano). Santo Adriano de Tuñón (891), präromanische Kirche.





## BUCHENWALD

Die großen Forstflächen Asturiens setzen sich vor allem aus Buchen zusammen, die eine beachtliche Größe erreichen können

## Camino Real

### Camino Real - Abschnitt 2: Col de San Lorenzo/Dolia/Las Cruces



GR AS-101

#### Beschreibung der Route

Von der Anhöhe San Lorenzo geht der Pfad klar in Richtung Norden und verläuft allmählich bergauf bis zum Pass La Tartulla. Von hier aus geht er wieder leicht bergab bis zur wunderschönen Cueiro-Aue, wo die Grenzen von Belmonte, Teverga und Somiedo zusammenfließen und jedes Jahr eine große Wallfahrt stattfindet. Der Weg

verläuft sich in der Aue und geht vom linken Hangrand ab. Ein wenig weiter stoßen wir auf gut erhaltene und unverwechselbare Teile der Römerstraße. So gelangen wir nach und nach bis Pousa la Sal, La Barrera und El Acebo, mit einer wunderschönen Aussicht. Weiter geht es bis zur Ebene El Gamón, La Aparecida und der Sierra del Conto, durch die der Pfad bis La Campa de los Madeiros und dem Hügel La Forcada bergab führt. Von hier aus besteigen wir die Peñas Negras bis zur Venta de Porcabezas, der ersten guten Quelle seit unserem Start.

Der letzte Teil der Route führt uns schließlich bis zum Alto del Mouro und Dolia, der Abschluss unseres Marschs, an dem eine asphaltierte Straße von Las Cruces mündet.

*Der zweite Abschnitt dieser historischen Route führt uns mitten ins Herzen Asturiens und zeigt dabei dessen perfekten Verlauf, eine Mischung aus Ingenieurskunst und Strategie, stets oberhalb der Gipfel der Bergketten.*



#### Dauer

23 Km.

6 bis 7 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder zwei Autos, eins am Anfang und eins am Ende der Route, oder muss das Fahrzeug auf andere Weise wieder abholen. Mit etwas Erfahrung ist die Route gut mit dem MB zu bewältigen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-634 Richtung La Coruña. In Trubia Richtung Santo Adriano – Proaza (AS-228) abzweigen, von wo aus wir uns Richtung Teverga begeben. Von hier aus fahren wir über die TE-1 auf die Anhöhe San Lorenzo, wo es losgeht.

#### Sehenswerte Orte

Belmonte de Miranda. Bezirkshauptstadt mit schönem Stadtkern.

Longoria (B. de Miranda). Stammhaus der Longorias (18. Jh.).

Grado. Bezirkshauptstadt. Palast der Miranda-Valdecarzanas (18. Jh.). Historische Gebäude und Villen im gesamten Stadtviertel.

Agüera (Grado). Palast der Grafen von Agüera (18. Jh.).

Villanueva (Grado). Turm (13. Jh.).

## Puertos de Marabio

### Marabio-Pässe



PR AS-72

#### Beschreibung der Route

In der Nähe der Wallfahrtskapelle Santa Ana befindet sich ein Schild, auf dem die Route und ihre Ausschilderung erklärt werden. Der Pfad verläuft auf dem ersten Abschnitt etwa 50 m neben der Straße über das Weideland von Piedralonga und Pradongo bis zu einem Gehöft, wo der Weg hinauf zum Pico Caldoveiro (1.357 m) abgeht. Wir gehen aber weiter über unseren Pfad, der sich nach Kreuzen der Landstraße südwärts zur Alm Villamayor mit einer Quelle bewegt. Weiter vorne führt der Weg in der Nähe der Kapelle Santa Cristina vorbei, der wir uns über ein Stück der Römerstraße nähern können.

Ab hier geht der Weg bereits auf den letzten Abschnitt unserer Route zu und führt dabei über die Alm Murias und kurz darauf auf die Landstraße, die zur Wallfahrtskapelle Santa Ana hinaufgeht.

*Diese Pässe und Naturdenkmäler verbinden die Bezirke Teverga und Yernes und Tameza miteinander und liegen in dem Naturschutzgebiet des Pico Caldoveiro, das sich durch die Erosionsprozesse im Kalkgestein auszeichnet. Die Route führt durch diese Landschaft hohen Weidelandes mit Bergseen und Schäferhütten.*



#### Dauer

Rundgang. 3 – 4 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-634 Richtung La Coruña. In Trubia Richtung Santo Adriano – Proaza (AS-228) abzweigen, von wo aus wir uns Richtung Teverga begeben. Von hier aus nehmen wir die Lokalstraße nach Taja und Urria, von der wir kurz darauf rechts ab auf die Straße fahren, die zu den Marabio-Pässen hinauf bis zur Kapelle Santa Ana führt, an der wir losgehen.

#### Sehenswerte Orte

La Plaza. Stiftskirche S. Pedro (11. Jh.).

Carrea. Sanktuar Cébrano.

Cuña. Palasthaus der Cienfuegos (18. Jh.).

Fresnedo. Engpass Hoces de la Estrechura. Naturdenkmal Huerta-Höhle (14,5 km lange Galerien). Viehunterstand (Bronzezeit).

Villanueva. Kirche Sta. María (12. Jh., im 17. Jh. umgebaut).

## Cascada Nonaya

### Cascada Nonaya



PR AS-22

#### Beschreibung der Route

Die Strecke beginnt auf der Plaza de la Campa in Salas. Hier muss rechter Hand die calle Ondinas genommen werden, um an deren Ende die Asphaltdecke zu verlassen und die Strecke auf einem Wanderweg fortzusetzen.

Nachdem man eine "pomarada" (Apfelgarten) oder eine Apfelplantage links liegen lässt, beginnt man den Fluss Nonaya zu hören, welcher uns einen grossen Teil unseres Weges begleiten wird.

Wenige Meter weiter befindet sich die Fuente de Paín. Sobald man den Füllort des alten Bergwerks "Mina de Caolin" und eine kleine "Gerberlohe", die heute verlassen ist, hinter sich gelassen hat, beginnt der Weg an Höhe über dem Fluss zu gewinnen und ist immer mehr ins Tal eingefügt. Jetzt folgt man den Weg, der in den Abhang des Berges eingearbeitet ist, aus welchem mehrere Bäche hervorquellen. Der Spaziergang wird angenehm im Schatten eines dichtbelaubten Waldes, in welchem die Erlen überwiegen, wobei es auch möglich ist, ausserdem Eschen, Eichen, Haselnussträucher, Ahorn und ab und zu Stechpalmen, Kiefern oder Nussbäume zu betrachten.

Der Weg wird fortgesetzt, indem man eine wunderschöne Brücke aus Kalkstein, gebaut als Rundbogen mit ziemlich tiefer Innenwölbung, Widerspiegelung der prachtvollen Bautechniken vergangener Epochen, überquert und die den Schritt zur Sierra de Bodenaya überwindet, dem Ort, dem der Fluss Nonaya entspringt.

Sechshundert Meter weiter, genau bevor man auf eine weitere Brücke ähnlicher Merkmale stösst, muss man eine Abzweigung nach rechts nehmen, die zum Fluss führt und den Jakobsweg verlassen. Nach 250 Metern sanften Abstiegs wird das Ziel der Strecke erreicht, eine Umgebung von Eintracht und Stille, in der die Gewässer des Nonaya hinabstürzen, um einen schönen Wasserfall zu bilden. Zur Rückkehr folgt man denselben Weg, bis man erneut die kleine Stadt Salas erreicht, wo man den Tagesmarsch mit einem Rundgang durch die Innenstadt beenden kann, was die Besichtigung vervollständigen wird.

#### Dauer

6 km.  
1 h 30 Minuten für Hin- und Rückweg

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-63 ist die Richtung Grado - La Espina bis zum Ort Salas zu nehmen. Der Rundgang beginnt auf der Plaza de la Campa in der "capital" (Hauptstadt) dieses Gebietes mehrerer Gemeinden.

#### Sehenswerte Orte

In Salas die Colegiata de Santa María la Mayor (XVI. Jh.) (Stiftkirche Santa María la Mayor), der Palacio de Valdés Salas (XVI. Jh.) oder der Verteidigungsturm aus dem XIV. Jahrhundert, welcher das Museo Prerrománico San Martín beherbergt (Präromantisches Museum). Dieses enthält eine wertvolle Sammlung von präromanischen Stücken und epigraphischen Steintafeln aus dem X. Jahrhundert, welche der Iglesia de San Martín entstammen (Sankt Martinskirche).

Eine als Sendero Local eingestufte Route; sie führt an einer Strecke des alten Camino de Santiago (Jakobsweg) in der Gemeinde Salas entlang und folgt dem Flusslauf des Nonaya bis zum Wasserfall gleichen Namens.



## Subida al Viso

### Der Aufstieg zum Viso



PR AS-131

#### Beschreibung der Route

Wir beginnen den Aufstieg auf der Landstrasse in Richtung Iglesia de San Martín (Sankt Martinskirche), wo wir Halt machen können, um die Kirche und die prächtigen Nachbildungen präromanischer Stücke des X. Jahrhunderts anzuschauen wie auch die hundertjährigen Eiben, von denen eine zum Monumento Natural (Naturdenkmal) erklärt wurde.

Nach etwas mehr als 100 Metern verlassen wir die Asphaltdecke und nehmen den Weg nach rechts, der uns zum Erholungsgebiet EL Viso führt. Auf dieser Strecke finden wir im Schatten, der von Eichen und Kastanienbäumen gespendet wird, einige Steinhütten, Widerspiegelung der einstigen Bedeutung der Viehzucht in diesem Gebiet und das heute wichtige Zentralen der Milchgewinnung hält.

Nach dieser Strecke gelangen wir zum Eichenwald des Viso und überqueren die Landstrasse, um zum Erholungsgebiet und dem Campo de Folgerúa aufzusteigen, wo jeden 15. August die Romería de Nuestra Señora del Viso, der Schutzherrin von Salas stattfindet. Die Strecke verlässt das Erholungsgebiet im oberen Teil, nunmehr begleitet von weissen Kreuzen, die Stationen des Leidensweges darstellen, bis in wenigen Minuten die Wallfahrtskirche des Viso erreicht wird. Von der Wallfahrtskirche aus, von wo man einen schönen Blick auf Salas genießt, führt uns links ein Wanderweg zum Schiessplatz und dem Sportgebiet; hier beginnen wir mit einem leichten Aufstieg die Umgehung des Golfgebietes. Diese Strecke bietet uns die Möglichkeit, vom Viso, dem höchsten Punkt unseres Wanderweges, einen gesamten Rundblick auf die Berge, die Täler und Ortschaften eines grossen Teils des Gebietes von Salas zu geniessen (Pico Aguión, Pico Monxagre, Las Centiniegas, Ardesaldo, Prierio, Daner...).

Alternative: Ab dem oberen Teil des Erholungsgebietes kann man sich entscheiden, den Spaziergang zu verlängern, indem man einen Weg nach rechts nimmt, der das Gebirge nördlich umgeht und in einer Stunde das Golfgebiet erreicht, wo man auf den Hauptweg stösst.

#### Dauer

8 km. hin und zurück.  
Alternative: 3,5 km mehr.

2 Std., 30 min für Hin- und Rückweg  
Alternative: 1 Std., 15 min. mehr.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-63 nimmt man die Richtung Grado - La Espina bis zur Ortschaft Salas. Im Zentrum von Salas gehen wir die Calle del Puente herunter; an der Casa de Miranda biegen wir nach rechts ab in Richtung Plaza de la Vega del Rey, wo wir unser Auto parken können. Auf diesem Platz nehmen wir den Paseo de San Martín. Am Ende,

an der Kreuzung, befindet sich die Hinweistafel des Beginns der Route.

#### Sehenswerte Orte

In Salas die Colegiata de Santa María la Mayor (XVI. Jh.) (Stiftkirche Santa María la Mayor), der Palacio de Valdés Salas (XVI. Jh.) oder der Verteidigungsturm aus dem XIV. Jahrhundert, welcher das Museo Prerrománico San Martín beherbergt (Präromantisches Museum). Dieses enthält eine wertvolle Sammlung von präromanischen Stücken und epigraphischen Steintafeln aus dem X. Jahrhundert, welche der Iglesia de San Martín entstammen (Sankt Martinskirche).

Die Strecke beginnt in der Hauptstadt des Concejo de Salas (Gebiet mit mehreren Gemeinden mit einer "capital" in einer von ihnen) und ihr Ende ist die Spitze des Viso (675 m über dem Meeresspiegel), welche uns erlauben wird, herrliche Aussichten auf dieses Gebiet im Inneren Asturiens zu geniessen.



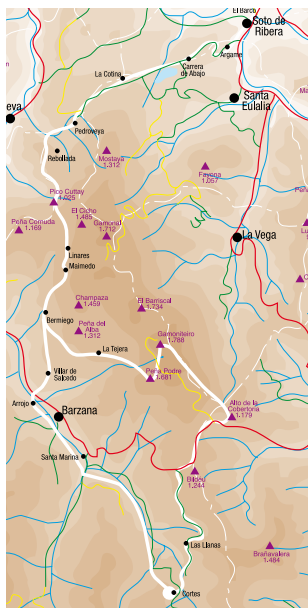
## Ruta San Melchor

### San Melchor Route



GR AS-106

*Dieser Weg verläuft zwischen Oviedo und Cortes, dem Ort des Bezirks Quirós, in dem der einzige Heilige Asturiens, Melchor García Sampedro, geboren wurde. Außer den Bezirken am Anfang und am Ende des Weges verläuft die Route noch durch Ribera de Arriba und Morcín.*



#### Beschreibung der Route

**Oviedo-Palomar.** 11 km. Der Weg geht von der Gemeinde aus, die diesem Heiligen gewidmet ist, in der Calle Mateo Llana, führt zum Westpark und über die Calle Catedrático Rodrigo Uría zur Wallfahrtskirche Cristo de las Cadenas, von wo aus man bergauf bis zu den nahe gelegenen Wasserdepots und von dort aus bis zur Kreuzung von Latores kommt. Hieran vorbei, durch das Dorf Ayones gelangen wir nach Llagú. Hier überqueren wir den Gafo und nehmen den Pfad, der bis Sierra hinaufführt. Bergab stoßen wir schließlich auf die Spur des unterirdischen Aquädukts. Etwas weiter müssen wir eine Weide überqueren, um auf die Landstraße zu gelangen, die uns genau über die Brücke Puente de las Aguas bringt, die den Nalón überspannt, um nach Palomar zu gelangen.

**Palomar-La Rebollada.** 11 km. Von Palomar aus gelangen wir über einen Weg vorbei an Fueixos und Lavarejos bis La Mortera, von wo aus wir über die Straße nach Peñerudes (Morcín) kommen. Hier begeben wir uns durch La Cotina nach Pedroveya (Quirós), wo wir den Weg nehmen, der neben der Einsiedlerkapelle, die das Ende der Route Les Xanes ausmacht, abgeht und bis La Rebollada führt.

**La Rebollada-Arrojo.** 15 km. In La Rebollada begeben wir uns in die Sierra del Aramo durch La Canal Seca bis zum gleichnamigen Bergpass und der Weide Bruxaña. Die Route entlang des westlichen Gebirges verläuft über die Pässe Andrés und El Pando de la Mortera bis Collada Linares (1.150 m), von wo aus sie durch Moinedo bis zur Kapelle La Merced und von dort aus bis El Llano hinabführt, um in Bermiego zu münden.

**Bermiego-La Cobertoria.** 14,6 km. In diesem Ort folgen wir den Ausschüderungen nach Villar de Salcedo, von wo aus wir bis zur Quelle La Chinar und von dort aus zur Wallfahrtskapelle El Alba (1.160 m) hinaufsteigen. Von hier aus säumen wir den Pico Cuervo, vorbei an den Ausläufern von Peña Podre und weiter in Richtung ost über die Pässe des Aramo und die Weiden von Texo, bis zur Straße, die den Gamoniteiru (1.786 m) mit der Anhöhe Alto de la Cobertoria verbindet.

**La Cobertoria-Cortes.** 10 km. Von La Cobertoria marschieren wir über die Straße bis Llamas und von hier bis zum Fluss Lindes, wo wir auf die Straße steigen, die Llamas mit Santa Marina verbindet. Von hier aus geht es bis Cortes, dem Ende der Route vor dem Geburtshaus von San Melchor.

#### Dauer

18 Std. für den Hinweg. Da es sich um eine lange Route mit einer Gesamtlänge von 61,6 km handelt, haben wir sie in fünf Abschnitte unterteilt.

#### Anfahrt

Oviedo, Gemeinde San Melchor de Quirós, C/ Mateo Llana s/n.

#### Sehenswerte Orte

Oviedo. Kathedrale (13. bis 16. Jh.). Heilige Kammer der Kathedrale (12. Jh.). Kirchenmuseum. Museum für Schöne Künste Asturiens. Archäologisches Museum Asturiens.

Präromanische Kirchen Santa María del Naranco (9. Jh.), San Miguel de Lillo (9. Jh.), Santullano (9. Jh.) und Santa María de Bendones (10. Jh.).

Morcín. Ethnographisches Milch-Museum (Sta. Eulalia). Wehrturm von Peñerudes (Peñerudes).

Ribera de Arriba. Stammhaus der Hevia-Pontes (18. Jh.) Sardin. Stammhaus der Hevia-Argüelles, Tellego.

Quirós. Eibe und Eiche, Naturdenkmäler; San Pedro (13. Jh.) und Palast der Quirós (Arrojo). Barzana. Heimatmuseum. La Cobertoria. Megalithische Totenstadt

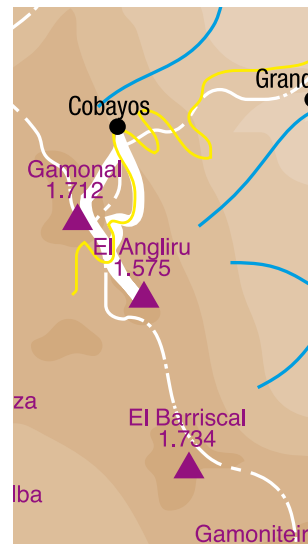
## Ruta de la Gamonal

### La Gamonal Route



PR AS-122

*Dieser Gipfel ist einer der höchsten des Naturschutzgebiets der Sierra del Aramo, die dank des Etappen-Endes der Spanienrundfahrt, die den Angliru hinaufführt, einen weiteren Gipfel dieser Route, bekannt ist.*



#### Beschreibung der Route

Vom Parkplatz von Cobayos aus nehmen wir einen Weg, der gen SW zu dem Gipfel La Gamonal führt. Auf diese Weise kommen wir an der Alm Ortigales und weiter oben Castrupín vorbei und folgen stets einem gut markierten Weg. Von der letzten Alm aus gelangen wir zum künstlichen See Toyu de Veguellina, von dem aus der Gipfel La Gamonal zu erkennen ist. Wir nehmen den Hang bis zur Spitze, von der aus man im N den Monsacro (1.057 m) und im S den höchsten Gipfel der Sierra del Aramo, den Gamoniteiru (1.786 m) und weiter hinten die Berge des Naturschutzgebiets Peña Ubiña (2.417 m) erkennen kann.

Der Abstieg erfolgt in Richtung des Gipfels des Angliru (1.575 m) im SO und daher über den gegenüberliegenden Hang als beim Aufstieg, durch das tiefe Xiniestru-Tal. Nach diesem Gipfel, der Radsportlern der ganzen Welt bekannt ist, müssen wir wieder bis in das genannte Tal absteigen, wo wir die Straße nehmen, die uns zurück nach Cobayos führt.

#### Dauer

1712 m.

Rundgang. 4 – 5 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 in Richtung León und nach wenigen Kilometern über die N-630 bis zu dem Ort Peñamiel, wo wir die AS-231 in Richtung Riosa nehmen. Am Ende der Bezirkshauptstadt La Vega nehmen wir die Lokalstraße Ri-1 Richtung Grandiella und kurz darauf die Ri-2 Richtung Viapará, der Straße, die den Angliru hinaufführt und die uns zu dem Pferch Cobayos führt, von deren Parkplatz wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Llamo (Riosa). Kapelle der Virgen de las Nieves (18. Jh.) mit interessanten Malereien. Archäologische Reste von Kupferminen der Römerzeit und davor.

La Foz (Morcín). Milch-Museum. Ethnographie der Milch und der handgemachten Käsesorten Asturiens.

Peñerudes (Morcín). Wehrturm römischen Ursprungs; wurde im 9., 14. und 15. Jh. wieder aufgebaut.

Monsacro (Morcín). Kapellen des Monsacro (13. Jh.) in diesem Heiligen Berg mit guter Aussicht auf das Zentrum Asturiens.



SONNENUNTERGANG AM PLAYÓN DE BAYAS (Castrillón)

Dieser Sandstrand (der größte Asturiens) und die nahe Insel Deva sind Naturdenkmäler des Prinzipats Asturien

## Ruta del Valle de Cuna

### Route durch das Valle de Cuna



#### Beschreibung der Route

Am Eingang des Viertels Molín biegen wir links über einen Weg ab, der Richtung Foz stetig weiter nach oben führt. Kurz vor diesem Ort wendet er sich nach rechts Richtung Pandillu steil bergauf. Anschließend wird er zwischen Eichen flacher und führt nach Carba Foz mit einer herrlichen Aussicht und weiter bis zu den Ställen von Pandillu in einer Lichtung.

Von hier aus geht der Weg weiter Richtung W über einen Schluss bis zu einer Wegkreuzung: An ihr folgen wir der Ausschilderung bis zur Anhöhe La Segá, wo wir den Landweg entlang des Osthangs des Cuba-Passes bis zur Campa del Tío Vicente nehmen. Hier wenden wir uns nach rechts und gehen abwärts bis zum Ort Villar de Gallegos weiter, wo wir nur ein kleines Stück über die Lokalstraße in Richtung Cenera über den Hinweg laufen müssen, bis wir das Erholungsgebiet El Cantu erreichen.

PR AS-39

*In diesem Tal voller kleiner Ortschaften, Stammhäuser, Weinlager, Sidererías und Ausflugslokale befindet sich das Sanktuar San Cosme und San Damián, dessen Wallfahrt am 27. September vom spanischen Liedermacher Victor Manuel mit "La Romería" besungen wurde*



#### Dauer

Rundgang. 5 – 6 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-66 Richtung León und in Mieres die Ausfahrt Santullano – Figaredo und die AS-242 nehmen. In Santullano rechts nach Valdecuna abbiegen und hier in Richtung des Erholungsgebietes El Cantu weiterfahren, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Cenera. Palast der Bernaldo de Mirandas (ausgehendes 16. Jh.).  
Palast der Cacheros (18. Jh.).

Gallegos. Haus der Mirandas (18. Jh.).

Insierto. Sanktuar San Cosme und San Damián (Anfang 18. Jh.).

Valdecuna. Palast der Vázquez de Prada (16. Jh., im 18. Jh. umgebaut).

Villarejo. Palast des Vicomte von Heredia (17. und 18. Jh.).

## Senda de Valdesoto

### Valdesoto-Pfad



#### Beschreibung der Route

**Westlicher Abschnitt.** Wir starten an der genannten Pfarrkirche, in Richtung des Viertels La Rotella, bis wir an die SI-16 stoßen, die nach Carbayín führt. Diese Straße führt uns an einen kleinen Tunnel, der unter der Eisenbahnlinie in Les Llamargues hindurchführt, von wo aus wir bergauf nach Pando und Corpos laufen, wo man eine schöne Aussicht hat.

Wir begeben uns die Landstraße AS-246 (die als "La Carbonera" bekannt ist) bergabwärts und fahren fort bis La Charca, wo wir einen Abzweig hinab zu dem Fluss Los Bayos einschlagen, bevor wir uns wieder bergauf zu den Dorf Tablao begeben, in dem eine herrliche Elbe zu bewundern ist. Von hier aus nehmen wir den Weg bis Bendición, wo wir die Brücke über den Bendición überqueren und links Richtung Laspra abbiegen und den Weg nach Tiroco einschlagen. An der Kreuzung zwischen Tiroco und Llorianes biegen wir in Richtung Tiroco de Arriba ab, wo man eine herrliche Aussicht und ein Erholungsgebiet vorfindet. An dem ersten Abzweig, bevor wir auf die SI-8 stoßen, nehmen wir einen Weg, der uns bis zur Quelle "La Malata" führt. Über den Weg der Quelle biegen wir links in Richtung La Piniella ab, bis wir an eine Kreuzung gelangen, wo wir nach Faes abbiegen, das sich bereits nah der Kirche von Valdesoto befindet, dem Endpunkt unserer Route.

PR AS-202

*Rundgang mit einer Gesamtstrecke von rund 30 km, der sich in zwei Abschnitte (Ost und West) aufteilt und an der Kirche von Valdesoto beginnt und endet. Er verläuft durch die gleichnamige Gemeinde im schönen Bezirk Siero, durch eine herrliche Landschaft mit sanften Hügeln, wilden und gemähten Wiesen und hübschen Dörfern mit interessanten Exemplaren typischer Bauernhäuser, Villen und Landkirchen. Diese Tour kann auch mit dem Mountainbike gemacht werden.*

**Östlicher Abschnitt.** Von der Pfarrkirche in Valdesoto aus nehmen wir die Hauptstraße bis in Richtung des Viertels Leceñes. Weiter geht es nach Piniella und das schöne Llorianes. Danach überqueren wir die SI-8 in Les Casos Nuevos und gelangen weiter über die Landstraße bis zu einem Weg in Richtung des Erholungsgebietes "La Fontica" und zu dem hübschen Dorf Negales. Wir kommen am Weg nach El Castañeu aus, um bergauf nach Castiello zu laufen, an dessen Ende wir auf den Rundgang über den gleichnamigen Berg stoßen. Zurück in Castiello begeben wir uns bergab bis zum Erholungsgebiet La Tejera und weiter bis Faeo, Cotiellos und Leceñes.

Später geht es bergauf bis Valbis und von hier aus nach links über die Landstraße, bis wir an die erste Kreuzung gelangen, an der wir den Weg einschlagen, der bis zum Berg La Arquera hinabführt. Von hier aus begeben wir uns Richtung L'Andia und nähern uns allmählich dem Ende unserer Route, und über die SI-12 treten wir auf der Höhe der Königskapelle (Capilla de los Reyes) in Valdesoto ein.



#### Dauer

Rundgang. 4 Stunden für jeden Abschnitt.  
Länge: ca. 14,5 km pro Abschnitt.

#### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo nehmen wir die Autobahn A-66 in Richtung Gijón und kurz darauf die A-64 in Richtung Santander, die wir an der Ausfahrt Langreo-Noreña über die AS-246 verlassen. Wir fahren weiter Richtung Bendición, wo wir die Kommunalstraße SI-8 bis Valdesoto einschlagen. Von Gijón aus über die AS-1 in Richtung

Mieres. Wir nehmen die Abfahrt auf der Höhe von Bendición, um uns von dort aus nach Valdesoto zu begeben.

#### Sehenswerte Orte

Kirche San Esteban (Aramil), romanisch, 12. Jh. Argüelles-Palast (Celles), 16.-17. Jh. Kirche San Martín (Vega de Poja), vorromanisch (9.-10. Jh.), im 13. Jh. verändert (romanisch).

Palast des Markgrafen von Canillejas (Valdesoto), barock, 18. Jh.

Römerbrücke (Colloto) über en Nora, die wahrscheinlich schon seit dem 4. Jh. existiert.

## Camín de Careses

### Camín de Careses



PR AS-216

Es handelt sich um einen Rundgang innerhalb der Gemeinde San Martín de Vega de Poja, die über drei Dörfer und vorbei an mehreren Quellen führt und dabei zumeist über alte Wege durch eine Landschaft geht, die uns sicherlich ein Genuss sein wird. Die Naturlandschaft Peña Careses, der diese Route ihren Namen zu verdanken hat, befindet sich im Bezirk Siero (Zentralasturien). Seines eigentümlichen Profils wegen wird dieser Gipfel von den Einheimischen "Die Sphinx" oder "Die Mumie" genannt.



#### Beschreibung der Route

Der Weg nimmt seinen Ausgang direkt in der Hauptstadt des Bezirks, Pola de Siero, im Viertel El Rebollar, in der Nähe des städtischen Schwimmbads, und führt hinauf in das Viertel La Cuesta. An der ersten Kreuzung biegen wir rechts in einen Weg ein, der nach Samartino und El Tochal führt, von wo aus wir auf eine Kommunalstraße gelangen, die in die AS-248 mündet, die wir aber nicht einschlagen. Stattdessen biegen wir vorher einen Weg rechts ein, der uns nach La Eria bringt, mit einem Erholungsgebiet und von wo aus man einen schönen Blick auf den Ort und die kantabrische Bergkette hat.

An der nächsten Kreuzung biegen wir links ab. Nach einem kurzen Aufstieg erkennt man den Castiellu-Gipfel und den Careses-Fels. Danach gelangen wir nach Campuxu, mit einer Kreuzung, an der wir die freie Wahl zwischen den beiden Alternativen nach Villanueva haben (der Weg links ist etwas länger). Über die Landstraße, die hinauf nach Villanueva führt, zweigen wir links entlang der Umriss des Careses-Fels ab, bis wir zur "Fuente de les Xanes" kommen. Von diesem Brunnen, dessen Namen auf eine Wasser-Fee der asturianischen Mythologie anspielt, geht ein Wegstück ab, das bis auf den Gipfel des Felsen führt.

Wir marschieren weiter bis Ordiales, gelangen nach Les Casuques und laufen weiter bis zur Landstraße AS-248, die wir überqueren, um einen Weg einzuschlagen, der uns in den Ort Muncó bringt. Von dort es geht es weiter über Valle, bis an die Kreuzung von La Teya, wo wir den Weg nehmen, der hinab in das Gebiet von Villar führt.

Von hier aus gelangen wir über einen wunderschönen Weg nach La Cabaña, wo man erneut die AS-248 überqueren muss, um nach La Cuesta zu wandern, wo wir bereits vorher vorbeigekommen sind und von wo es nach El Rebollar geht, unserem Ausgangs- und in diesem Fall auch Endpunkt.

#### Dauer

Rundgang. 4 Stunden.

#### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo nehmen wir die Autobahn A-66 in Richtung Gijón und kurz darauf die A-64 in Richtung Santander bis zur Ausfahrt Pola de Siero. Von Gijón aus nehmen wir ebenfalls die A-66 in Richtung Oviedo und zweigen kurz vor der Hauptstadt von Asturien auf die gleiche A-64 bis Pola de Siero ab.

#### Sehenswerte Orte

Kirche San Esteban (Aramil), Romanik 12. Jh.

Palast der Argüelles (Celles), 16.-17. Jh.

Kirche San Martín (Vega de Poja), vorromanisch (9.-10. Jh.) mit Umbauten aus dem 13. Jh. (Romanik).

Palast des Markgrafen von Canillejas (Valdesoto), barock, 18. Jh.

Römerbrücke (Colloto) über den Nora, die bereits seit dem 4. Jh. existiert.

## Foces del Río Pendón

### Foces del Río Pendón



PR AS-45

*Zirkelförmige Route mittlerer Schwierigkeitsgrad die in der Apfelwein herstellenden Gemeinde Nava liegt und sehr nah an den Anlagen der Getränkeabfüllung einer bekannten Mineralwasserfirma ist. Die Route bietet uns eine sehr attraktive ländliche Landschaft an.*



#### Beschreibung der Route

Der Wanderweg nimmt in Fuensanta seinen Anfang. Neben dem alten Kurort beginnen wir in Richtung Süden zu wandern, wir überqueren die Brücke über dem Prá-Fluss und dann biegen wir nach rechts ab, um einem aufsteigenden Fußweg zu folgen.

Nachdem wir die erste Kreuzung erreicht haben, haben wir zwei Möglichkeiten: entweder gehen wir nach rechts über Tableau oder nach links über Los Fornos. Falls wir links gehen, steigen wir bis Los Fornos auf und danach durchqueren wir das kleine Grünland, das uns bis einem in Fels gezogenen Pfad führt. Wir wandern an der Schlucht entlang bis Pendón, wo wir wunderschöne Aussichten genießen können.

Auf dieser begeisterten Strecke dringen wir in den schönsten Teil von les Foces ein. Bei der Wasserfassung überqueren wir das kristallklare Wasser nach links und wandern wir zwischen dem rechten Bach, dem Bomalu, und dem linken, dem Pendon. Wir gehen durch einen hundertjährigen Buchen- und Eichenwald weiter, und überschreiten eine Brücke, um einem gepflasterten Fußweg zwischen üppigen Haselbüschen und Eichen zu folgen.

Beim Aufsteigen lassen wir hinter uns eine der schönsten Landschaften Asturiens, die im Laufe der Jahrhunderte wild und unberührt geblieben ist. Nachdem wir el Colláu de la Boca de la Cana erreicht haben, fangen wir an, zu el Mayau Pastor abzustiegen, einer Weide mit schönen Hirtenhütten.

Von der Quelle El Faeu können wir einen großen Teil von der Apfelwein herstellenden Gemeinde übersehen."

Wenn wir dem Fußweg folgen, können wir eine schöne Landschaft betrachten, in der die Dörfer Grátilla, Piloñeta, Ovín und Buyerés sowie das Tal von Fuensanta zu erkennen sind.

#### Dauer

Rundgang. 3 – 4 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66, dann über die A-64 in Richtung Santander, die wir verlassen werden, um in der Nähe von Lieres in Richtung Nava und dann bis El Empalme die N-634 zu nehmen. Hier nach rechts nach Fuensanta nehmen. Einfahren, als wollte man in das Abfüllwerk gelangen, die Brücke links überqueren und das Auto auf dem Parkplatz lassen.

#### Sehenswerte Orte

Das Museo de la Sidra de Asturias (Apfelweinemuseum) befindet sich in der kleinen Stadt Nava. Das Ziel des Museums ist, das charakteristische asturianische Getränk bekannt zu machen und zu fördern.

Palacio de la Ferrería. Stammt aus dem XIV.Jh. Er erhält selbst nach späteren Umbauten noch seinen ursprünglichen Festungsturm. In diesem Gebäude gab es eine Stichwaffenfabrik aus welchem Grunde es sich La Ferrería (Eisenhütte) nennt.

## Senda Los Molinos

### Route Los Molinos

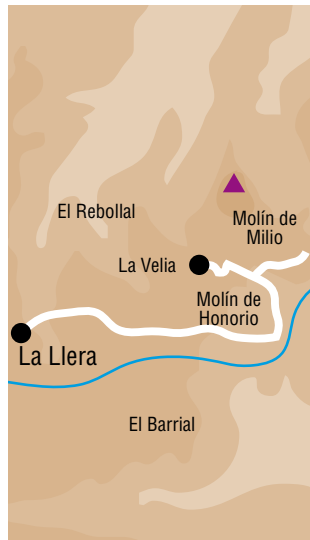


PR AS-141

#### Beschreibung der Route

Die Ortschaft La Llera ist der Anfang unserer Tour. Bevor haben wir die gleichnamige Brücke überquert und sind auf eine Informationstafel über die Route gestoßen. Eine kleine Parkfläche ist für die Wanderer verfügbar. Einige Minuten, nachdem wir den Fluss überquert haben, werden wir die ersten Mühlen sehen, die der Grund für diese Route sind: el Molín de Barrial, el Molín de Flora, el Molín del Ferreru oder el Molín de Máxima. Nach einem leichten Aufstieg dringen wir in den Wald ein, wo wir interessante autochthone Pflanzenarten wie z.B. Kastanien, Haselbüsche, Eichen und Stechpalmen entdecken werden. Ebenso werden sich die überraschenden Spitzen der Sierra de Peñamayor zwischen den Blättern und durch die Lichtungen spüren lassen. Nach einigen Kilometern und schon nah am Ziel werden wir el Molín von Milio vorfinden, die völlig restauriert und hergerichtet ist, um den Besuchern auf eine einfache Weise zu erklären, welche Werkzeuge und welche Laufwerke die asturische Mühltradition benutzt hat. Dies ist ein sehr guter Ort um sich auszuruhen und wieder an Kraft zu gewinnen. Das Geräusch des Wassers wird uns sicher helfen, locker zu werden, bevor wir den Aufstieg zur letzten Mühle der Route anfangen. Indem wir einem gut gekennzeichneten Hin- und Rückweg folgen, werden wir an el Molín von Honorio ankommen, ein schönes Gebäude zu Füßen einer beeindruckenden Schlucht, die der Fluss im Laufe der Zeit bewirkt hat. Wir sind nur einige Meter entfernt von La Veña, unserem Zielort. Über den gleichen Weg werden wir nach La Llera zurückfahren.

*Es ist eine überraschende Route durch autochthone Wälder, entlang welcher wir neben einer sehr schönen Flora zahlreiche Beispiele bürgerlicher Architektur entdecken können, wie die Wassermühlen, die an der Route entlang zu finden sind. Eine dieser Mühlen kann teilweise besucht werden.*



#### Dauer

3 Stunden hin und zurück

#### Anfahrt

Von Oviedo aus über die A-66 und dann über die A-64 in Richtung Santander fahren, und bei Lieres die N-634 Richtung Nava nehmen. Wenn man den Stadtkern von Nava erreicht hat, nimmt man die AS-251 Richtung Bimenes und nachdem man Martimporra, die Hauptstadt jener Gemeinde, hinter sich gelassen hat, fährt man bis Rozaes und von da aus nimmt man eine kleine Straße, die nach la Llera führt.

Von Gijón aus wäre es die gleiche Fahrstrecke aber über die A-8 bis die Umlenkung in die N-634 bei Lieres fahrend.

#### Sehenswerte Orte

Museum "Casa de les Radios"

Interessante Ausstellung in Suares, in der Sie alles über die Welt des Rundfunks lernen können und die Ihnen gleichzeitig ermöglicht, den Besuch eines einzigartigen Gebäudes in einer idyllischen Umgebung zu genießen.

## Ruta Hoces del Pino

### Route Hoces del Pino



PR AS-31

#### Beschreibung der Route

In El Pino beginnen wir unseren Marsch links am Dorf vorbei, über eine Brücke über den Pinos. Nach etwa 3 Minuten stoßen wir rechts auf eine Quelle, neben der ein Weg abgeht, über den wir an eine Kreuzung neben den Resten eines alten Wasserkraftwerks kommen. Hier nehmen wir den linken Weg und überqueren den Fluss erneut über eine Steinbrücke, bis wir an die Engpässe Hoces del Pino kommen. Rechts von uns Richtung bergauf können wir am anderen Hang die Reste einer ehemaligen Bergbaugrube erkennen.

Am Ende der Engpässe kommen wir an eine Gabelung, an der wir links bergauf bis zu einem Weg gehen, der zwischen Viesen verläuft und sich in einen Buchenwald begibt, bevor er am Pferch Caniella mit einer guten Quelle auskommt. Von hier aus müssen wir den gleichnamigen Pass mit guter Aussicht aufsteigen. Vom Caniella-Pass gehen wir weiter Richtung S bis zum Pass Mamergona, der sich an ihrem Unterstand erkennen lässt. Von hier aus gelangen wir leicht bergauf den Bergpass des Cotaón, dem höchsten Punkt unserer Route, der eine herrliche Aussicht bietet. Ab diesem Moment geht es zwischen Buschwerk bergab bis zur Vega de la Reina und von hier bis zum nahe gelegenen Mesón de Vegarada.

*Durch das Aushöhlen der Kalkfelsen durch das Wasser entstehen Täler, Karstphänomene, Höhlen und Engpässe. Diese Route verläuft über zwei Beispiele dieses Erosionsprozesses im Bezirk Aller, dem Zentralgebirge Asturiens.*

Nunmehr bereits in der Nähe des letzten Abschnitts marschieren wir bergab durch die schöne Landschaft des Vegarada-Tal bis zu dem Ort Río Aller. Von hier aus gehen wir ein kurzes Stück über die Landstraße zu den Hoces del Río Aller, dem zweiten Engpass dieser Route, der in den Ort La Paraya, dem Ziel unseres Weges, mündet.



#### Dauer

6-7 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder zwei Autos, eins am Anfang und eins am Ende der Route, oder muss das Fahrzeug auf andere Weise wieder abholen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-66 Richtung León über Mieres. An der Ausfahrt Ujo und Moreda (Bezirk Aller) bis Moreda über die AS-112. Hinter der Bezirkshauptstadt Cabañaquinta weiter bis zum Ort El Pino, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Soto de Aller (Aller). Reste der Burg von Soto (11. Jh.).

Serrapio (Aller). Romanisch Kirche San Vicente (12. Jh.).

Santibáñez de la Fuente (Aller). Spätromanische Kirche S. Juan del Río (13. Jh.). Eibe von Santibáñez; Naturdenkmal.

Bustiellos (Mieres). Bergarbeiterdorf Bustiello (1894-1920). Industriedenkmal.





## HOCES DEL PINO

Zwischen Gesteinen und Flussufer befindet sich der Pfad, der uns eine angenehme Route geniessen lassen wird

## Las Cercanías del Cielo

### Route durch die Himmelumgebung



PR AS-197

*Ruta de las Cercanías del Cielo (Route durch die Himmelsnähe). P. R. (Kurzer Weg) AS-197. Wunderschöne Route durch Sariego, kaum bekannter Bezirk im Zentrum Asturiens, zwischen der Küste und den Bergen, so dass wir beim Durchstreifen traumhafter Landschaften schöne Aussichten auf beide Regionen genießen können. Die Bürgergemeinschaft von Sariego wurde 2006 mit dem Preis für das Vorbildlichste Dorf Asturiens ausgezeichnet, der jedes Jahr von der Stiftung Príncipe de Asturias vergeben wird.*



### Beschreibung der Route

Die Route beginnt an der Starttafel im Park La Vega (Hauptstadt des Bezirks bzw. der Gemeinde Sariego). Der Weg führt uns bis Canal, wo wunderschöne Exemplare der traditionellen asturischen Bauweise zu bewundern sind, bevor es weitergeht bis Villar. Im Anschluss an diesen Ort fängt der ländlichste Teil mit der besten Aussicht des Weges an.

Ein kurzes Stück bergauf bringt uns auf die Fayuca-Anhöhe. Von diesem Punkt aus geht es weiter über einen Landweg, der parallel zu einem Pinienwald und durch die Gebiete Pozo los Lobos, La Biesca, Reonda, El Campu und Les Cruces verläuft. Den gesamten Weg über hat man eine herrliche Aussicht auf Sariego, das Sueve-Gebirge und Peñamayor bis hin – an günstigen Tagen – zu den wilden Picos de Europa.

Nach dem Pinienhain führt uns die Ausschilderung zum Erholungsgebiet Perriellos. Ein paar Minuten Marsch, und der Weg verläuft über schmale Pfade und Wiesen, über denen man mit etwas Glück den eleganten Flug der Adler in der Höhe ausmachen kann.

Kurz vor dem Ende der Route können wir von der Anhöhe La Campa und ihrem Erholungsgebiet aus erneut die unvergleichliche Landschaft des Boiges-Tals bewundern, in dem die vorromanische Kirche und das Kloster Valdedios stehen und die Flussmündung von Villaviciosa und das kantabrische Meer auszumachen sind. Die Rückkehr erfolgt über den gleichen Weg, in umgekehrter Reihenfolge

### Dauer

4 Stunden hin und zurück.

### Sehenswerte Orte

Kirche Santa María (Narzana), romanisch, 12. Jh., im 20. Jh. saniert.

Kirche Santiago el Mayor (Sariego), vorromanischen (9.-10. Jh.) und romanischen Ursprungs (12. Jh.).

### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo nehmen wir die Autobahn A-66 in Richtung Gijón und kurz darauf die A-64 in Richtung Santander. Auf dieser bleiben wir bis zu der Ausfahrt vor dem Fabares-Tunnel, die in die AS-113 mündet, von der wir in Richtung La Vega abzweigen. Von Gijón aus fahren wir Richtung Osten über die A-8, die sog. Kantabrische Autobahn, und auf der Höhe des Bezirks Villaviciosa biegen wir ab, um auf die A-64 in Richtung Oviedo zu fahren, von der wir gleich nach dem Fabares-Tunnel abfahren, um uns nach La Vega zu wenden.

## Allerana de las Brañas

### Allerana de las Brañas

#### Beschreibung der Route

In Felechosa nehmen wir einen Weg der Wallfahrtskapelle Virgen de la Antigua, der bergauf dem Verlauf des Fresno folgt. An Penas Cutias (mit drei Brücken, einem Tunnel und einem Wasserfall) gehen wir am rechten Ufer des Bachs weiter, überqueren zwei weitere Brücken, bis wir an die Braña Gamonal, der ersten auf dieser Route, gelangen. Anschließend begibt sich der Weg in eine schmale Schlucht, an deren Ende wir den Felguera-Pass erreichen, der von den Pferchen Caserón und Mayáin flankiert wird. Quer über letzteren kommen wir direkt nach Fito Felguera, das sich an einem natürlichen Markstein erkennen lässt. Von hier aus gelangen wir Richtung O unter dem hang des Retriñón (1.862 m) entlang an den Pferch La Valencia, von wo aus wir uns in das Valle de Chirrián begeben. Der Pfad wird in Richtung El Otero, einer wunderschönen Alm mit Quelle, allmählich flacher. Von hier aus wandern wir weiter bis zur nächsten Alm in der Nähe, Ordieras, und leicht bergab zur nächsten, La Tabierna, auf dem höchsten Punkt der ganzen Route.

Nunmehr immer bergab erreichen wir La Chomba und gehen am rechten Ufer des Bachs Cuervo weiter. Der Weg überquert ihn und begibt sich in einen Buchenwald, an dessen Ende wir die Alm Navaloz, am Eingang zum Cellero-Tal, erreichen. Von hier aus führt der Weg am linken Ufer weiter und erreicht nach kurzem Aufstieg die Almsiedlung La Campona, nach der er wieder zwischen Hütten und Weiden über die Almen Cellero und Cuadrazos bis zum Ende der Route, dem Erholungsgebiet Fuente de Cuevas, mit dem gleichnamigen Quell, bergab führt.

PR AS-30

*Ein Großteil des Bezirks Aller gehört zu Hoch- und Mittelgebirge, in dem ebenso wie im restlichen Asturien Jahrhunderte lang Wanderschäferei zwischen den hohen Weiden im Sommer und den tiefen Tälern im Sommer betrieben wurde. Die Reihe von "brañas" oder Sommersiedlungen auf dieser Route zeigt nicht nur große Schönheit sondern auch, wie verbreitet diese Praxis in diesem Bezirk war.*



#### Dauer

5-6 Stunden. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder zwei Autos, eins am Anfang und eins am Ende der Route, oder muss das Fahrzeug auf Weise wieder abholen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-66 Richtung León über Mieres. An der Ausfahrt Ujo und Moreda (Bezirk Aller) bis Moreda über die AS-112. Hinter der Bezirkshauptstadt Cabañaquinta weiter bis Felechosa, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Soto de Aller (Aller). Reste der Burg von Soto (11. Jh.).

Serrapio (Aller). Romanisch Kirche San Vicente (12. Jh.).

Santibáñez de la Fuente (Aller). Spätromanische Kirche S. Juan del Río (13. Jh.). Eibe von Santibáñez; Naturdenkmal.

Bustiellos (Mieres). Bergarbeiterdorf Bustiello(1894-1920).Industrie-denkmal.

## Ruta de los Arrudos

### Route der Arrudos

#### Beschreibung der Route

Ausgehend vom unteren Teil des Ortes Caleao nehmen wir den Weg, der bis zur nahen Wallfahrtskapelle San Antonio führt, wo wir weiter bis zum Pferch Cotu Fresno gehen und hier den tieferen Pfad in der Nähe des Flusslaufs in Richtung des Engpasses, den der Arrudos ausgebildet hat, nehmen. Der Weg führt bis zu alten Eisenminen und überquert den Fluss über die Calabaza-Brücke, ab der er entlang des Abschnitts mit dem Namen La Escalera über große Steine bergauf führt. Dieser Abschnitt mündet auf die Weide Colladín, wo der nunmehr bequemere Weg durch eine wunderschöne Landschaft aus Buchen- und Eichenwäldern verläuft.

Schließlich gelangen wir an La Fontona (1944), dem Punkt, an dem das Wasser für Gijón entnommen wird. Wenn wir uns entscheiden, weiter bergauf durch das Tal zu gehen, durchqueren wir den Buchenwald Los Arrebellaos und kommen in einer halben Stunde an die Alm Roxecu. Auf dem Rückweg empfehlen wir, auf dem Stück der Treppe aus Steinplatten vorsichtig zu sein, weil sie in nassem Zustand rutschig sein können.

PR AS-61

*Eine der klassischen Routen durch den Naturpark Redes, die durch einen Engpass mit reichen Wasserfunden verläuft.*



#### Dauer

8 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 Richtung León und nach rund 6 km den Abzweig nach Langreo und Olloniego über die AS-244 nehmen. Weiter bis Langreo, wo wir die AS-17 zum Naturpark Redes nehmen, bis wir über den Staudamm von Tanes gelangen, an dessen Ende wir rechts in Richtung Caleao abbiegen. Kurz vor diesem Dorf liegt unser Ausgangspunkt.

#### Sehenswerte Orte

Caleao (Caso). Kirche Sta. Cruz la Real (16. Jh.). Retabel mit Schwarzer Mutter Gottes.

Tanes (Caso). Bienenzuchtmuseum, wo man lebendige Bienenhäuser betrachten kann.

Campo de Caso (Caso). Empfangszentrum des Naturparks Redes.

Beneros (Caso). Holzmuseum. Ethnographie des Holzes und der typischen Holzschuhe "madreñes".

Pendones(Caso). Holzschuhwerkstatt. Kunsthandwerk zum Zusehen.

Rioseco (Sobrescobio). Haus des Wassers.

El Entrego (San Martín del Rey Aurelio). Bergbaumuseum Asturien.



WINTERWEG ÜBER PEÑA MAYOR (Laviana)

Mit angemessener Ausrüstung haben wir auch in der kalten Jahreszeit die Möglichkeit, die Schönheit der Berge zu genießen

## Ruta Brañagallones

### Route Brañagallones



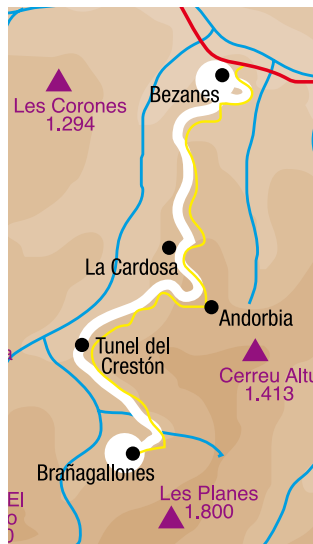
PR AS-66

#### Beschreibung der Route

In Bezares (675 m) nehmen wir einen reinen Forstweg, der bis zur Alm kontinuierlich ansteigt. Kurz darauf kommen wir am Texu l'Oración mit Blick auf das Flusstal des Monasterio und des Nalón vorbei. Wir gehen weiter bergauf vorbei an kleinen Almen am Wegesrand, wie El Fondín, Biaíz (1.100 m) und Grandiella (1.180 m). Nach letzterer gehen wir durch einen leinen Tunnel durch den Felsen El Crestón, wo wir ebenfalls einen guten Rundblick auf Brañagallones zwischen dem Gebirge Pintacanales und Les Pries, dem Buchen- und Stechpalmenwald und dem Ursprung des Flusses Monasterio haben.

Vom Tunnel des Crestón gelangen wir in wenigen Minuten an unser Ziel, wo wir die weite Hochebene von Brañagallones (1.225 m) genießen oder wahlweise kleine Ausflüge durch den Redes-Wald zu anderen Nachbaralmen wie La Roza (1.300 m) und Mericueria (1.380 m) oder Cantu del Osu (s. S. 80) unternehmen können.

Diese Route begibt sich in einen der emblematischen Orte des Naturparks Redes (MAB), den Buchenwald, der dem Park seinen Namen verleiht und der mit seinen 585 ha zu den größten Asturiens gehört. Die Alm verdankt ihren Namen den "gallones" oder Auerhähnen, denn der Wald bietet den idealen Lebensraum für diese bedrohte Tierart.



#### Dauer

7 – 8 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 Richtung León und von dort über die AS-244 ab Richtung Langreo und Olloniego über die AS-244. In Langreo über die AS-17 zum Naturpark Redes. Nach der Bezirkshauptstadt Campo de Caso fahren wir weiter bis zum Ort Bezares, wo wir losgehen.

#### Sehenswerte Orte

El Campu (Caso). Empfangszentrum zum Naturpark Redes.

Tanes (Caso). Bienenzuchtmuseum, wo man lebendige Bienenhäuser betrachten kann.

Beneros (Caso). Holzmuseum. Ethnographie des Holzes und der typischen Holzschuhe "madreñes".

Pendones (Caso).

Holzschuhwerkstatt. Kunsthandwerk zum Zusehen.

Rioseco (Sobrescobio). Haus des Wassers.

El Entrego (San Martín del Rey Aurelio). Bergbaumuseum Asturien.

## Camino Real del Sellón

### Alte Heerstraße des Sellón



GR 102-2

*Camino Real del Sellón (Alte Heerstraße des Sellón). G. R. (Langer Weg) 102-2. Es handelt sich hierbei um eine der alten Haupt- oder Heerstraßen, die, vielfach unter Nutzung einstiger Römerstraßen, Asturien und Kastilien über die Kantabrische Bergkette miteinander verbunden. Der Weg verläuft vollständig durch den Bezirk Caso, eine der historischen Berggegenden Zentralasturiens, die es verstanden hat, ihre Kunsthandwerks-, Musik- und Viehzuchttraditionen zu wahren, ohne die Erneuerungen zu verpassen, die der Fremdenverkehr und der Umweltschutz in die ländlichen Gegenden gebracht haben. Naturpark Redes, Biosphärenreservat, wichtigen Gemeinschaftsort und Vogelschutzgebiet.*

Sie nimmt ihren Ausgang an der Grenze zur Provinz León, am Tarna-Pass. Von hier aus geht es bergab bis zum Bezirk Caso. Wir kommen am Quell des Nalón vorbei, und gehen später quer über mehrere Pferche. Danach führt uns der Weg über die Landstraße zu den Gewässern Los Forcos, bis wir nach Tarna gelangen.

In Tarna marschieren wir hinauf zu den alten Schulen, von wo aus es bergauf auf die Texéu-Aue, am Hang des Gebirges Les Tables, geht. Von hier aus begeben wir uns zum Paréu-Pass, den wir überwinden, bis wir nach Vega Baxo gelangen. Von hier aus geht der Waldweg ab, der uns zum Dorf Pendones führt, wo wir die Holzschuh-Werkstatt besichtigen können. Von Pendones aus gehen wir bis zum Dorf La Foz. Nach diesem Abschnitt lassen wir den Fluss zur Linken und laufen weiter bis Bezares. Weiter geht es bis kurz vor Soto de Caso, an dessen Ortseingang wir die Kommunalstraße in Richtung Belerda einschlagen, von der ein Weg rechts abgeht, der uns bis zur Aue Santumis bringt, wo der Weg rechts abbiegt, um den Nalón über die Römerbrücke in Campo de Caso zu überqueren und Rast zu machen. Von hier aus geht es weiter zum Moño-Pass, wo ein Weg links abgeht, der bergab vorbei an einem alten Leprahospiz führt. Wir kommen an dem alten Gasthof Les Lleres vorbei und marschieren weiter bergab, bis wir auf den Orlé treffen und nach Candín kommen, von wo aus wir hinauf zum sonnigen Govezanes marschieren. Kaum mehr als 3 km weiter gelangen wir über einen bequemen Weg an den Amicio-Pass, wo wir vom Nalón-Tal in das Piloña-Tal wechseln.

Nach rund 800 m über die Straße schlagen wir erneut den alten Weg ein, um das Flusstal des Pandotu zu betreten, wo noch Reste des alten Rasthauses zu sehen sind. Nach einem Abschnitt entlang zur Rechten bis gehen wir weiter bis zum Pferch Lliar, wo wir auf zwei Wege stoßen. Wir schlagen den weniger gut erkennbaren ein, der geradeaus nach oben führt. Dieser führt uns zu mehreren Weiden, von denen aus man das Dorf Tozo erkennen kann, das letzte des Bezirks Caso und das Ende der Route.



#### Dauer

10 Stunden. Diese Route gilt mit knapp 40 km Länge als "Langer Weg" (Sendero de Gran Recorrido (L.W.)), so dass sich empfiehlt, sie in zwei Etappen aufzuteilen: von Tarna bis Campo de Caso und von Campo de Caso bis El Tozo.

Mieres, bis zur Abfahrt auf der Höhe von Riaño in Langreo, wo wir die AS-17 in Richtung Tarna einschlagen.

#### Sehenswerte Orte

Holz-Museum (Veneros) und Madreña-Holzschuh-Werkstatt (Pendones).

Erklärungszentrum des Naturparks Redes (Campo de Caso).

Naturdenkmal der Höhle Cueva Devoyu (am Fuße der AS-17, in der Nähe von Campo de Caso).

Stiftskirche Santa María la Real (Tanes)

#### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo nehmen wir die Autobahn A-66 in Richtung Gijón und kurz darauf die A-64 in Richtung Santander, von der aus wir auf die AS-17 in Richtung Langreo einschlagen. Wir bleiben auf dieser Straße, bis wir in Tarna angelangen. Von Gijón aus nehmen wir die AS-1 in Richtung

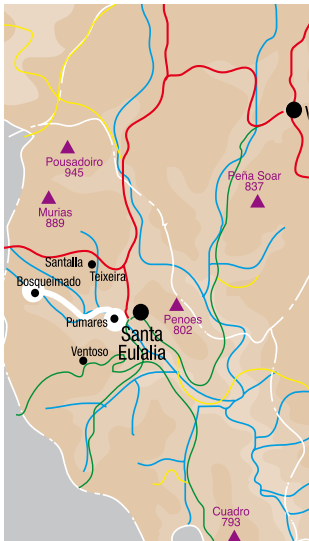
## Sendero del Pienzu

### Pienzu-Pfad



PR AS-71

Der Gipfel Pienzu (1.161 m) ist die höchste Kote des Naturschutzgebiets Sierra del Sueve. Dank dieser Tatsache und der Nähe zur Küste (5 km) hat man von seiner Spitze eine spektakuläre Aussicht. Unter der Fauna dieses Raumes ist die (ursprünglich nicht einheimische aber perfekt angepasste) Gämse und insbesondere die sagenumwobene autochthone Pferdeart Asturcón, die bereits vor über 2.000 Jahren schriftlich erwähnt wurde, hervorzuheben.



### Beschreibung der Route

Auf der Anhöhe Alto de la Cruz de Llames oder El Fito (597 m) nehmen wir den Weg, der von der gegenüberliegenden Seite der Aussichtswarte aus zwischen Pinienwäldern bergab bis in buschiges Gelände führt. Der Weg säumt die Hänge bis zum Pferch von Bustacu mit einer Quelle. Ab hier wird er steiler und führt zum Pferch Mergullines (870 m), wo die geschätzte Quelle Brañafondera sprudelt. Wir marschieren weiter aufwärts zwischen Weideland und Gebüsch bis zum Pferch von Beluenzu, der eine schöne Aussicht bietet. Hier beginnt der letzte Abschnitt, der im Zickzack bis zum Gipfel führt.

An klaren Tagen ist die Aussicht spektakulär und reicht von Torrecerredo, dem höchsten Berg Asturiens mitten im Zentralmassiv der Picos de Europa, bis zum Küstenstreifen mit Llanes im O und Gijón im W und über alle Dörfer und Täler des Inlands Ostasturiens.

### Dauer

5 – 6 Stunden.

### Anfahrt

Von Oviedo über die A-8 und dann über die N-634 bis Ariondas. Von hier aus über die AS-260 Richtung Colunga bis zum Aussichtspunkt El Fito, wo wir losmarschieren.

### Sehenswerte Orte

Cofiño. Romanische Kirche S. Miguel und Palast.

Gobiendes (Colunga). Santiago de Gobiendes (10. Jh. mit Umbauten aus dem 17. Jh.).

Lastres (Colunga). Historisches Viertel und Hafen. Kirche Sta. María de Sádaba (18. Jh.).

Villanueva (C. de Onís). Kloster S. Pedro (12. Jh.), Parador-Hotel.

## Taranes - Valle Moru

### Taranes – Valle Moru



Der Bezirk Ponga hat große Naturschätze (Teilweises Naturreservat Peloño), Peña Ten – 2.140 m – und Peña Pileñes – 2.012 m), ethnographische (Holzhandwerkskunst), kulturelle (die Ortsnamen Taranes und Beleño kommen und Taranis und Belenos, dem keltischen Donner- bzw. Kriegsgott) und gastronomische (handgemachter Beyos-Käse) Werte vorzuweisen. Die Route führt uns zu einem verlassenen Dorf in einem vergessenen Tal dieses schönen Bezirks.

### Beschreibung der Route

In Taranes geht ein Weg Richtung NW ab, der bis zum Pass von Taranes reicht. Von hier aus umsäumt der Pfad den Taranes und führt anschließend zu den Hütten von Lué mit einer Quelle hinauf. Der Weg geht weiter bergab bis zu einer Kreuzung mit Hütten, an der wir uns nach Links wenden und den Fluss Valle Moru überqueren. Nach einem kurzen Aufstieg gelangen wir zu dem verlassenen Dorf Valle Moru. Der Rückweg erfolgt über die gleiche Strecke.

### Dauer

8 – 9 Stunden hin und zurück.

### Anfahrt

Von Oviedo über die A-8 Richtung Santander und dann über die N-634 bis Ariondas. Von hier aus über die AS-625 bis zur Brücke Los Grazos. Hier biegen wir rechts auf die AS-261 nach Taranes ab, wo wir losmarschieren.

### Sehenswerte Orte

Taranes (Ponga). Kirche Sta. María (18. Jh.).

San Juan de Beleño. Bezirkshauptstadt. Auf der Straße nach Sobrefoz, Aussichtspunkt über das Tal.



## Bosque de Peloño

### Wald von Peloño



PR AS-116

#### Beschreibung der Route

Vom Pass Les Bedules aus beginnen wir, Richtung S zu marschieren. Neben der Quelle bzw. Tränke gehen wir am Abzweig nach rechts vorbei und weiter leicht bergauf bis zum Pass Collada de Granceno, wo wir wieder auf eine Quelle treffen. Von hier ab begibt sich der Weg in den Wald von Peloño, aus dem er kurz aber teil bergauf bis zum Güaranga-Pass führt, dem Ende des Pfads, das sich am Maschinengewehrrest aus dem Bürgerkrieg erkennen lässt.

Hier wird der Pfad zum Weg und geht für eine Weile bis zum Bach Roabín bergab, um dann erneut anzusteigen und in das große Arcenorio-Tal zu führen, das eine Wallfahrtskapelle aufweist und im W mit dem Ventaniella-Pass und im O mit León verbunden ist. Die Rückkehr erfolgt über den gleichen Weg

Das Teilweise Naturreservat Peloño ist mit seinen 1.507 ha einer der größten Forsträume Asturiens und der größte des Westens, vor allem wenn man bedenkt, dass 70 % seiner Fläche auf den Buchenwald fallen, der dem Reservat seinen Namen verleiht.



#### Dauer

7 – 8 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-8 Richtung Santander bzw. über die N-634 bis Ariondas. Von hier aus über die N-625 über Cangas de Onís und weiter bis zum Abzweig der AS-261 nach San Juan de Beleño. Hier fahren wir weiter über die PO-2 bis zum Llomena-Pass, wo wir den Weg rechts nehmen, der uns bis Les Bedules führt, wo wir unsere Route beginnen.

#### Sehenswerte Orte

Taranes (Ponga). Kirche Santa María (18. Jh.).

San Juan de Beleño, Bezirkshauptstadt.

Auf der Straße nach Sobrefoz, Aussichtswarte über das Tal.

## Ruta Bufones de Pría

### Route Bufones de Pría



PR AS-57

#### Beschreibung der Route

In Llames begeben wir uns zum Strand Aguamía, der nach dem Fluss, der hier mündet und den langen Sandarm fast zu einem ruhigen Binnenstrand machen, benannt ist. Die Route beginnt an den Weiden zur Rechten des Strandes über einen Weg, der uns in einer halben Stunde zum sogenannten Bramadoriu de Llames führen. Die Wasserspeier bringen bei Sturm einen rauschenden und fauchenden riesigen Leviatan hervor.

Von hier aus führt der Weg an der Küste entlang weiter bis zum Strand von Villanueva, der ebenfalls an einer Flussmündung liegt, und von hier aus bis zum Strand Cuevas del Mar, an den wir durch einen Steineichenwald gelangen, der ein wertvolles Beispiel für einen Wald ist, der aus einer historischen Zeit mit mildem Klima überdauert hat und heute im Bezirk Llanes im Schutz der Kalkfelsen überlebt. Vom Strand von Cuevas del Mar aus spazieren wir die Straße weiter, die Richtung Nueva führt und biegen später rechts Richtung Villanueva, La Pesa und Garaña ab, einem Ort mit einem inte-ressanten Beispiel der Indiano-Architektur, dem Palast der Argüelles, einer in Kuba reich gewordenen und bei der Rückkehr geadelten Familie. Heute gehört er zu einer Ferienanlage.

Auf dem Rückweg nach Llames bleibt uns nur noch, den schmackhaften Käse zu probieren, der in diesem Dorf handgemacht wird.

Die "bufones" oder "Speier" sind eine Art Rohre mit zwei Eingängen, einem am Fuße des Meeres und einen oben, in den Kalkklippen. Bei rauem Meer und Flut schlagen die Wellen gegen den Eingang und stoßen das Wasser durch das Rohr, so dass oben ein spektakulär sprühender Wasserstrahl herausgespieen wird. Die Bufones de Pría sind ein Naturdenkmal.



#### Dauer

Rundgang. 4 – 5 Stunden.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-8, die später zur N-624 wird, Richtung Santander. Weiter bis zum Bezirk Llanes und hier bis Garaña und Llames, wo wir losgehen.

#### Sehenswerte Orte

Nueva. Palast der Grafen von Vega del Sella (18. Jh.).

Llanes. Historisches Viertel. Stadtmauer und Burgturm (13. Jh.). Gastañaga-Palast (13.-15. Jh.). Stiftskirche Sta. María (13.-15. Jh.). Würfel der Erinnerung von Ibarrola.

Puertas de Vidiago. Götzenbild von Peña Tu (Bronzezeit, 1000-2000 v.Chr.).

Colombres. Indiana-Häuser. Indiano-Archiv.



SIERRA DE CARANGA (Quirós)

In der Umgebung dieses Gebirges befinden sich außerdem der Bärenpfad, (Senda del Oso) die Naturschutzgebiete El Aramo und Peña Ubiña, die Marabio-Bergpässe und der Naturpass Somiedo

## Mirador de Ordiales

### Aussichtswarte Ordiales

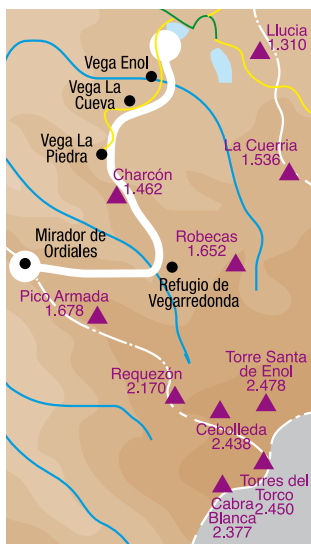


#### Beschreibung der Route

Vom Pozo del Alemán (1.070 m) steigen wir über den Pferch Vega la Piedra hinauf und weiter über die Vega del Espino und Vega Carraso bis zum Pferche La Rondiella und von hier aus bis zum Pass Gamonal und weiter zur Hütte Vegarredonda (1.410 m) mit einer Quelle.

Etwas weiter oben von der Hütte nehmen wir einen Pfad, der rechts abgeht und über die Cueña Cerrada bis zum Pass Forcau führt, der zu den Campos de la Torga geht, einem einfachen Gelände, das in die Hochebene von Ordiales mündet. Hier gehen wir weiter bis zu den Resten der gleichnamigen Hütte. Von hier aus ist es nur noch ein kurzes Stück bis zum beeindruckenden Balkon der Aussichtswarte (1.742 m). Der Rückweg erfolgt über die gleiche Strecke.

*Diese klassische Route endet an der Aussichtswarte Mirador de Ordiales, die nicht nur einen einmaligen Blick auf den Bezirk Amieva bietet sondern außerdem die Reste von Pedro Pidal, Markgraf von Villaviciosa, Forscher, Bergsteiger und Freund der Picos, birgt, der (mithilfe des örtlichen Führers Gregorio López) 1904 zum ersten Mal den Pico Urriellu bestieg und die antreibende Kraft für die Ernennung zum Nationalpark Montaña de Covadonga (1918), dem ersten Naturschutz-gebiet Spaniens, war*



#### Dauer

7 – 8 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-8 Richtung Santander und dann über die N-634 bis Arriondas und über die N-625 ab Richtung Cangas de Onís, wo wir über die AS-262 Richtung Covadonga und Los Lagos weiterfahren. Am See Enol (1.085 m) nehmen wir den Weg, der den Hang rechts entlang bis zur gleichnamigen Ebene säumt. Von hier aus weiter bis Pozo del Alemán, wo wir losmarschieren.

#### Sehenswerte Orte

Cangas de Onís. Mittelalterliche Brücke (gilt als romanisch), Nationaldenkmal. Wallfahrtskapelle Sta. Cruz (8. Jh., 1950 wieder aufgebaut), präromanisch, über einem Dolmen errichtet. Haus der Dagos (19. Jh.), Adelsvilla, die heute zum Empfangs- und Verwaltungszentrum des Nationalparks der Picos de Europa umfunktioniert ist.

Villanueva (C. de Onís). Romanisches Kloster S. Pedro de Villanueva (12.-13. Jh.), Parador-Hotel.

Covadonga (C. de Onís). Heilige Höhle mit dem Bildnis der Schutzheiligen Asturiens (18. Jh.), denkmalgeschützte Anlage. Stiftskirche San Fernando (16. Jh.). Basilika von Covadonga (20. Jh.), normannisch inspiriert, historizistisch.

## Ruta del Cares

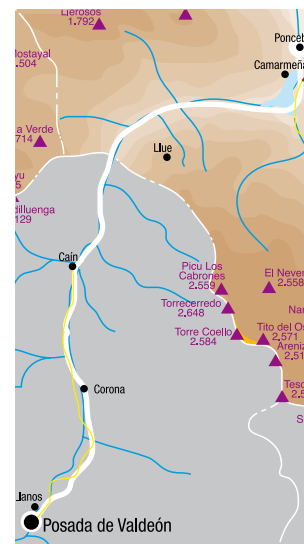
### Cares-Route



#### Beschreibung der Route

Wir starten in Poncebos, wo es eine Gaststätte gibt und die Bergbahn nach Bulnes losfährt. Allmählich begeben wir uns über den in den Fels geschlagenen Pfad in den spektakulären Hohlraum des Berges. Die Route führt durch kleine Tunnel bis zum Pferch Culiembro, wo wir rasten können. Von hier aus gelangen wir zu den Brücken Bolín und Los Rebecos, die in schwindelerregender Höhe über den Cares führen. Weiter vorne bringen uns mehrere in den Fels gearbeitete Tunnel nach Caín, dem Ende der eigentlichen Schlucht des Cares und Geburtsort von Gregorio López, der den Markgrafen von Villaviciosa beim ersten Aufstieg auf den Urriellu im Jahre 1904 begleitete. Von hier aus bis Posada de Valdeón wird der Pfad zu einem Landweg, auf dem Jeeps fahren.

*Die Route durch die Schlucht des Cares, eine der spektakulärsten Asturiens, folgt dem Weg, der zu Beginn des 20. Jh. durch Arbeiten für die Kanalisation des Wasserstromwerks in dem Engpass geöffnet wurde, der das West- vom Zentralmassiv der Picos de Europa trennt.*



#### Dauer

Nur der Hinweg; 6-7 Stunden bis Posada de Valdeón bzw. 4-5 Stunden bis Caín. Angesichts der Länge des Marsches und wenn man nicht über den gleichen Weg zurückkehren möchte, empfiehlt es sich, zwei Autos bereit zu halten bzw. in zwei Gruppen zu laufen und auf halbem Wege die Schlüssel auszutauschen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-8 Richtung Santander bzw. über die N-634 bis Arriondas. Von hier aus über die N-625 bis Cangas de Onís und weiter über die AS-114 Richtung Las Arenas oder Arenas de Cabrales, wo wir die AS-264 bis Poncebos nehmen, wo wir unsere Route beginnen.

#### Sehenswerte Orte

Arenas. Kirche Sta. María de Llás (13. Jh. mit Umbauten aus dem 16. Jh.). Walke La Pisa la Sertal (ethnographische Anlage).

Berodia. Turm der Díaz Inguanzo (18. Jh.).

Bulnes. Canal del Texu (Pfad zum Dorf). Volksarchitektur.

Camarmería. Rundblick auf den Pico Urriellu.

Carreña. Engpas Las Estazadas. Stammhaus der Barcenas (17. Jh.). Mayorazgo- oder Santa Cruz Palast (17. Jh.).

Inguanzo. Einzigartiger Baukomplex.





# Besteigungen

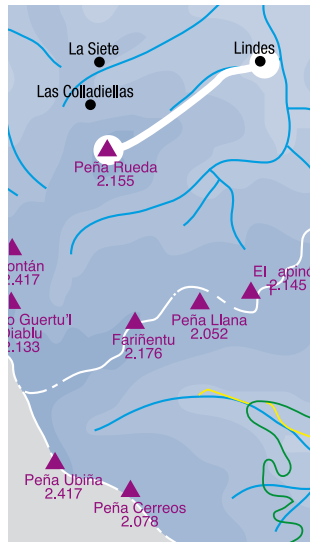
## Peña Rueda

### Peña Rueda

#### Beschreibung der Route

Von Lindes gehen wir Richtung SW über einen Weg bis zu einer Gabelung, an der wir rechts über Wiesen und durch Wälder bis zum Pferch Manín Fonderu weitergehen. Der Weg geht eindeutig und bergauf weiter über den Pferch Manín Cimeru, wo ein steiler Aufstieg bis zum Ausläufer von Vallina Grande, direkt unter dem Felsen, beginnt. Bleibt nur noch das Endstück über den steinigen Hang entweder über die Nordseite (die härtere Variante), El Cuchillar, oder über die Südseite bis zu der geologischen Unebenheit mit dem Namen Vaso de Rueda. Von hier aus brauchen wir nur noch den Bergkamm bis zum Gipfel zu besteigen, wo wir eine herrliche Aussicht auf die Agüeria-Pässe, die so schön sind, dass man sie auch den Garten Asturiens nennt, und auf das nahe Ubiña-Massiv haben. Der Rückweg erfolgt über die gleiche Strecke.

*Diese konische Masse befindet sich im Massiv von Ubiña über den schönen Pässen von Agüeria und gegenüber des Bergkamms aus Kalkgestein Huerto del Diablo (2.140 m), was seinen Gipfel zu einem besonderen Aussichtspunkt macht.*



#### Dauer

2.155 m.  
7 – 8 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo aus über die AS-63 bis Trubia, wo wir die AS-228 bis Caranga (Proaza) nehmen, bis wir auf die AS-229 stoßen, die wir bis Santa Marina einschlagen, um von dort über die QU-4 weiter bis Lindes zu fahren wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Bárzana. Hauptstadt des Bezirks Quirós. Heimatmuseum  
Cortes. Hübscher Stadtkern. Geburtshaus des Heiligen Melchor García Sampedro.  
Arrojo. Romanische Kirche San Pedro (13. Jh.).  
Bermiego. Jahrtausend-Eibe und Eiche, Naturdenkmäler. Kirche Sta. María (15. und 16. Jh.).

## Peña Ubiña

### Peña Ubiña

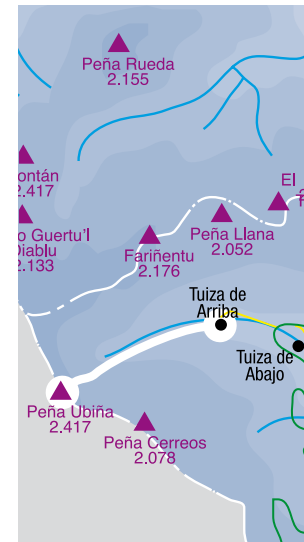
#### Beschreibung der Route

In Tuiza de Arriba starten wird den Aufstieg in Richtung W über die Boquera del Meicin bis zur Vega del Chagu, wo die Hütte des Meicin steht, ein schöner Ort, umgeben vom Kreis der Gipfel, die dieses Massiv bilden und unter denen besonders Ubiña la Grande oder einfach Peña Ubiña hervorsteht. Nun gehen wir Richtung SW über den grünen Hang, der am Bergpass Terreos (1.933 m) endet, der den Pico Cerreos (2.101 m) mit unserem Ziel verbindet. Von diesem Pass, der Grenze zwischen Asturien und León, kann man S. Ubiña la Pequeña über dem Riotuerto-Tal und weiter rechts die Anhöhe Ronzón erkennen, die in die Masse von Peña Ubiña übergeht, einer der möglichen Wege, um den Gipfel zu erklimmen.

Aber wir nutzen den Kamm zu unserer Rechten, der den Pass Terreos und Ubiña miteinander zuerst über Wiesen und dann über einen losen Steinkanal verbindet, der uns bis zum Gipfelsaum und von dort zur Spitze führt. Der Rückweg erfolgt über die gleiche Strecke.

PR AS-116

*Kalkmassiv in Zentralasturien, das unter Naturschutz steht.*



#### Dauer

2.417 m.  
9 – 10 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

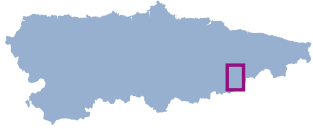
Von Oviedo über die A-66 bis Campomanes, wo wir die LE-8 in Richtung La Cubilla bis Tuiza de Arriba nehmen, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Pola de Lena. Bezirkshauptstadt. In der Nähe befindet sich die präromanische Kirche Sta. Cristina de Lena (9. Jh.).  
Campomanes. Revillagiedo-Palast (18. Jh.), Cristo-Kapelle (18. Jh.) und Kirche Ntra. Sra. de las Nieves (18. Jh.).  
Zureda. Landhaustourismus-Zentrum.

## Cantu del Osu

### Cantu del Osu



PR AS-66.2

#### Beschreibung der Route

In Brañagallones starten wir über einen Weg, der Richtung W durch das Xuanicu-Tal verläuft, später gen S dreht und uns zu dem Pferch Valdebezón führt. Von hier aus laufen wir zwischen Buchenwäldern Richtung S bis zum Collado de Les Arenas hinauf, um nun links Richtung NO bis zum Pass Puercu weiter zu marschieren, der einen schönen Blick auf die Wälder des Anfangsstücks des Tals Vega Pociellu mit den Almen Busumberón und Vega Pociellu zu unseren Füßen und Los Abedulosos (1.887 m), Las Lagunillas (1.821 m) und Las Cuerdas (1.814 m) bietet.

Von der Anhöhe Puercu aus müssen weiter Richtung NO unterhalb der Gipfel des Xerru les Planes (1.818 m) und El Porrón (1.812 m) laufen, bis wir zum Bergpass La Pasada Cerrosa gelangen, der auf dem Gebirgskamm von Les Pries liegt und einen weiteren Rundblick, diesmal auf die Brañagallones-Au zwischen den Gebirgen Pinta-canales und Les Pries und das Flusstal des Monasteriu bietet.

Der Weg geht in die gleiche Richtung aber über die Seite von Brañagallones weiter bis zum Pass La Muezca, von wo aus wir zur Alm absteigen, bis wir an die Reste einer Hütte an einem Ort, der als Ranéu bekannt ist, gelangen. Hier nehmen wir den Weg, der uns rechts zum Gipfel führt, einem idealen Beobachtungspunkt des oberen Teils des Naturparks Redes. Der Abstieg erfolgt über den gleichen Weg bis Ranéu und von dort bis Brañagallones.

An diesem Gipfel treffen sich die Gebirge Pintacanales, Les Pries und Cordal de Fuentes. Dank dieser Besonderheit bietet er einen Rundblick auf den oberen Teil des Naturparks Redes (MAB). Diese Route ist die Verlängerung der auf S. 66 beschriebenen Brañagallones-Route KW-AS 66.



#### Dauer

1.793 m.  
6 – 7 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 Richtung León und nach rund 6 km den Abzweig nach Langreo und Oloniego über die AS-244 nehmen. In Langreo nehmen wir die AS-17 zum Naturpark Redes nehmen, bis Bezares, wo wir im genehmigten öffentlichen Transportmittel bis Brañagallones fahren, denn wenn wir zu Fuß zu ihr gingen (s. S. 42), könnten wir nicht mehr beide Stücke in einem Tag erwandern.

#### Sehenswerte Orte

Campo de Caso (Caso).  
Empfangszentrum des Naturparks Redes.  
Tanes (Caso). Bienenzuchtmuseum, wo man lebendige Bienenhäuser betrachten kann.  
Beneros (Caso). Holzmuseum. Ethnographie des Holzes und der typischen Holzschuhe "madreñes".  
Pendones (Caso). Holzschuhwerkstatt. Kunsthandwerk zum Zusehen.  
Rioseco (Sobrescobio). Haus des Wassers.  
El Entrego (San Martín del Rey Aurelio). Bergbaumuseum Asturien.

## Peña Santa de Enol

### Peña Santa de Enol



*Dieser Aufstieg im Westmassiv oder auf den Cornión der Picos de Europa erreicht den höchsten Gipfel dieses Parks und damit einen Rundblick von den Seen von Covadonga und der Küste von Llanes im N über das Flusstal des Sella und den Engpass des Dobra im W und S bis zum Hohlraum des Cares und den höchsten Gipfeln des Zentralmassivs oder den Urrieles im O.*

#### Beschreibung der Route

Der Pozo del Alemán ("Die Grube des Deutschen") verdankt seinem Namen dem deutschen Entdecker und Forscher Robert Frasinelli, der in dieser Landschaft einen wunderschönen Ort fand, um die Natur zu genießen. Von hier aus geht der Weg über den Pferch Vega la Piedra hinauf und weiter über die Vega del Espino und Vega Carraso bis zum Pferch La Rondiella und von hier bis zum Gamonal-Pass und weiter zur Hütte von Vegarredonda (1.410 m) mit einer Quelle.

Von der Hütte aus gehen wir den Kanal aufwärts Richtung S, wobei der Aufstieg bis zu den steilsten Rampen der Llama Cimera unter dem Porru Bolu, wo wir rechts abzweigen, immer schwerer wird. Der Weg geht nun mit Kennzeichnungen an den unklarsten Stellen durch Marksteine ("jitos") aus kleinen Steinhäufchen weiter. Wir durchqueren ein paar kleine Karstsenken ("jous"), die typisch für die Picos de Europa sind, bis wir an den Pass La Mazada gelangen, wo wir den Kreis von Fuente Prieta (2.041 m) unterhalb des Felsen entlang gehen.

Von hier aus müssen wir bis zum Ende auf eventuellen Steinschlag Acht geben, da wir den Gipfel über einen Steinpfad ersteigen, der uns bis zur Horcada de Santa María (2.354 m) bringt. Von hier klettern wir ein paar Meter nach links zur Aufstiegswand, um die wir herumsteigen, bis wir auf einen Flur mit treppenförmigen Terrassen gelangen, der uns ohne Schwierigkeiten bis auf wenige Meter vom Gipfel entfernt bringt. Auf dem letzten Abschnitt muss man etwas klettern und entsprechend gut aufpassen.



#### Dauer

2.486 m.  
9 – 10 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

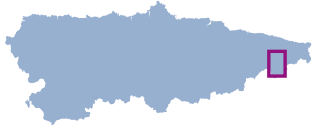
Von Oviedo über die A-8 Richtung Santander und dann über die N-634 bis Ariondas und über die N-625 ab Richtung Cangas de Onís, wo wir über die AS-262 zu den Seen von Covadonga weiterfahren. Am See Enol nehmen wir den Weg, der den Hang rechts entlang bis zur gleichnamigen Ebene säumt. Von hier aus weiter bis Pozo del Alemán, wo wir losmarschieren.

#### Sehenswerte Orte

Cangas de Onís. Mittelalterliche Brücke (gilt als romanisch), Nationaldenkmal. Wallfahrtskapelle Sta. Cruz (8. Jh., 1950 wieder aufgebaut), präromanisch, über einem Dolmen errichtet. Haus der Dagos (19. Jh.), Adelsvilla, die heute zum Empfangs- und Verwaltungszentrum des Nationalparks der Picos de Europa umfunktioniert ist.  
Villanueva (C. de Onís). Romanisches Kloster S. Pedro de Villanueva (12.-13. Jh.), Parador-Hotel.  
Covadonga (C. de Onís). Heilige Höhle mit dem Bildnis der Schutzheiligen Asturien (18. Jh.), denkmalgeschützte Anlage. Stiftskirche San Fernando (16. Jh.). Basilika von Covadonga (20. Jh.), normannisch inspiriert, historizistisch.

## Torrecedredo

### Torrecedredo

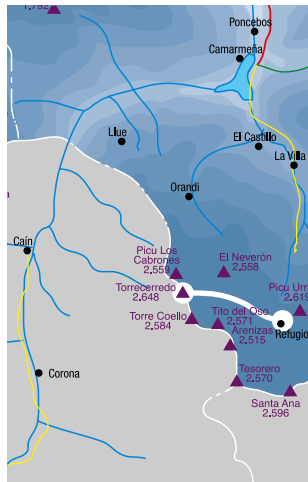


#### Beschreibung der Route

Von der Vega de Urriellu aus gehen wir nach NW in Richtung Neverón de Urriellu und biegen dann auf einen Steinpfad ab, der unter einem felsigen Gebet verläuft, das wir durchklettern, um zur Corona del Raso zu gelangen, dem Punkt, von dem man eine hervorragende Sicht auf die Westseite des Picu hat. Von hier aus geht der Weg weiter Richtung W, markiert mit Wegsteinen, bis zum Pass Horcada Arenera, von wo aus man den Torrecedredo erkennen kann und wo der Pfad bis zur Hütte Jou de Cabrones abgeht.

Nach diesem Abzweig gehen wir weiter Richtung SW über kleine "Jous" (Senken) zum Jou de Cerredo am Fuße des Berges. Wir beginnen den Aufstieg von links über ein felsiges Gebiet bis zu einer Steinfläche, über die wir bis zum Fuße der letzten Wand aufsteigen. Durch eine Spalte und nach ein paar kleinen Kletterabschnitten gelangen wir in eine Reihe von Stufen, die wir diagonal bis zum Gipfelkamm ersteigen, der hoch aber ungefährlich ist und uns bis zur Spitze bringt. Der Rückweg erfolgt über die gleiche Strecke.

*Die höchste Kote der Picos de Europa befindet sich mitten im Herzen des Zentralmassivs bzw. der Urrieles, so dass man die Route in zwei Etappen teilen sollte und entweder in der Hütte in Urriello (unser Vorschlag) oder in Cabrones (Bulnes) übernachten sollte.*



#### Dauer

2.648 m.

6-7 Stunden von der Hütte Vega de Urriellu aus.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-8 Richtung Santander bzw. über die N-634 bis Arriondas. Von hier aus über die N-625 bis Cangas de Onís und weiter über die AS-114 Richtung Las Arenas oder Arenas de Cabrales, wo wir die AS-264 bis Sotres nehmen. Kurz vor dem Ort parken wir das Auto rechts am Pferch Las Invernales de Sotres, von wo aus wir bis zur Hütte von Urriellu starten, eine Etappe, für die wir 9 bis 10 Stunden brauchen.

#### Sehenswerte Orte

Bulnes (Cabrales). Bergbahn. Mythisches Dorf in der Bergsteiger Geschichte, das bis ins 21. Jh. nicht mit Fahrzeugen zu erreichen war. Schöner Weg durch den Canal del Texu.

Inguanzo (Cabrales). Kirche Sta. Cruz (18. Jh.). Palast der Markgrafen von Sta. Cruz (18. Jh.) und mehrere Adelsvillen wie La Corralada.



#### ABENDSTUNDE IN DEN PICOS DE EUROPA

Die Landschaft und das Licht dieser Bergkette waren Schauplatz der größten Abenteuer des spanischen Alpinismus



**Fahrradtouren**

**MB grüne pfade**

## V. V. del Eo

### Grüner Weg des Eos

#### Beschreibung der Route

Wir starten am alten Bahnhof San Tirso oberhalb des Ortes Llano (O Chao), die sich leicht an der Fassade, die noch immer den Namen der Haltestelle trägt, und an dem alten, runden Wassertank aus Stein erkennen lässt. Nach wenigen Metern stoßen wir auf den ersten Tunnel der Route, die Nr. 6, dessen Licht sich über den Schalter am Eingang ein einschalten lässt. In regnerischen Zeiten kann es problematisch sein; ist dies der Fall, können wir ihn über die nahe gelegene Straße umgehen. Am Ausgang des Tunnels überquert der Pfad die N-640 und verläuft weiter zur Linken des Eo. Nach rund 20 Minuten kommen wir an den zweiten Tunnel der Strecke, und nach weiteren 10 Minuten stoßen wir zu unserer Rechten auf das Gebäude eines ehemaligen Wasserkraftwerks am Rande einer Brücke, die uns zu einem erneuten Tunnel bringt. Nach etwa 15 Minuten gelangen wir an einen Staudamm, der einst der Stromgewinnung diente. Ab hier verläuft der Weg über drei weitere Tunnel, der erste nach ca. 5 Minuten, der zweite nach 15 und der dritte nach 25. Nach letzterem überquert die Route die Lokalstraße, die nach Trasadacorda und Matela des Bezirks A Pontenova in Lugo führt, und ist ab hier bis zum Ende asphaltiert. Nach 10 Minuten kommen wir an den Ort Saldoiriña und nach weiteren 5 nach Herbelle.

Etwas weiter vorne gelangen wir an das erste Erholungsgebiet, hinter dem wir an einem Abzweig vorbei kommen, der links Richtung Veiga da Pada aufsteigt. Nach etwa 20 Minuten, nunmehr in der Nähe von A Pontenova, sehen wir links, etwas oberhalb des Pfads, einen wunderschönen Schmelzofen mit kegelförmigem Boden, der ehemaligen Bergbaugesellschaft von Villadrid. Nun brauchen wir nur noch 500 m weiter zu laufen und den Eo über einen Gang zu überqueren, der uns in das Stadtzentrum von A Pontenova bringt, das aus der Zusammenlegung der Bezirke Villadrid und Villameá Mitte des 20. Jh. entstand.

#### Dauer

2-3 Stunden für den Hinweg bzw. 1-1,5 Stunden mit dem MB. 4 der 5 Tunnel dieser Strecke sind nicht beleuchtet, so dass man eine Taschenlampe dabei haben sollte. Um nicht den gleichen Rückweg nehmen zu müssen, braucht man ein Auto an jedem Ende der Route oder muss mit öffentlichem Verkehr zurückkommen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 bis Avilés und weiter Richtung W über die N-632 bis Tapia de Casariego. Nach wenigen km biegen wir links Richtung Castropol und Vegadeo ab. In Vegadeo fahren wir nach rechts bis über die Brücke über

den Eo und dann links über die N-640 bis Llano, wo unsere Route beginnt.

#### Sehenswerte Orte

Mourela (S. Tirso de Abres). Festungssiedlung Mourela.

Vegadeo. Römische Brücke. Haus von Elisa und Luis Villamil (MHA).

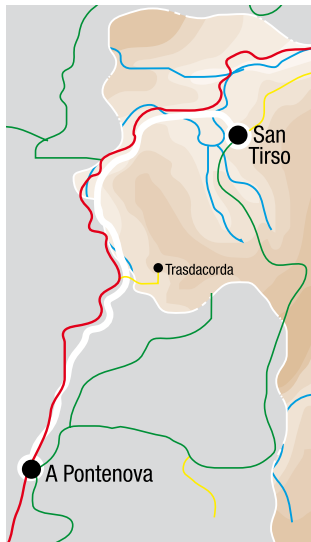
Abres (Vegadeo). Palast der Mirandas (18. Jh.).

Meredo (Vegadeo). Palast der Rodríguez de Cancio (18. Jh.).

Vijande (Vegadeo). Lastra-Palast.



*Dieser Grüne Weg verläuft entlang 12 der 34 km der Eisenbahnstrecke, die den Ort Villadrid (das heutige A Pontenova in Lugo) über den Bezirk San Tirso de Abres mit dem Ribadeo-Pass verband. Die 1903 eröffnete Strecke wurde von der Gesellschaft Sucesores de J. Roches y Cia. aus Bilbao gebaut, um das Eisenerz des Eo-Tals zu befördern. 1962 wurde die Linie, die durch die schöne Landschaft der Eo-Au verläuft, eingestellt.*



## Senda del Oso

### Bärenpfad

#### Beschreibung der Route

Der y-förmige Pfad besteht aus einem Hauptteil, der sich in zwei Abschnitte aufgliedert: Tuñón-Proaza und Proaza-Caranga, und zwei Abzweige oder Varianten, die von letzterem ausgehen: Caranga-Entrago (Bezirk Teverga) und Caranga-Bárzana (Bezirk Quirós), dessen 4,5 km langer Abschnitt Caranga-Valdmurrio derzeit geöffnet ist. Auf dem zweiten Abschnitt des Hauptteils befindet sich am Fuße der Route das Gehege, in dem zwei vor Wilderern bewahrte Bären in Halbfreiheit leben, und das als Monte del Oso ("Bärenberg") bekannt ist.

Anfang 2006 wird der 13,5 km lange abschnitt Caranga-Santa Marina eröffnet.

Die gesamte Route ist gut mit Auszeichnungen und Tafeln beschildert, die Auskunft über die Geographie und Topographie der Route sowie über Dörfer, Quellen, Erholungsgebiete, Kulturschätze, Denkmäler und ethnographische Sehenswürdigkeiten, Dienstleistungen und Anlaufstellen geben.

Die Route kann ganz oder abschnittsweise von N nach S oder umgekehrt bewältigt werden.



*Diese gemischte Route, d.h. zum Radfahren und Wandern, geht den alten Verlauf der Berg-baueisenbahn nach, die die Kohle aus den Minen von Quirós und Teverga zur Waffenfabrik in Trubia beförderte. Die Eisenbahn stammt aus dem Jahre 1884, und 1992 wurde sie zum Touristenpfad umfunktioniert. Die ursprüngliche Strecke war 40 km lang. 27 km davon wurden bislang als grüner Pfad vorbereitet.*

#### Dauer

Mit dem Fahrrad 2-3 Stunden hin und zurück für eine ganze Variante. Zu Fuß 7 Stunden. Um nicht den gleichen Rückweg nehmen zu müssen, braucht man ein Auto an jedem Ende der Route oder muss mit öffentlichem Verkehr zurückkommen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die N-634 Richtung La Coruña. In Trubia Richtung Santo Adriano – Proaza (AS-228) nach Tuñón abzweigen, an dessen Erholungsgebiet wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Tuñón (Santo Adriano). Santo Adriano de Tuñón (9. Jh., im 12. Jh. umgebaut), präromanische Kirche, außer der Turm.

Villanueva (Sto. Adriano). Römische Brücke. Romanische Kirche San Romano (12. Jh.). Engpass Les Xanes.

Proaza. Hauptstadt des gleichnamigen

Bezirks. Turm von Proaza (14. Jh.). Palast der Tuñóns (17. Jh.). Bärenhaus, Interpretations-zentrum über dieses Tier.

Entrago und La Plaza (Teverga). Palast der Agüeras (17. Jh.). Stiftskirche San Pedro (12. Jh.), die erste romanische Kirche in Asturien. Unterstand aus der Bronzezeit in Fresnedo.

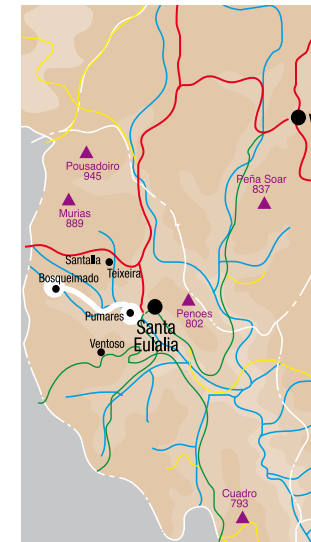
Bárzana. Hauptstadt des Bezirks Quirós. Heimatmuseum über Quirós und die Region.

Cortes (Quirós). Hübscher Stadtkern. Geburtshaus des Heiligen Melchor García Sampedro.

Arrojo (Quirós). Romanische Kirche San Pedro (12. Jh.).

Bermiego (Quirós). Jahrtausenderle und -eiche. Naturdenkmäler. Kirche Sta. María (15.-16. Jh.).

Marabio-Pässe, San Lorenzo Pass, Camino Real de la Mesa, Naturpark Somiedo.



## Oviedo - Fuso la Reina

### Oviedo-Fuso la Reina

#### Beschreibung der Route



PR AS-00

Die Gesellschaft *Cinturón Verde* ("Grüner Gürtel") in Oviedo hat im Rahmen des Abbaus der Eisenbahnstrecke Oviedos den ehemaligen Asturianischen Gesellschaft von Oviedo bis Fuso de la Reina zum grünen Wanderweg umfunktioniert.

Der Weg verläuft vom Winterpark aus in Richtung S parallel zum Gafo. Etwas weiter vorne geht links der Strecke die Autobahn A-66 ab und verläuft bis La Manjoya, wo wir rechts abbiegen und sie in Richtung Las Caldas-Caces überqueren, parallel zu unserer Route.

In der Nähe des Kilometerpunktes 4 überquert die Route die Lokalstraße Ayones/Llagú und begibt sich allmählich in die Landschaft aus Kalksteinhügeln, in der die geographischen Höhenunterschiede durch Brücken und Tunnel bewältigt werden. So gelangen wir durch die Tunnel Molineru (150 m) und Mergullu (70 m), bevor wir an den Km 6 kommen, wo uns der Tunnel Premaña zur gleichnamigen Au führt, auf der sich der städtische Golfplatz von Oviedo befindet.

Ab hier verläuft das Endstück entlang des Hangs oberhalb der Flussau bis über den Hügel, der über den Tunnel Veneros mit dem Nalón verbunden ist. Dieser letzte und längste (260 m) Tunnel mündet in ein Abstellgleis, das heute zum Erholungsgebiet umfunktioniert ist. Anschließend gelangen wir an die Brücke über den Nalón und den alten Bahnhof von Fuso la Reina, der mit seiner schönen Markise den Endpunkt unserer Strecke bildet. Hier können wir die Aussicht über den Fluss, die große Flussau und die anliegenden Ortschaften genießen. Wir können aber auch über den Pfad, der vom neuen Bahnhof von Fuso entlang des Kanals verläuft, bis Caces und Las Caldas weitermarschieren. Dieser Weg geht später bergauf und kommt an eine Gabelung, die wir rechts nehmen müssen, um nach einer kleinen Brücke an die beiden genannten Orte zu kommen.



#### Dauer

3 – 4 Stunden hin und zurück.

#### Anfahrt

In Oviedo bis zum Winterpark (C/ Pedro Masaveu) gehen. In dessen unterem Teil beginnt die Route.

#### Sehenswerte Orte

Oviedo. Kathedrale (13. bis 16. Jh.). Heilige Kammer der Kathedrale (9–12. Jh.). Kirchenmuseum. Museum für Schöne Künste Asturien. Archäologisches Museum Asturien. Prähistorische Kirchen Santa María del Naranco (9. Jh.), San Miguel de Lillo (9. Jh.), Santullano (9. Jh.) und Santa María de Bendones (10. Jh.).

Las Caldas. Ländlicher Ort, Kurbad, Priorio-Burg.

Caces. Ländlicher Ort.

## Senda Mofusu

### Grüner Weg Mofusu

#### Beschreibung der Route



PR AS-84

Die Route verläuft durch ein malerisches Tal mit verworrener und dicht mit Kastanien- und Eichenwald bedeckten Orographie.

In Pola de Lena nehmen wir nach Durchqueren des Viertels La Caleya auf der Höhe des Schlachthofs den Weg, der parallel zum Naredo verläuft und der dem alten Camino Real entspricht, der diesen Ort mit dem Bezirk Quirós verband. Richtung W gelangen wir zur Au des Ortes Palacios, wobei wir die Quelle Fuente Fría und eine alte Mühle hinter uns lassen. Kurz darauf kommen wir an die Wallfahrtskapelle La Flor aus dem 15. Jh., die auf einer schönen Wiese am Fluss liegt und der Sage nach ihren Namen einem schönen Fräulein namens Flor verdankt, die entführt wurde und hier starb. Der Weg überquert an dieser Stelle den Fluss, um sich bergauf allmählich weiter in den Wald Mofusu zu begeben. In diesem Kastanienwald geht es ständig weiter aufwärts bis zu dem Bergkamm mit hübschen Weiden mit Hütten. Von hier aus hat man eine herrliche Aussicht auf das Aramo-Gebirge und das Naredo-Tal.

Nun beginnt der Abstieg über einen Weg, der auf die Straße von Tablao nach Piedracea stößt und kurz darauf wieder mit dem Camino Real übereinstimmt, der uns bis zur Kapelle La Flor und von hier nach Pola de Lena bringt.

#### Dauer

3 – 4 Stunden hin und zurück.

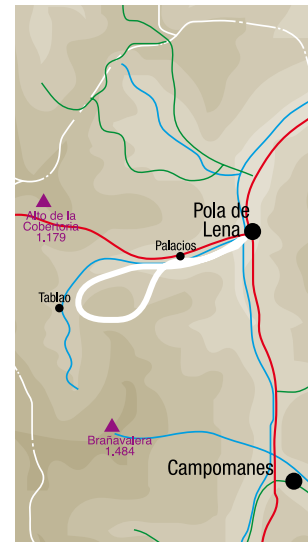
#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 Richtung León bis Pola de Lena, wo wir uns ins Stadtzentrum in die Nähe des Schlachthofs begeben, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Lena. Sta. Cristina (9. Jh.), asturianische Prähistorik. Ehemaliger Bahnhof La Cobertoria,

Erklärungszentrum der Prähistorik.



# Luanco-Peñas

## Luanco-Peñas



PR AS-257

*Es ist die Küstenroute, die uns zum nördlichsten Punkt Asturiens führen wird. Sie geht die Felswände und die unter Naturschutz stehende Landschaft des Kap Peñas entlang.*



Wir beginnen die Wanderung in Luanco mit Ausgangspunkt im Barrio de Santana, auf der rechten Seite des Friedhofs von Luanco, das heißt, wenn das Ende der Landstraße, die bis dahin steigt, erreicht wird, wird nach rechts abgebogen und von da aus sieht man schon den Beginn des Weges. Im Bereich des Routenanfangs gibt es einen kleinen Rastplatz mit Bänken in der Nähe der Häuser, wo man seine Ausrüstung vor der Wanderung ordnen kann.

Mit den verschiedenen Hinweisen zur Route auf der rechten Seite beginnen wir den Weg abwärts nach Moniello auf einer über die ganze Länge geteerten Piste. Unterwegs gibt es rechts und links Häuser, dann geht es weiter durch den Forst, bis man den Moniello Strand erreicht. Von hier gehen wir weiter hinauf auf der asphaltierten Piste (mit roter Farbe gekennzeichnet), die auf der linken Seite der Landstraße verläuft, bis wir zu einer Kreuzung kommen, an der wir nach rechts, dem Schild "Parque Playa de Moniello" befolgend, abbiegen. Nach 2,5 m nehmen wir links den Kiesweg. Wir gehen weiter auf diesem Weg, dem Schild "Bañugues-Cabo Peñas" folgend, bis wir eine Brücke über einem Fluss (vorne erspähen wir den Bañugues Strand) erreichen. Auf der linken Seite gibt es einen Rastplatz.

Von diesem Platz geht es zum Strandausgang und wenn man das Schild nach Cabo Peñas sieht, biegen wir nach rechts auf die geteerte Piste mit Holzgeländer, statt geradeaus weiter zu gehen, weil dies eine Landstraße ist, die zum benachbarten Dorf führt. Auf dieser Piste, die parallel zur nach Cabo Peñas führenden Landstraße GO-1 verläuft, gehen wir weiter, bis wir den Fischerhafen La Ribera erreichen. Hier überqueren wir eine Holzbrücke, die die geteerte Strecke mit einem anderen Abschnitt aus Kies und Sand verbindet. Dieser Weg bringt uns zu den fruchtbaren Wiesen von Bañugues. Unterwegs betrachten wir die typischen asturischen Bauten, hórreound panera, die zum Speichern von Getreide dienen. Dieser Wegabschnitt ist ziemlich flach. Wenn jedoch die Kies-Sand-Mischung endet, beginnt eine kleine geteerte Steigung. Auf dem Straßenpflaster gibt es ein rotes Zeichen, das auf die zwei Richtungen der Route hinweist. Wenn wir diesen kleinen Abhang überwinden, orientieren wir uns immer an der Beschilderung nach Ferrero und Cabo Peñas, bis wir zu zwei Restaurants kommen, nachdem wir an einigen Einzelhäusern und neugebauten Einfamilienhäusern vorbei gegangen sind.

Nachdem wir diese zwei Restaurants unter uns lassen, finden wir eine neue Beschilderung, nach der wir geradeaus weiter gehen sollen. Dabei überqueren wir die Landstraße GO-1 und gehen an einem Bauernhaus, das zu dem Verband "Casas de Aldea" gehört, und an einem Restaurant vorbei. Links bleiben einige Ferienwohnungen. Parallel zur Mauer des Restaurants gibt es ein anderes Schild, das den zu befolgenden Weg anzeigt. Er führt zwischen Häusern, bis wir die nächste Kreuzung erreichen, an der wir nach links abbiegen, an der nächsten Kreuzung biegen wir nach rechts. Es geht an einem Haus mit einem typischen noch benutzten Waschplatz vorbei.

Dieser ganze Abschnitt führt zwischen Häusern und Weiden. Dann erreichen wir den Forst, durch den dieser letzte Abschnitt des Bañugues-Weges führt und der sich an den anbindet, der nach Ferrero geht. Dieser Weg besteht wieder aus Kies und Sand und verläuft parallel zur Landstraße, die Bañugues mit Verdicio verbindet.

Auf der Kies-/Sandpiste gehen wir wieder durch mehrere Wälder mit Eukalyptusbäumen, Kiefern, einigen Kastanienbäumen und Gestrüpp, bis wir das Dorf Ferrero erreichen. Hier schließt sich der Weg an eine Teerpiste, die der Zugang zu diesem Dorfteil mit Fahrzeugen ermöglicht. Links lassen wir die Gaststätte Casa Paraxo. Auf diesem Weg kommen wir bis zur nächsten Kreuzung, die sich mit der Landstraße AS-328 verbindet. Diese Landstraße führt uns, an einer Viehzüchterei links vorbei, nach Cabo Peñas und Verdicio. An der Kreuzung müssen wir uns nach dem Schild in Richtung Cabo Peñas richten, der geradeaus zeigt, und vorne ein Holzschild beachten, der die PR/AS-257 anzeigt und hilft bei der Orientierung.

Dieser Wegabschnitt, der sich an den Wander- und Fahrradweg vom Leuchtturm Nieva zum Leuchtturm Peñas anschließt, macht einen Bogen hinter einer Häusergruppe, bis wir einen schönen Aussicht auf Verdicio mit seiner Kirche und dem Strand links vor uns haben.

Bei Kilometerpunkt 0+000 biegen wir nach links in Richtung Cabo Peñas. Wenn wir das Zentrum des Dorfes Ferrero erreichen, wo wir auf der anderen Straßenseite die Kapelle der Heiligen Maria O finden, biegen wir nochmal nach links, wobei wir an traditionellen asturischen Bauernhäusern mit panerasvorbei gehen, bis wir zu einem Schild kommen, das uns zu einem Hotel mit Restaurant führt. Nach einigen Metern finden wir ein der Route entsprechend weiteres Schild, das uns zeigt, wo sich Cabo Peñas, das Ende unserer Wanderung, befindet.

Nachdem das Hotel hinter uns auf der linken Seite bleibt und wir die Felswände der unter Naturschutz stehenden Landschaft des Kapes Peñas und im Hintergrund die Optik des Leuchtturms sehen, erreichen wir einen Aussichtspunkt, wo wir eine kurze Pause machen können, um sich der wunderschönen Landschaft und der Ausblicke auf die schwer zugänglichen Strände Carrera und Ferrero erfreuen. Am Hotel beginnt wieder die Kies-/Sandpiste, bis auf vorletzten Abschnitt, der geteert ist. Dann ist es wieder Kies und wir kommen auf dieser Piste zum Rastplatz am Kap, wo wir eine außergewöhnliche Umgebung, ein verdientes Mittagessen oder Kaffee mit Kuchen genießen können. Hier beenden wir die Wanderung oder wir ruhen uns aus und besuchen dann das Zentrum mit Beschreibung der Meerestierwelt dieses Gebietes MEMAP (untergebracht im Erdgeschoss des Leuchtturms) und betrachten die beeindruckende 100 m hohe Felsküste.

Dauer
Zu Fuß 7 Stunden (hin und zurück), auf dem Fahrrad 3:30 Stunden (hin und zurück)
Anfahrt
Von Gijón auf der AS-239, von Avilés auf der AS-238 und von Oviedo auf der A-66, wobei die Abbiegung Tabaza- Candás-Luanco AS-110 genommen wird.

Sehenswerte Orte
Unter Naturschutz stehende Landschaft Cabo Peñas
Felsküste, 100 m hoch
MEMAP (im Erdgeschoss des Leuchtturms)
Empfehlungen
In den Abschnitten, wo gezwifelt wird, welchem Weg zu befolgen ist, soll immer der Weg gewählt werden, der

über die ganze Länge aus demselben Material gebaut ist, sei es Teer oder Kies mit Sand. Nehmen Sie niemals einen traditionellen Forstweg oder einen Weg, dessen kleiner Teil aus einem der oben erwähnten Materialien besteht. Fehlt die Holzbeschilderung, die die Ortschaften anzeigt, die wir besuchen wollen oder durchqueren sollen, beachten Sie immer die Holzschilder mit waagerechten weißen und gelben Streifen mit Beschriftung PR. AS-257 und das rote Zeichen, das die Richtung anzeigt.  
Bequeme Kleidung und Schuhe.



## V.V. Valle de Turón

### Grüner Weg Valle de Turón



PR AS-100.1

#### Beschreibung der Route

Von der Brücke von Ricastro aus verläuft der Pfad 3 km lang über die ehemalige Eisenbahnstrecke, die 1891 vom Unternehmen Hulleras de Turón gebaut wurde. Wir begeben uns Richtung Figaredo, wo die Villa der Figaredos einen Blick wert ist, die Residenz der Besitzer der gleichnamigen Bergbaugruben, die 1924 von E. Rodríguez Bustelo entworfen wurde und heute Sitz des Zentrums für Kooperation und Entwicklung der Universität Oviedo ist. Weiter vorne lassen sich auf der anderen Seite des Tals die Anlagen des Figaredo-Schachts erkennen (ursprünglich von 1866), und später kommt man an der alten Kohlewasschanlage La Cuadriella und dem Arbeiterviertel Repipe (1880) vorbei.

Diese Route ist Teil eines fast 100 km langen Projekts durch die Kohletäler Turón (Mieres), Samuño (Langreo), Sta. Bárbara (S. Martín del Rey Aurelio) und Villoria (Laviana), die das Naturschutzgebiet der Bergbautäler bilden. Wir erwandern eine Umgebung, die uns Aufschluss über die verschiedenen historischen Elemente der Industrialisierung der asturianischen Bergbautäler gibt.

Die Route begibt sich erneut auf die linke Seite des Tals, auf Höhe des anderen Arbeiterviertels, San Francisco (1917), das sich auf dem ehemaligen Schutthaufen des Schachts San José (1949) befindet, auf dessen Anhöhe wir einen Rundblick über die gesamte Bergbaulandschaft haben, allen voran der Schlot der alten Brikettsfabrik (1915). Von hier aus geht es weiter über den Weg, der oberhalb der Wasserleitung verläuft und uns über Pandiellu, San Benigno und San Pedro bis über die ehemaligen Anlagen der Gruppe Sta. Bárbara (1926) führt. Etwas weiter vorne kommen wir an eine der wenigen noch erhaltenen kleinen Bergbauanlagen, die Gruppe Espinos (1905), mit einem ganz besonderen Förderturm.

Der ausgeschilderte Weg bringt uns zum Viertel S. Andrés, von dem aus wir über den Wasserförderweg bis zur Quelle Podrizos über dem Viertel La Vera'l Camín gelangen, das durch das Erholungsgebiet Puente de Villandio abgegrenzt wird, wo unsere Route endet.



#### Dauer

6 Stunden hin und zurück Zu Fuß.

3 Stunden hin und zurück em MB.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 bis Mieres, wo wir die AS-242 Richtung Santullano und Figaredo nehmen und uns von dort zur nahen Brücke von Ricastro begeben, an der wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Genera. Palast der Bernaldo de Mirandas (ausgehendes 16. Jh.).  
Palast der Cacheros (18. Jh.).

Gallegos. Haus der Mirandas (18. Jh.).

Insierto. San Cosme und San Damián Sanktuar (frühes 18. Jh.).

Valdecuna. Palast der Vázquez de Prada (16. Jh., im 18. Jh. umgebaut).

Villarejo. Palast des Vicomte von Heredia (17. und 18. Jh.).

Bustiello. Arbeiterstadt (1890-1925).  
Industriedenkmal.

## Cordal de La Carisa

### Bergkette La Carisa



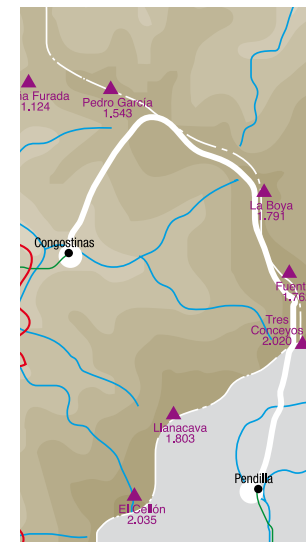
GR 100.1

#### Beschreibung der Route

Von Pendilla (1.337 m) gehen wir Richtung N bis zum Pass Propinde (1.583 m) mit dem Gipfel Tres Concejos (2.020 m) an der Grenze zwischen Lena, Aller und Villamanín (León) zu unserer Rechten los.

Von diesem Pass ab verläuft der Weg praktisch eben über die Bergkette von Carraceo zwischen den Bezirken Lena und Aller. Dank seiner Höhe hat er eine außerordentliche Aussicht auf das Pajares-Tal zu unserer Linken und die Ubiñas vor uns zu bieten. Auf diese Strecke kommen wir über den Mayau Fierros (1.600 m) und Cruz de Fuentes (1.620 m) vor dem Gipfel La Boya (1.728 m), wo sich das "Castiechu La Carisa" befindet, das nach aktuellen archäologischen Studien ein römisches Militärlager gewesen sein kann und das einzige auf asturianischem Boden gewesen wäre. Von hier steigen wir hinab zum Portiechu La Boya (1.593 m), Monte Faro und Mayau Buxián (1.480 m) bis um Mayau La Caba mit Blick auf das Aller- und das Lena-Tal.

Etwas weiter vorne gabelt sich der Weg und führt nach O über Cochá el Aciu (1.468 m), der Aller-Alternative, oder nach W über Brañarredonda, der Lena-Variante, die der Originalroute zu entsprechen scheint. Ihr entlang kommen wir am Mayau Carbonero und weiter unten dem Ort Congostinas vorbei. Beide Routen münden im Mayau Carraceo (1.213 m), von wo aus in mehreren Richtungen weiter gehen können: nach Moreda (Aller), nach Santa Cristina und Carabanzo (Lena) und nach Congostinas. Letztere Möglichkeit ist die kürzeste, so dass wir über Calaverdás, Linares de Arriba und Linares de Abajo nach Congostinas gelangen, einem Dorf in 4 km Entfernung von Puente de los Fierros, wo unsere Route endet.



#### Dauer

Unser Vorschlag dauert 4-5 Stunden. Die komplette Route bis Carabanzo (Lena) oder Moreda (Aller) 10-11 Stunden, so dass man sie in zwei Tagen angehen sollte. Da es sich um eine Durchquerung handelt, benötigt man entweder zwei Autos, oder muss sich ein anderes Transportmittel für den Rückweg suchen.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 Richtung León und in Campomanes über die N-630 bis zum Pajares-Pass (1.379 m). Nach dem Pass und hinter Busdongo nehmen wir einen Abzweig links Richtung Camplongo und fahren weiter bis Pendilla, wo wir starten..

#### Sehenswerte Orte

Puente de Los Fierros. Pfarrhaus, Kapelle und Brücke (MHA).

Lena. Sta. Cristina de Lena (9. Jh.), asturianische Präromantik. Ehemaliger Bahnhof La Cobertoria, Erklärungszentrum der Präromantik

Carabanzo. Palast und Turm der Faes (17.-18. Jh.).

## V. V. de La Camocha

### Grüner Weg La Camocha



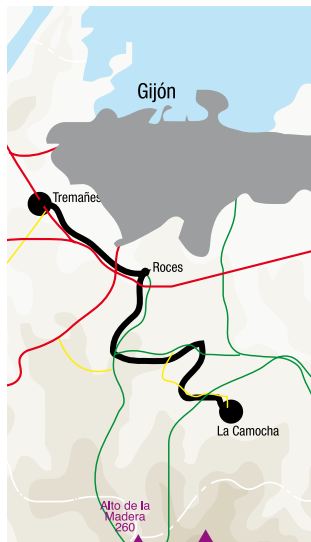
#### Beschreibung der Route

Vom Sportplatz von Sta. Bárbara (1950) abgehend verläuft die Route abwärts bis in die Nähe der Quelle El Mortero und dann weiter parallel zum Bach Pilón, an dessen Ufer ein üppiger Wald wächst. Etwas weiter vorne überqueren wir eine Holzbrücke und kommen in die Gemeinde Rocés, wo wir die Straße nach Oviedo unterqueren und schon bald durch ein Industriegebiet kommen, das uns zum Palast der Gräfin von Riánsares (der Förderfamilie der Eisenbahn Langreo-Gijón von 1840) und von dort in ein dichtes Waldgebiet bringt. Hier können wir autochthone Arten wie Eichen, Birken und Kastanien inmitten einer ländlichen Gegend mit Gemüsegärten, Wiesen und Bauernhäusern wie der Casa Rubiera einschließlich Adelswappen, Apfelweinkeller und Kornspeicher im Marinestil genießen.

So gelangen wir an die kleine Brücke über den Bach La Pedrera und kurz darauf mithilfe eines Tunnels über die "Kohlestraße" (AS-246) und in die Gemeinde Lleorio. Minuten später gelangen wir an die alte Eisenbahnbrücke El Puentón mit Erholungsgebiet und schöner Aussicht auf die Orte im S des Llantones-Tals El Picumil und l'Altu la Maera. Kurz, bevor wir die "Kohleautobahn" AS-1 unterqueren, sehen wir die Ruinen der Pfarrkirche Sta. María de Lleorio (12. Jh.).

Nach der Autobahn und nunmehr in der Gemeinde Güercos durchstreifen wir eine schöne Landschaft und gelangen kurz darauf an das Dorf La Camocha, eine Kohleanlage aus dem Jahre 1928, von der ein Lied zu berichten weiß, dass ihre Galerien unter dem Meer verlaufen.

*Ce parcours suit l'ancienne voie ferrée houillère qui reliait les puits de La Camocha et Veriña abritant une industrie sidérurgique alimentée par le minéral extrait des puits.*



#### Dauer

2 - 3 Stunden ida Zu Fuß.

1 Stunde ida em MB.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 bis Gijón und von dort bis Tremañes. Hier bis zum Bergarbeiterdorf Sta. Bárbara, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Gijón. Viertel Cimadevilla; historisches Viertel, römische Bäder und Wälle (1. Jh. n.Chr.). Anhöhe Sta. Catalina. Lob des Horizonts (Eduardo Chillida, 1990). Promenade und Küstenpfad. Skulpturengalerie. Museumsstiftung Evaristo Valle. Barjola-Museum. Museum und Geburtshaus von Jovellanos. Museum Nicanor Piñole, Eisenbahnmuseum, Internationales Kunstzentrum "Revillagigedo-Palast", Asturianisches Heimatmuseum und Dudelsackmuseum.

Monte Deva. Erholungsgebiet, Rundblick und Grabhügelreste aus der Bronzezeit.

Campa Torres. Archäologische Reste der Stadtmauer und der präromanischen Festungssiedlung der Cilurniger. Erklärungszentrum.



# Küstenpfad

G.R. E-9

## Bustio - Pendueles

### Bustio-Pendueles

#### Beschreibung der Route

Vom Park aus starten wir Richtung NW unterhalb der Landstraße N-634 durch die Viertel Texera und Salcea, bis wir auf den Camino Real gelangen, der bis zum Pico Cañón hinaufführt. Hier biegen wir nach N in die Ería Nueva ein, bis hinab zu den Ruinen des romanischen Klosters Sta. María de Tina, das eine ansprechende Umgebung bildet. Von hier aus führt der Pfad bis zu den Klippen und dem Leuchtturm von San Emeterio mit schönem Blick auf die Moral-Bucht und das Erholungsgebiet, in dessen Nähe sich die prähistorische Höhle von Pindal befindet (Archäologisches Gebiet – Kulturgut).

Hier begeben wir uns über die Straße des Leuchtturms Richtung S zum Aussichtspunkt Picu de Pimiango, wo wir weiter zum Ort Pimiango mit schöner Aussicht auf das Inland und den Küstenstreifen gehen. Wir verlassen Pimiango über die Lokalstraße RD-1, kreuzen die N-634 und biegen rechts bis zur Kapelle El Cristo ab. An diesem Bauwerk fahren wir die RD-3 links bis zum Ende, vorbei am Campingplatz Mirador de Llavandes. Weiter geht es über einen Weg, der uns über die Ställe L'Axiu und durch Serra und Tejavana bis La Franca bringt.

Von diesem Ort fahren wir nach W Richtung Tresgrandas ca. 1.500 m lang, bis links ein Weg zum Gebiet La Peña abgeht. Nach überqueren des Flusses Cabra nehmen wir den Pfad, der das Flachgebirge La Borbola hinaufführt, bis er auf die Lokalstraße LLN-4 trifft. Hier biegen wir rechts ab und begeben uns über Tobiu und Llavadero bis Buelna bergab. Nun brauchen wir nur noch die N-634 zu überqueren und den Ort über einen Weg in Richtung Küste zu durchfahren, der direkt nach der FEVE-Eisenbahnlinie kreuzt und uns ganz gemütlich parallel zur Küste bis Pendueles führt.

#### Dauer

21,6 km.  
4 – 5 Stunden Zu Fuß.  
2 – 3 Stunden ida. em MB.

#### Anfahrt

Von Oviedo entweder über die A-8 Richtung Santander oder über die N-634 bis Bustio, dem letzten Ort Ostasturiens. Hier befindet sich der Öffentliche Park La Remansona, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Llanes. Historisches Viertel. Stadtmauer und Burgturm (13. Jh.). Gastañaga-Palast (13.-15. Jh.). Stiftskirche Sta. María (13.-15. Jh.). Würfel der Erinnerung von Ibarrola.

Puertas de Vidiago. Götzenbild von Peña Tú (Bronzezeit, 2. Jahrtausend v.Chr.).

Colombres (Ribadedeva). Villa Guadalupe und weitere Indiana-Häuser. Indiano-Archiv.

Pimiango (Ribadedeva). Aussichtswarte San Emeterio. Prähistorische Höhle Pindal.



#### GR-204 (E-9)

Dieser auch als Route der Nordküste bekannte Pfad entspricht einem großen europäischen Wanderweg, der von Deutschland über die Atlantikküste bis Andalusien führt. Die Regionalregierung Asturiens leitete 1997 die Herrichtung der verschiedenen Abschnitte dieser Route mit Infrastrukturmaßnahmen, Schildern, Erholungsgebieten, Quellen, Auskunftstafeln und allen weiteren Elementen für hochwertigen Qualitäts-tourismus in die Wege. Die heute fertigen Abschnitte werden von O nach W auf den folgenden Seiten beschrieben



## Llanes – Celorio

### Llanes – Celorio

#### Beschreibung der Route

Die Route beginnt am Paseo de San Pedro der Stadt Llanes, einer Rasen-Promenade entlang der Steilklippe, die die Mündung des Hafens von Llanes säumt und uns eine herrliche Sicht auf den Ort, die Küste von Llanes und das Cuera-Gegirge Richtung Süden bietet. Von hier aus führt uns der Pfad über einen Abzweig links, der durch das Viertel Las Malvinas führt, auf die Landstraße, die Llanes mit der Ortschaft Poo verbindet.

Nachdem wir Poo hinter uns gelassen haben, schlagen wir am Eingang zum Campingplatz den Abzweig rechts ein, der uns an das linke Ufer der Poo-Mündung bringt.

Dieser traumhaft schöne Abschnitt lässt uns Aussicht auf die schöne Bucht und ihre einzigartige Mündung. Wir wandern weiter über den gleichen Pfad, der nun ganz nah des Meeres verläuft, und uns vorbei an den Ruinen einer alten Kapelle führt, bis wir die charakteristischen Kalksteinseln oder "Castros" und die Insel Almenada in der Umgebung des Strandes von San Martín ausmachen. Diese Gegend ist insofern landschaftlich höchst interessant, als sie bei Ebbe zu einem paradiesischen, breiten Sandstrand wird, während sie bei Flut einer schönen Küstenlandschaft mit kleinen Inseln, Kaps und Buchten entspricht - schön ist sie auf jeden Fall.

Von hier aus führt der Weg über Wiesen, die uns dem Ort Celorio nähern, wo wir das Kloster San Salvador mit seinem romanischen Turm bewundern und die schönen Strände von Palombina, Las Cámaras, Borizo und Troenzo genießen können.

#### Dauer

5,4 km.  
1 – 2 Stunden

#### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo nehmen wir die Autobahn A-66 in Richtung Gijón und kurz darauf die A-64 in Richtung Santander bis zum Bezirk Llanes und dessen Hauptstadt.

#### Sehenswerte Orte

Altstadt von Llanes.  
Meereszentrum (Llanes). Museum über die enge Verknüpfung der Bewohner von Llanes mit dem Meer.  
Pfarrkirche Santa María (Llanes), 13.-15. Jh.  
Grabhügelgruppe im Gebirge Sierra Plan de la Borbola und Götzenbild von Peña Tú (Puertas de Vidiago).



#### GR-204 (E-9)

Wunderschöner Streckenabschnitt entlang der Küste von Llanes, mit den Landschaften der San Pedro Promenade und der Bucht von Poo, schönen Beispielen für den ewigen Kampf zwischen den Kalksteinklippen und dem kantabrischen Meer.



## Pendueles - Llanes

### Pendueles - Llanes

#### Beschreibung der Route

Der Weg geht in Pendueles, etwa 100 m von der romanischen Kirche S. Acisclo Richtung W los und verläuft zwischen Weiden bis zum Bach Novales, kurz nach dem wir ein Erholungsgebiet in der Nähe des Strandes von Vidiago erreichen. Der Weg geht über den Küstenstreifen über einen ebenen Weg mit guter Aussicht weiter, bis wir Richtung S fast bis zu dem Ort Vidiago (in den wir aber nicht hineinfahren) abgeht. Hinter dem Dorf nähern wir uns den Speiern von Arenillas (Naturdenkmal), einem geologischen Phänomen, das bei stürmischer See heftige Wasserstrahlen in die Luft sprüht, die bereits vom Weg aus zu erkennen sind.

Weiter vorne überqueren wir den Purón in der Nähe seiner Mündung und zwei Kilometer weiter begeben wir uns in den Ort Andrín, von dessen schönem Strand aus wir Richtung Llanes über das Küstengebirge La Cuesta fortfahren, in dem sich ein Golfplatz und der Aussichtspunkt La Boriza zwischen den Stränden Andrín und Ballota mit Blick über den Küstenstreifen bis Llanes befindet. Der letzte Abschnitt dieses Weges geht bis zur Kapelle El Cristo, von der aus wir über La Portilla auf die LLN-2 gelangen, die uns bis zum Strand von Toró in Llanes bringt. Schließlich können wir uns über die Strände Puerto Chico und Sablón zum Paseo de San Pedro begeben, der uns über den Klippen einen Rundblick von der mittelalterlichen Stadtmauer und dem Gehöft von Llanes über das Küstengebirge des Cuera (Naturschutzgebiet) bis zu den hohen Gipfel der Picos de Europa (Nationalpark) schenkt und so den krönenden Abschluss dieser herrlichen Route bildet.

GR-204 (E-9)

*Dieser Abschnitt bringt uns zur Hauptstadt der asturianischen Ostküste über den Küstenstreifen und entlang kleiner Dörfer, schöner Strände wie Andrín und Ballota und einladenden Landschaften.*



#### Dauer

14,5 km.  
5 – 6 Stunden ida Zu Fuß.  
2 – 3 Stunden ida em MB.

#### Anfahrt

Von Oviedo entweder über die A-8 oder über die N-634 Richtung Santander bis zum Abzweig nach Pendueles, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Llanes. Historisches Viertel.  
Stadtmauer und Burgturm (13. Jh.).  
Gastañaga-Palast (13.-15. Jh.).  
Stiftskirche Sta. María (13.-15. Jh.).  
Würfel der Erinnerung von Ibarrola.

Puertas de Vidiago. Götzenbild von Peña Tú (Bronzezeit, 2. Jahrtausend v.Chr.).

Colombres (Ribadadeva). Villa Guadalupe und weitere Indianer-Häuser. Indianer-Archiv.

## Arenal de Morís

### Strand von Morís

#### Beschreibung der Route

Die Landspitze La Braniella grenzt den Bezirk Caravia im Osten von Ribadesella ab und schützt den über 800 m langen und besonders bei Surffreunden beliebten Strand Morís.

Der Küstenpfad, der aus dem Bezirk Ribadesella kommt, überlappt sich mit der nördlichen Variante des Jakobswegs. Die ersten Meter verlaufen über den gleichen Strand von Morís, bis der Pfad auf die Zufahrtsstraße zum Strand in ihrem Anfangsstück führt.

GR-204 (E-9)

*Senda Costera (Küstenpfad). Strand von Morís - La Espasa (Wanderweg durch den Bezirk Caravia). Auf sämtlichen Abschnitten des asturianischen Küstenpfads bietet der Weg zwischen Steilklippen und Wiesen mit dem kantabrischen Meer im Hintergrund einen stets schönen und bisweilen atemberaubenden Ausblick. Die Strecke durch den kleinen Bezirk Caravia ist besonders insofern besonders angenehm, als die Nähe zum Küstengebirge des Sueve, die gepflegte ländliche Umgebung und der schönen Fischerstadt Lastres im Hintergrund ein Bild bieten, dessen einen anhaltend tiefen Eindruck hinterlassen wird.*

Von hier aus geht es ein paar Meter weiter über den Seitenstreifen der Straße und nach einem kurzen Stück bergauf geht rechts ein Weg ab, der sanft zwischen Wiesen und Grundstücken bis zum Strand La Beciella hinabführt, an dem der Romeros-Fluss mündet und an dessen Ufer früher eine Templerstätte und ein Benediktinerkloster standen. Der Name des Flusses ("Wallfahrer-Fluss") nimmt Bezug auf die Pilger des Jakobswegs nach Santiago de Compostela, was von der Bedeutung zeugt, die diese Route einst für den Weg zum Grab des Apostels hatte.

Wir genießen die Aussicht und die schöne Umgebung und wandern leicht entlang der Steilklippen auf den schönen, großzügigen und gut erreichbaren Sandstrand von La Espasa zu, an dem der gleichnamige Fluss mündet, der die Grenze zwischen den Bezirken Colunga und Caravia bildet. Hier liegt der Endpunkt unserer Route.



#### Dauer

3,5 km.  
1 Stunde.

#### Anfahrt

Ausgehend von Oviedo nehmen wir die Autobahn A-66 in Richtung Gijón und kurz darauf die A-64 in Richtung Santander bis zum Bezirk Colunga. Wir verlassen die Autobahn an der Ausfahrt Colunga - La Isla - Lastres, wo wir die Landstraße N-632 in Richtung La Isla bis zur Hauptstadt des Bezirks Caravia, Prado, einschlagen, wo wir Richtung Morís-Strand abzuweichen. Von Gijón aus fahren wir Richtung Osten über die A-8, die sog. Kantabrische Autobahn, bis zur Ausfahrt Colunga - La Isla - Lastres, wo wir wie oben beschrieben weiterfahren.

#### Sehenswerte Orte

Kirche Santiago de Caravia (Carrales), 17. Jh.

Herrenhaus und Francu-Kapelle (Duesos), 18. Jh.

Santiago de Gobiendes (Gobiendes, Bezirk Colunga), 10. Jh., vorromanisch.

Jura-Museum (Bezirk Colunga).

## Colunga

### Colunga



GR-204 (E-9)

Colunga befindet sich in einer geographisch günstigen Lage zwischen den Bezirken Ribadesella und Llanes im Osten und Villaviciosa und Gijón im Westen. Gleichzeitig bilden das Sueve-Gebirge und die nahe gelegenen Picos de Europa eine Landschaft, die Meer und Berge vereint und damit typisch asturianisch ist. Darüber hinaus haben die reichen Ichtnen-Funde (versteinerte Sauropoden-Abdrücke) an ihren Stränden dieser Region den Beinamen "Dinosaurier-Küste" eingebracht. Diese Ehre spiegelt sich auch im Asturianischen Jura-Museum MUJA wieder, das sich hier befindet und einen weiteren Anziehungspunkt dieses Bezirks darstellt.



### Beschreibung der Route

Wir beginnen die Route am Strand der Ortschaft La Isla, gegenüber der Kirche, von wo aus wir den Schildern folgen, bis wir an einen beschaulichen Platz mit mehreren Kornspeichern, "Hóreos", der den Namen "Plaza del Horrón" trägt. Weiter geht es entlang der Häuser von El Castro leicht bergab mit Blick auf das Kantabrische Meer und den Ort Lastres, bis an eine Kreuzung im Viertel Corvera, an der wir rechts abbiegen, so dass wir an der Pilgerherberge vorbeikommen, von wo aus man einen herrlichen Rundblick über das Sueve-Gebirge hat.

Durch das Viertel La Colonia gelangen wir schon bald an die Kreuzung Les Cabañas, wo wir uns bis zu einer erneuten Gabelung nach rechts begeben. Dort begeben wir uns nach links, zwischen Ländereien und Hecken, über den Pfad La Moria in Richtung unserer nächsten Zwischenstation, der Ortschaft Huerres, zur der wir nach einem letzten Abschnitt mit üppiger Vegetation gelangen. Es lohnt sich, hier eine kleine Pause einzulegen, um dieses typisch asturianische Dorf zwischen dem Kantabrischen Meer und dem Sueve-Gebirge zu genießen.

Wir verlassen Huerres über die Landstraße in Richtung Colunga, wobei wir das Viertel La Torre umrunden, bis wir an die Kreuzung El Foyo gelangen. Hier verlassen wir die Straße und nehmen einen asphaltierten Weg, der rechts zwischen Grundstücken und Apfelmärgen (Pomaradas) abgeht und uns zur Kirche San Juan de Duz führt. An dieser gehen wir rechts vorbei und laufen weiter an der Mauer des San Juan Palastes entlang bis zu dessen Haupteingang. An dieser Stelle gehen wir rechts weiter bis auf die Höhe der Palast-Kapelle, an der wir den Weg La Caleyá de la Miyar nehmen, der links leicht bergab zwischen den Häusern von La Riestra verläuft. Bald erblicken wir die Flussmündung von Colunga. Nach einer kurzen Rast gelangen wir an ihr rechtes Ufer, das wir weiter bis an den Strand La Griega entlang laufen. Hier endet unsere Route und beginnt die sogenannte Dinosaurier-Route im Zusammenhang mit dem nahe gelegenen Jura-Museum.

### Dauer

1 – 2 Stunden.

### Anfahrt

Ab Oviedo über die A-8 Richtung Santander bis zur Ausfahrt nach Colunga und anschließend über die N-632 bis La Isla.

### Sehenswerte Orte

Asturianisches Jura-Museum MUJA. Es befindet sich auf der Anhöhe von San Telmo und weist Nachbildungen, Skelette u.v.m. auf, die uns die verschiedenen Zeitalter der Erde und die Lebensform dieser phantastischen Tiere, die vor Millionen von Jahren an der Küste Asturiens lebten, näher bringen.

Öffnungszeiten (Letzter Eintritt zum Museum eine Stunde vor Schluss).

Hauptsaison (im Sommer, vom 15. Juli bis zum 15. September, an

verlängerten Wochenenden und an Feiertagen): Täglich von 11 bis 14 Uhr und von 16 bis 20 Uhr.

Nebensaison (Rest des Jahres): Mittwochs bis Sonntags von 11 bis 14 Uhr und von 16 bis 18 Uhr. Montags nachmittags und Dienstags geschlossen.

Preise: Eintritt, 6 €. Kinder von 0 – 3 Jahren, kostenlos. Kinder von 4–11 Jahren, Erwachsene ab 65 Jahre und Gruppen, 4 €.

Aussichtspunkt "Mirador del Fito": Wachturm inmitten des Sueve, dem wohl schönsten Küstengebirge Asturiens, in dem die sagenumwobenen Ponys "Asturcones" in Halbfreiheit leben. Seine maximale Höhe erreicht es am Picu Pienzu, der mit seinen 1.159 m ein schönes Ziel für einen Ausflug durch die Berge darstellt, der auf Seite 45 dieses Führers beschrieben wird.

## Cervigón

### Cervigón



GR-204 (E-9)

Der Wanderweg Paseo del Cervigón ist Teil des Küstenpfads, der entlang der Küste von Gijón verläuft. Er beginnt am Strand Playa de la Ñora und geht über das Kap Cabo de San Lorenzo bis zum Park El Rinconín, in der Nähe des Strands von San Lorenzo und dem Stadtzentrum. Dieser Wanderweg bietet neben verschiedenen Perspektiven der Stadt, je näher wir ihr gelangen, eine Reihe moderner Skulpturen, die diese Region zu einem wahren Freilichtmuseum machen.



### Beschreibung der Route

Von dem Strand La Ñora aus begeben wir uns in Richtung des Parks von Cabo de San Lorenzo über einen etwa 4 km langen Pfad. Von hier aus gelangt man zu dem Aussichtspunkt in Form eines Vorderschiffs, von dem aus im Westen die Stadt Gijón und allen voran ihre Halbinsel mit der Altstadt Cimadevilla und darauf, auf der Santa Catalina Anhöhe, die Skulptur Huldigung des Horizonts („Elogio del Horizonte“) des Bildhauers Eduardo Chillida auszumachen ist. Weiter westlich ist das Kap Torres mit dem Musel-Hafen zu erkennen. Richtung Osten lassen sich schemenhaft die Strände Playa de Serín, La Cagonera und Estaño sehen, die die Küste in Richtung Villaviciosa säumen. Nach unserem Besuch des Aussichtspunktes begeben wir uns zum Park Cabo de San Lorenzo, wo wir die beiden ersten Skulpturen der Strecke bewundern können: "Paisaje Germinador" (Keimende Landschaft) (1997 - Bronze) des Asturianers Miguel Angel Lombardía, und "Homenaje a Galileo Galilei XV" (Hommage an Galileo Galilei XV) (1997 – witterungsbeständiger Stahl) des Valencianers Amadeo Gabino.

Nachdem wir das Kap Richtung Westen verlassen, geht der Pfad abwärts bis zum Eingang zum Strand Playa de Peñarubia. Anschließend verläuft er wieder kurz bergauf bis zur Landzunge Punta de Rosario de Acuña, die ihren Namen der Schriftstellerin und Vorreiterin der feministischen Bewegung (Madrid 1851 - Gijón 1923), die die letzten Jahre ihres Lebens in dem Haus zu unserer Linken zubrachte, zu verdanken hat. Die Ansicht von Gijón hat sich auf diesem Abschnitt nach und nach verändert und uns allmählich dem Stadtzentrum genähert, das vom Strand San Lorenzo und der Fassadenwand des belebten Viertels La Arena geprägt ist. Der Weg reicht fast bis ans Meer, bevor er die Richtung zum Park El Rinconín einschlägt, wo das Werk "Solidaridad" (Solidarität) (1999 - Edelstahl) des Andalusiers Pepe Noja, das ineinandergreifende Kettenglieder darstellt, zu bewundern ist. Nunmehr im Park erhebt sich das Werk des asturianischen Bildhauers Herminio (2001 - Stahl). Etwas weiter vorne steht das Werk "La Madre del Emigrante" (Die Mutter des Auswanderers) (1970 - Bronze) von Ramón Muñedas aus Kantabrien sinnbildlich für den Schmerz der asturianischen Mütter, die ihre Söhne vom Hafen von Gijón aus emigrieren sahen. Die letzte Skulptur wartet vor der Mündung des Piles und vor dem Übergang in die Strandpromenade von San Lorenzo auf uns: "Sombras de Luz" (Lichtschatten) (1998 – witterungsbeständiger Stahl), ein Werk des Asturianers Fernando Alba.

### Dauer

2 – 3 Stunden.

### Anfahrt

In Gijón am östlichen Ende des Strandes San Lorenzo die Brücke über den Piles überqueren und kurz darauf den Abzweig links (GI-2) bis La Providencia nehmen. Von dort aus erneut links, in Richtung Cabo de San Lorenzo abbiegen. Diese Route lässt sich auch umgekehrt erwandern, indem man die Strandpromenade von San Lorenzo in Richtung Osten entlang läuft.

### Sehenswerte Orte

Gijón bietet 10 Museen, 10 kommunale Kulturzentren und einen prall gefüllten Veranstaltungskalender mit zahlreichen Angeboten im Laufe des Jahres wie der Schwarzen Woche oder dem Internationalen Kinofestival zeugen

von der Dynamik dieser Stadt.

Wir empfehlen einen Besuch des Atlantischen Botanischen Gartens, der einzigartig in Nordspanien ist. Er befindet sich nur 3 km vom Stadtzentrum entfernt und besteht mit einer Fläche von rund 25 ha aus vier Bereichen: dem Kantabrischen Garten, der Pflanzenfabrik, dem Atlantikpfad und der Finca de La Isla.

Öffnungszeiten im Sommer: 10:00 bis 21:00 Uhr. Öffnungszeiten im Winter: 10:00 bis 18:00 Uhr. Montags sowie am 25. und 31. Dezember und am 1. Januar geschlossen. Preise: erwachsene: 5,70 €. Senioren (über 65 Jahre): 2,80 €. Junge Menschen (von 6 bis 26): 2,80 €. Gruppen (+ 10 Personen ohne Führung): 375 €. Erwachsenengruppe mit Führung (max. 30 Personen): 70 €. Kindergruppe mit Führung (max. 30): 60 €. Kinder (unter 6 Jahre): Eintritt frei. "Abono Verde" (Zehnerkarte für eine für eine Person): 18 €.



STRAND DER STILE (Cudillero)

Der Küstenstreifen im Westen ist durch hohe Klippen und kleine Buchten wie auf diesem Foto geprägt

## Carreño

### Carreño



GR-204 (E-9)

Dieser zentral gelegene Bezirk der asturianischen Küste umfasst drei Abschnitte des Küstenpfads: den von Aboño nach Xivares mit einer Länge von 950 m, den von Xivares bis zur Ferienstadt Perlorá mit 1.420 m Länge und den Abschnitt im Stadtgebiet von Candás, der zwischen dem Leuchtturm San Antonio und dem Viertel Piñeres mit dem städtischen Friedhof verläuft.



#### Beschreibung der Route

Vom Aussichtspunkt von Aboño zu Füßen des Kaps wenden wir uns Richtung Westen über den Strand Peña María und den Xivares-Strand über den gleichnamigen Aussichtspunkt, von dem aus man eine vollständige Rundschau hat. Hinter dem Strand Xivares ist der Gipfel El Castiello, Perlorá (die Landzunge Socampos) und der Leuchtturm San Antonio in Candás, den wir später noch besichtigen werden, zu erkennen. Nach diesem Teil begeben wir uns zum zweiten Abschnitt. Dazu laufen wir zum Parkplatz links vom Eingang zu der Siedlung oberhalb des Strandes, von dessen rechten Ende aus eine Treppe zum Ausgangspunkt des Pfades führt.

Der Weg nutzt hier den Wagekasten der ehemaligen Eisenbahn, die als "El Carreño" (1909) bekannt ist und auf diesem Abschnitt einer der felsigsten Landschaften der gesamten Trasse oberhalb der Steilklippe des Tranqueru-Strandes durchfuhr. Zu Beginn durchlaufen wir einen kurzen Tunnel (37 m), der zu dem Weg oberhalb des Strandes, der nur bei Ebbe Sand hat, führt. Dieser Abschnitt führt durch eine wunderschöne Landschaft, die wir Schritt für Schritt entdecken können: zur Rechten die Felsen und der Ozean, zur Linken der steil ansteigende Berg, und vor uns die Klippen. Der Abstieg zum Tranqueru-Strand erfolgt etwas weiter vorne, über eine Treppe aus alten Bahnschwellen.

Am Ende befindet sich ein weiterer Tunnel (36 m), der auf ein Weidegelände führt, das links an die derzeitige Eisenbahntrasse und vorne an eine Felsmauer angrenzt, die direkt ins Meer hinabgeht. Am Ausgang wartet ein neuer Tunnel auf uns (136 m), der zum oberen Teil des Strandes von Carranques in der Ferienstadt Perlorá und zum Ende dieses Abschnitts führt.

Der letzte Abschnitt in Carreño verläuft um das Stadtgebiet von Candás, der Hauptstadt des Bezirks, und reicht vom Leuchtturm San Antonio an der Landzunge Punta del Cuimu, die den Hafen schützt, bis zum Viertel Piñeres. Vom Leuchtturm aus kann man im Westen die Hochebene, die Luanco mit der Punta del Caballo und La Vaca schützt, und etwas näher die Küste von Antromero erkennen.

#### Dauer

Aboño – Xivares – Perlorá: 1 h.  
Leuchtturm San Antonio – Piñeres:  
30 m.

#### Anfahrt

Von Oviedo Richtung Avilés über die A-66 und kurz vor der Ankunft die Ausfahrt rechts nach Candás über die AS-110. Von der Bezirkshauptstadt aus begeben wir uns Richtung Osten entlang der Küste (AS-239), bis ein Abzweig links zum Strand von Xivares führt.

#### Sehenswerte Orte

Candás. Skulpturen-Museum Antón. San Antonio Kapelle und Fischereihafen.

Nekropolis auf dem Monte Areo. Über 30 Dolmen und Grabhügel aus der Bronzezeit.

## Luanco - Bañugues

### Luanco – Bañugues



GR-204 (E-9)

*Die Route lässt sich sowohl per Fuss als auch auf dem Fahrrad bewältigen, jedoch hat die Strecke, die zwischen der Punta de La Vaca und dem Strandpark Moniello verläuft Treppen. Eine gute Wahl ist es, Essen mitzunehmen und auf irgendeinem der Erholungsplätze halt zu machen, die dieser Küstenweg bietet.*



#### Beschreibung der Route

Es handelt sich um eine Route, die der westlichen Küstenlinie der unter Naturschutz stehenden Landschaft des Kaps Peñas folgt. Sie befindet sich innerhalb des Konsorziums Senda Norte und beginnt an der Freizeitanlage La Mofosa, in Luanco. Eine Tafel beschreibt uns den Weg, den wir mit einer kurzen Steigung beginnen. Dieser Abschnitt führt durch einen Wald mit in dieser Gegend einheimischen Bäumen. Etwa 500 Metern nachdem wir die Steigung überwunden haben, ist der Strandpark Moniello und die Felswände mit ihren Karren und Schratzen, die Teil dieser unter Naturschutz stehenden Landschaft sind, zu sehen: Karren und Furchen sind Rinnen, deren morphologische Form sich nach der Neigung der Schicht ändert, über die sie gleiten. Auf diese Weise entstehen in den Felsen während der Ebbe Ausbildungen, die "Pozos de L' Aguión" heißen und wie natürliche Schwimmbecken benutzt werden.

Auf dem ganzen Weg kann der Wanderer eine beeindruckende Landschaft betrachten, da die Route durch spektakuläre Klippen verläuft. Man kann eine Pause machen und sich auf einer der Bänke ausruhen, die es an den Aussichtspunkten den Weg entlang gibt. Der erste Wegabschnitt endet in der Bucht des Bañugues Strandes. Es ist ein feinsandiger, 300 Meter, während der Ebbe bis 500 Meter, breiter Strand, der über einen kleinen Hafen auf dem westlichen Ufer verfügt. Dieser Strand ist auch wichtig für die asturische Archäologie, da auf der rechten Strandseite Resten aus der früheren Altsteinzeit ausgegraben wurden, die möglicherweise von der ersten mehr oder weniger bekannten Besiedlung in Asturien stammen.

Von diesem Strand geht der Weg auf einer Teerpiste weiter, die parallel zur Landstraße Go-1 (Luanco- Cabo Peñas) verläuft, bis wir einen kleinen Fischerhafen von Bañugues (La Ribera), erreichen, wo wir eine Holzbrücke, an die sich der letzten Wegabschnitt anbindet, überqueren.

Dieser Weg hat von Allem etwas, da er flache Gegend mit Steigung und Abschnitte mit Stufen kombiniert. Und fast auf der ganzen Strecke können wir das Meer von Cabo Peñas sehen.

#### Dauer

3 Stunden hin und zurück

#### Anfahrt

Von Gijón über die AS-239 oder AS-118, von Avilés AS-238 und von Oviedo über die A-66 die Abzweigung Tabaza – Candás – Luanco AS-110 nehmend.

#### Sehenswerte Orte

Luanco, Villa Marinera und alter Walfanghafen.

Altstadt, zum Bien de Interés Cultural erklärt (Kulturerbe).

Museo Marítimo de Asturias (MUMA) (Schiffahrtsmuseum),

Kap Peñas und Besucherempfangs- und Erklärungszentrum des Seemediums Peñas (MEMAP).



## Faro Peñas-Faro Nieva

### Leuchtturm Peñas - Leuchtturm Nieva



#### Beschreibung der Route

Dieser Abschnitt des Nordpfades gehört mit zu den schönsten der Küste Asturiens. So steht fast der gesamte Küstenstreifen, durch den er verläuft, unter Naturschutz, weil er Ökosysteme wie Winddünen oder hohe Steilklippen aufweist, Lebensraum zahlreicher Wasservogelarten.

Der Aussichtspunkt Cabo Peñas bietet uns mit Blick auf die Steilklippen und die Felsmauer, die in das Meer hineinreicht, ein schwindelerregendes Schauspiel. Der Abgrund (ca. 100 m Höhe) wird von der reichen Vogelfauna durchpflügt, die das Kap wegen seiner wilden Natur, seiner Weite und wegen der kleinen Felsinseln, die den Tieren als Rückzugsort dienen, gerne heimgesucht. So ist es keine Seltenheit, hier nistende Möwenarten (Lachmöwen, Gelbfußmöwen u.a.), Kormorane (groß und klein), europäische Sturmschwalben und sogar Wanderfalken zu sehen. Die nahen Inseln La Erbosa (links) und Sabin (rechts) gehören zu ihren bevorzugten Nistorten.

Wir verlassen Cabo Peñas, um uns über die Landstraße gen Westen nach Ferrero zu begeben. Von dort aus entfernt sich der Pfad leicht von der Küste und umgeht die steil abfallenden Klippen von Punta Ferrero, bevor er uns zu dem Ort Verdicio führt, wo herrliche Strände auf uns warten: Playa Aguilera, Carniciega und Verdicio.

Über Straßen, über Pfade und über Asphalt bringt uns der Weg bis zur Punta Llampero, wo noch Bauten der alten Seilbahn für den Gesteintransport zu sehen sind. Anschließend führt der Weg abwärts an den Strand Playa de Xagó, den wir hinter uns lassen müssen, wobei wir sein Dünsystem und seine beiden Binnenlagunen bewundern können, an denen zahlreiche Vogelarten leben. Nach dem Strand mündet der Weg in den Ort Nieva, den wir durchqueren, um die Landspitze Punta Focada ebenfalls hinter uns zu lassen und schließlich an den Leuchtturm San Juan de Nieva zu gelangen, der am östlichen Ende der Flussmündung von Avilés steht und eine herrliche Aussicht über den nahen Strand von Salinas und die Küste in Richtung Westen, mit der Insel La Deva und dem Kap Vidio bietet.

#### Dauer

5 – 6 Stunden

#### Anfahrt

Ab Avilés über die Regionalstraße AS-238 bis Luanco und ab dort über die Lokalstraße bis zum Kap Peñas. Ab Gijón über die Regionalstraße AS-19 bis El Otero und anschließend über die Landstraße AS-239 bis Luanco und ab dort über die Lokalstraße bis zum Kap Peñas.

#### Sehenswerte Orte

Maritime Museum von Asturien.  
Luanco

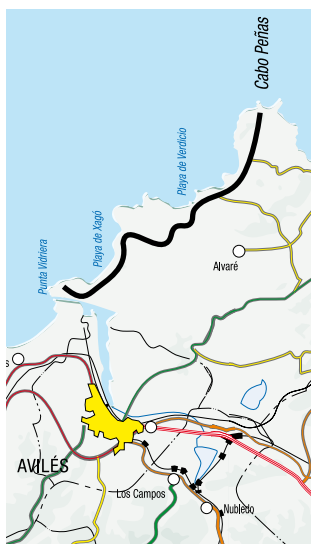
Villa Marinera und Old Barrio Pesquero.  
Luanco

Altstadt erklärt Kultur

MEMAP

GR-204 (E-9)  
PR AS-25

*Dieses Gebiet befindet sich wie das vorherige im Zentrum der asturischen Küste. In Gozón findet man das Cabo Peñas (Kap von Peñas), nördliche Grenze der Region und Achse, die den Osten und Westen der Küste teilt. Avilés zählt auf einen attraktiven Industrie – und Fischereihafen dank des sicheren Ankergrundes seiner Ria. Die Senda Norte besteht aus unabhängigen Ausflügen zu den Stränden von Gozón, Los Cristales (El Bigaral), Aramar, Bañugues, Lumeres und Xagó, zu denen man die Strecke, die das Cabo Peñas mit dem Leuchtturm von San Juan de Nieva hinzufügen muss.*



## Arnao - Playón de Bayas

### Arnao - Playón de Bayas

#### Beschreibung der Route



GR-204 (E-9)

*Dieser Abschnitt verläuft entlang der Küste ab dem Strand von Arnao, einem der ältesten industrialisierten Orte (1833) bis zum Strand Playón de Bayas (zusammen mit der nahe gelegenen Insel Deva Naturdenkmal), der mit seinen 3.500 m Länge der größte Sandstrand der Region ist.*

Der Pfad beginnt im äußersten Westen des Strandes von Arnao, hinter dem Turm der Grube, die seit Mitte des 19. Jh. hier von der Real Compañía Asturiana de Minas betrieben wurde und die erste vertikale Grube der Region ist. Wir steigen über einen kurzen Abschnitt Treppe hinauf, bis rechts ein Schild auf den Anfang des Pfades hinweist, der uns zunächst zum Aussichtspunkt Las Arribas führt. Nach weniger als 1 km nach dem Startpunkt kommen wir an die Aussichtswarte La Ladrona mit Blick auf die gleichnamige Insel und fahren nun weiter entlang des Strandes Sta. María del Mar bis zum Aussichtspunkt Escayu. Von hier aus begeben wir uns zum Strand von Bahinas, wo wir Richtung S bis an die Lokalstraße fahren, die uns nach W in die Nähe des Strandes von Munielles führt, der ungefähr auf der Hälfte der Gesamtstrecke liegt. Von hier aus fahren wir erneut über ein Stück asphaltierte Straße durch den Ort El Cuetto und wieder an die Küste bis an den Strand El Reguero. Von hier aus führt der Weg in Richtung des Vidrias-Kap, an das wir über einen Abzweig rechts gelangen. Zurück auf dem Pfad kommen wir an ein kleines Vogel-Observationszentrum in der Nähe der Landspitze El Moro mit einem Aussichtspunkt gegenüber der Insel Deva, die ihren Namen einem keltischen Wassergott verdankt. Die beiden letzten km bringen uns an die Landspitze Socollo mit der Warte Bayas, von der aus wir über ein Stück Landstraße bis zu einem Weg rechts gelangen, der uns zum Strand Playón de Bayas bringt.

#### Dauer

9,85 km.

3 – 4 Stunden ida Zu Fuß  
2 – 3 Stunden ida em MB.

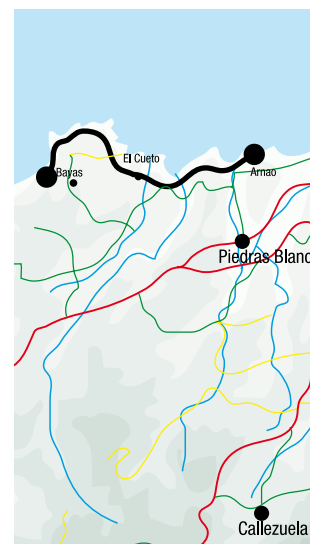
#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 nach Avilés und von dort über die N-632 bis zum Abzweig nach Salinas, von wo aus wir uns nach Arnao und seinem Strand, an dem wir losfahren, begeben.

#### Sehenswerte Orte

Pillamo. Arbedales-Grotte.

Avilés. Alas-Kapelle (14. Jh.), Palast des Markgrafen von Ferrera (17.-18. Jh.), Rathaus (17. Jh.). Alte Kirche von Sabigo (13.-18. Jh.), Marktplatz und Ferrera-Park.



## S. Esteban - Veneiro o Xilo

### S. Esteban- Veneiro o Xilo

#### Beschreibung der Route

Der Pfad geht Richtung W von der Umgebung des Strandes El Espigón in San Esteban de Pravia los und führt über einen Treppenabschnitt nach oben zum Aussichtspunkt der Wallfahrtskapelle Espíritu Santo. Von dort geht er weiter durch Eukalyptus- und Kastanienbäume entlang des Strandes El Focarón und gelangt in wenigen Minuten zur Aussichtswarte L'Atalaya über dem gleichnamigen Strand. Nach nunmehr etwa der Hälfte der Strecke fahren wir weiter entlang des Strandes von Cazonera und kurz darauf über eine kleine Brücke bis zum zweiten Erholungsgebiet der Route in der Nähe von Las Llanas an der Aussichtswarte Los Glayos, wenige Meter vom Weg entfernt. Von hier aus gelangen wir in kaum 500 m zur Anhöhe Las Llanas über dem gleichnamigen Strand, von der aus wir in kaum mehr als einem km zur Aussichtsstelle Miradoiro gelangen, die uns eine gute Übersicht über unsere Route und die Küste gibt. Der verbleibende Abschnitt führt uns zuerst zu den archäologischen Resten des Präromanischen Castro El Campón und von dort bereits bergab zur Aussichtswarte über den Strand von Veneiro oder Xilo, dem Endpunkt unserer Route, von der aus man zum Nachbarstrand Aguilar gelangen kann.

GR-204

San Esteban liegt am linken Ufer der Flussmündung des Nalón, dem größten Strom Asturiens, der eine beneidenswerte Landschaft von Meer, Flussumgebung, Hügeln und kleinen Dörfern an seinen Ufern aufweist.



#### Dauer

4 km.  
1 – 2 Stunden ida Zu Fuß.  
30 m – 1 Stunde ida em MB.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 nach Avilés und von dort über die N-632 bis zum Abzweig nach Muros del Nalón und von dort bis San Esteban, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Ferrería. Einzigartiger Komplex.  
Ponte. Palast der Markgrafen von Ferrera (16.-17. Jh.).  
Soto. Festung San Martín und Palast La Magdallena (17. Jh.).

## Ortiguera - Viavélez

### Ortiguera – Viavélez

#### Beschreibung der Route

Die Route beginnt im „concejo“ [Gebiet mit mehreren Gemeinden] Coaña, in dem entzückenden Fischerdorf Ortiguera, das Urbild eines Fischerdorfes an der asturischen Küste des Atlantischen Ozeans – mit Einzelhäusern zerstreut von der Felswand am Meeresufer bis zum Hafen selbst. Hier kann man sich an diesem so typischen Ort ergötzen und sich stärken, aber auch die beeindruckenden Ausblicke auf die ganze asturische Westküste bis hin zure Ortschaft von Lugo, Estaca de Bares, genießen. Wir gehen weiter über den Strand Torbas und La Figueira und dann überqueren wir Loza. Es geht weiter über den Strand Armazá mit einer steilen Steigung und dann überqueren wir die Buchten Cambaredo und Castello. Der Weg führt die Küste entlang mit spektakulären Aussichten auf die Felsküste und die Strände. Auf leicht zu durchschreitenden Landwegen gelangen wir zu Pomenande-Stränden (im Sommer sind hier Strandbars geöffnet). Die Route endet am Aussichtspunkt Viavélez, der als La Atalaya bekannt ist.

GR-204 (E-9)

Strecke, die durch die Gebiete von El Franco und Coaña führt, auf der man die typische Landschaft der westlichen Küste genießen kann. Es werden mehrere Ortschaften durchquert, immer in der Nähe der N-634, was die Zufahrt von irgendeinem Punkt der Route erleichtert.

**Wichtiger Hinweis:** ein Bergrutsch ist neulich auf dieser Route ausgelöst worden. Darum ist die Strecke zwischen Ortiguera und Viavalez in Loza, konkret am Strand von Torbas, momentan gesperrt.



#### Dauer

14,5 km.  
4 – 5 Stunden ida Zu Fuß.  
2 Stunden ida em MB

#### Anfahrt

Von Oviedo Richtung Galicien zuerst über die A-66 und dann über die E-70 und alternativ die N-632 durch Navia hindurch und einige Kilometer weiter die Abzweigung nach Viavélez nehmen.

#### Sehenswerte Orte

Sta. María de Miudes. Kirche romanischen Stils, die Älteste des Gebietes mit Bildern von Sta. María und Sagrado Corazón de Jesús  
Palacio de los Castropol. Befindet sich in Miudes. Stammt aus dem XVI. Jahrhundert. Besitzt Wappen und Kapelle.  
Museo de la Forja  
(Schmiedemuseum). C./ Pelayo 2..  
Tel.: 985 637 161 . Geöffnet von 10:00 bis 20:00 Uhr. Eintritt frei

## El Franco

### El Franco



#### PR AS-18

Der Bezirk El Franco in Westasturien weist die typische geographische Aufteilung dieser Region auf. Die Küste zeichnet sich durch eine flache Hochebene aus, die oberhalb des Meeres verläuft und in diesem Bezirk bis zu 90 m Höhe erreichen kann. Sie ist durch steile Klippen, die bisweilen von einer Flussmündung unterbrochen werden, die malerische natürliche Häfen darstellen, wie in Viavélez, und schöne Strände geprägt. Das Inland dagegen charakterisiert sich durch Schiefer-, Quarz- und Sandsteingebirge mit beachtlichen Laub- und Pinienwäldern



#### Beschreibung der Route

Weiter entlang der Route in Richtung Playa de Castello und dem Nachbarstrand Permenande gehen wir auf den Ort Castelo zu, von wo aus es weiter bis La Caridad geht. Von hier aus begeben wir uns nach Viavélez, einem malerischen Dorf, dessen Hafen in ein enges Fjord eingebettet ist, auf dem die Häuser der Fischer angeordnet sind.

Nun wandern wir bergauf in Richtung Mernes und zur Playa de Monellos und nähern uns dabei Valdeparés, mit der Kirche San Bartolomé (ausgehendes 16. Jh.) und dem Fonria-Palast (16. Jh.) der Familie Castrillón Cienfuegos mit Ruchsteinmauerwerk, einem wappengeschmückten Portal und Kapelle. Später, nachdem wir die eindrucksvollen Klippen auf uns haben wirken lassen, gelangen wir an die Landspitze "Punta de La Atalaya", eine ansehnliche natürliche Brücke, die einst, als noch viel Wallfahrt betrieben wurde, als Aussichtspunkt nach diesen Tieren diente. Der Weg führt uns zum Cabo Blanco, dem "Weißen Kap", das seinen Namen der Farbe seines Felsgesteins zu verdanken hat. Hier befindet sich die archäologische Fundstätte eines großen asturischen "Castros", das sich zum Schutz einer schmalen Halbinsel bedient. Man kann noch die Wälle an der Seite, die mit dem Festland verbunden ist (Süden) erkennen, wo fünf Schiefer-Gräben sich mit drei Brüstungen abwechseln. Von hier aus sind im Westen die Ortschaften Tapia de Casariego und Coaña und ein Teil der Küste um Lugo zu erkennen.

Der letzte Abschnitt führt uns an den Strand Playa de Porcía, der Mündung des gleichnamigen Flusses und einst, bis die Segel- und Dampfschiffe aufkamen, natürlicher Hafen im Schutze der Inseln Grande, Pequeña und Gavioteiro.

#### Dauer

2 – 3 Stunden ida.

#### Anfahrt

Ab Oviedo über die A-66 und die A-8 bis Avilés und anschließend über die N-632 bis La Caridad. Von dort aus über die Lokalstraße bis zum Ort Castelo.

#### Sehenswerte Orte

"Valle Feliz" oder "Glückstal". Hier hatten die Flüsse Porcía und Mazo in der Römerzeit eine der höchsten Goldkonzentrationen Asturiens. Zwischen Andina de Abajo und Andina de Arriba erhebt sich der Hügel Corona del Castro, unter dem sich ostwärts das großflächige Tal Valle Feliz erstreckt, das aus einer

römischen Goldgrube hervorgegangen ist, wie man vor allem an dem Hügel in der Mitte des Tales, "Llamua", erkennen kann, der neben Schlacken- und Abraumresten Stollen wie die Höhlenanlage La Andina aufweist, die dank ihrer geologischen, geomorphologischen und landschaftlichen Einzigartigkeit unlängst zum Naturdenkmal ernannt wurde.

Sta. María de Miudes. Romanische Kirche, die älteste des Bezirks, mit Bildnissen der Jungfrau Maria und Herz Jesu.

Palast der Castropols. In Miudes. Aus dem 16. Jh. Mit Wappenschild und Kapelle.

Schmiede-Museum. C/ Pelayo, 2. Tel.: + 985 637 161. Öffnungszeiten: Von 10:00 bis 20:00 Uhr. Eintritt frei.

## T. de Casariego - Vegadeo

### T. Casariego - Vegadeo



#### GR-204 (E-9)

Dieser Abschnitt verläuft entlang eines schönen Abschnitts der Westküste über archäologische Fundstätten, Naturdenkmäler wie den Strand von Penarronda und wunderschöne Landschaften wie das Teilweise Naturreservat der Flussmündung des Eo.



#### Dauer

31 km. Wir haben die über 30 km lange Strecke in 2 Abschnitte geteilt: Tapia de Casariego-Molino Acañes 4-5 Stunden bzw. 1,5-2,5 Stunden mit dem MB. Molino Acañes-Vegadeo 4-5 Stunden bzw. 1,5-2,5 Stunden mit dem MB.

#### Beschreibung der Route

**Tapia de Casariego-Molino Acañes:** Vom Strand aus begeben wir uns in Richtung W und biegen kurz darauf rechts ab, überqueren den Anguleira und besteigen La Reburdia. Weiter vorne biegen wir rechts zum Strand La Paloma mit einer Auskunftstafel über das Castro von Esteiro ab. Von hier aus kommen wir nach Villamil, nach dem wir rechts zum Abzweig zu der Aussichtswarte Punta Picón abbiegen. Weiter geht es über Santa Gadea bis zum Strand von Penarronda (Naturdenkmal), von dem aus wir bis El Tomo weiterfahren, dem Zugang zu Punta del Cuerno, einer weiteren Festungssiedlung mit einer Informationsstelle. Weiter bis zur Landstraße des A.R. von Amao, wo wir über die Umgehungsstraße an die Bucht Lagosteiro gelangen, um die wir herumfahren. So kommen wir nach Caleiro, dem Zugang zum Leuchtturm La Cruz mit Blick auf die Flussmündung des Eo. Wieder zurück in Lagosteiro nehmen wir über 500 m die Straße, die vom A.R. von Amao abgeht. Dann biegen wir links und anschließend rechts ab, bis wir die N-634 unterfahren und nach Rozadela kommen. Weiter durch die Straßen von Teso de Lois bis an die AS-31 kommen wir an eine alte Gezeitenmühle: Molino Acañes, das Ende dieses Abschnitts.

**Molino Acañes-Vegadeo:** Von der Mühle Acañes mündet der Pfad in eine Straße, die bis zur Bucht La Linera führt. Wir fahren durch Oubias bis nach Barres, von wo aus wir vorbei an der Kirche San Esteban und rechts ab nach El Estibo gelangen. Hier bewegen wir uns Richtung Penedo, überqueren den Berg Tesón und kommen an dem Dorf Piñera aus, wo wir rechts zur Kirche San Bartolomé mit einem Erholungsgebiet abbiegen. Ab hier in Richtung Salías kommen wir an einer Aussichtswarte über die Bucht vorbei und überqueren den Bach Riofelle in Richtung Liso de San Juan, in der Nähe von Castropol. Der letzte Abschnitt führt uns über Vilarrasa, A Poceira, Areneira, Os Caleyones und Lantoiira bis Souto. Am Ausgang dieses Ortes biegen wir links ab, unterfahren die FEVE-Gleise und gelangen so an nach Presa. Von hier aus begeben wir uns zum A.R. von Cantera Caleiro mit Rundblick über die Flussmündung des Eo. Nun brauchen wir uns nur noch der Schule A Galea in Vegadeo, dem Abschluss unserer Route, zu nähern.

#### Anfahrt

Von Oviedo über die A-66 nach Avilés und von dort über die N-632 westwärts bis Tapia de Casariego, wo wir starten.

#### Sehenswerte Orte

Campos (Tapia de C.). Stammhaus der Magdalenas (18. Jh.).

Casariego (Tapia de C.). Palast der Cancios (16. Jh.).

La Roda (Tapia de C.). Palast von Cancio-Donlebún.

Abres (Vegadeo). Palast der Mirandas (18. Jh.).

Vijande (Vegadeo). Lastra-Palast.

Castropol. Kirche Ntra. Sra. del Campo (18. Jh.). Montenegro-Palast (18. Jh.). Valledor-Palast (16. Jh.). Pasarón-Palast (18. Jh.).

Barres (Castropol). Donlebun-Palast (18. Jh.).

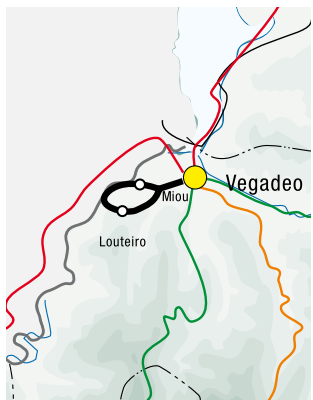
Figueras (Castropol). Palast der Grafen von Trénor (16.-18. Jh.). Palast der Pardo de Donlebun (17.-18. Jh.).

## Vegadeo-Miou-Louteiro



PR AS-18

*Diese Route verläuft durch das Teilweise Naturreservat der Eo-Ría. Dort können wir in den milden Jahreszeiten den Halt der ziehenden Wasservögel beobachten.*



### Dauer

4,5 km.

2 Stunden hin und zurück.

### Anfahrt

Ab Oviedo Richtung Avilés über die A-66 und von dort aus über die Küstenstraße N-634 bis an der Ortschaft Tapia de Casariego vorbei. Nach wenigen Kilometern rechts Richtung Vegadeo abzweigen.

## Vegadeo-Miou-Louteiro

### Beschreibung der Route

In Vegadeo angelangt, wenden wir uns dem Viertel Fondrigo zu, überqueren den Monjardin und biegen die zweite Seitenstraße links ab, wo uns ein Schild auf den Beginn unseres Wanderweges hinweist.

Wir nehmen die Steigung des Wegs von Miou und machen unseren ersten Halt an der Quelle, die in der Kurve liegt. Etwas weiter vorne biegen wir rechts ab und laufen berauf nach Miou bis zu einem Punkt, an dem sich der Weg gabelt und wir uns entscheiden müssen.

In unserem Fall wählen wir den Weg links und lassen zu unserer Rechten die Schulen zurück, kommen anschließend am "Hof der Seelen" oder Patio de las ánimas vorbei, der der Jungfrau Del Carmen gewidmet ist, und gelangen nach Louteiro, wo wir zu unserer Linken die Remedios-Kapelle erblicken, an den Häusern vorbei spazieren und schließlich die Abzweigung rechts einschlagen. Etwas weiter vorne können wir einen alten Taubenschlag erblicken, und nachdem wir den Ort Louteiro hinter uns gelassen haben, biegen wir in den Abzweig links ein. Wir laufen über den Landweg bergab und stoßen auf die alte Bootsanlegestelle.

Weiter entlang des Weges kommen wir an ein Schild, auf dem die Vögel abgebildet sind, die die Ria besuchen, die als wichtigstes Überwinterungsgebiet und Rastpunkt auf dem Weg der ziehenden Wasservögel Asturiens gilt. Je nach Jahreszeit sind einige dieser Vögel auch echt zu sehen. Wir lassen den Landweg hinter uns und marschieren nunmehr über einen Holpfad, der zu einem wahren Morast über die Xurqueira wird, damit jeglicher Einfluss auf dieses besonders geschützte Gebiet vermieden wird.

Nach dem Bewundern der traumhaften Aussicht geht es nun leicht bergauf. Unterwegs können wir in dem zu diesem Zweck angelegten Erholungsgebiet Rast machen.

Nach diesem Abschnitt erblicken wir den Ort Porto und stoßen anschließend auf das erste Haus von Miou, schlagen den Weg rechts ein und gehen über den Hinweg wieder zurück in Richtung Vegadeo.

### Sehenswerte Orte

Vijande: Casa Lastra 16. Jh.

Plantón: Casa del Rego. 18. Jh.

Miou: Gutshaus der Trabadelos.

Vegadeo: Casa de Parga, Casa del Campo. 19. Jh., Casa Villamil. 19. Jh., Pfarrkirche.

Abres: Casa da Rua, Kirche Santiago de Abres.

Meredo: Mittelalterliche Brücke in Planton, Kirche von Plantón.

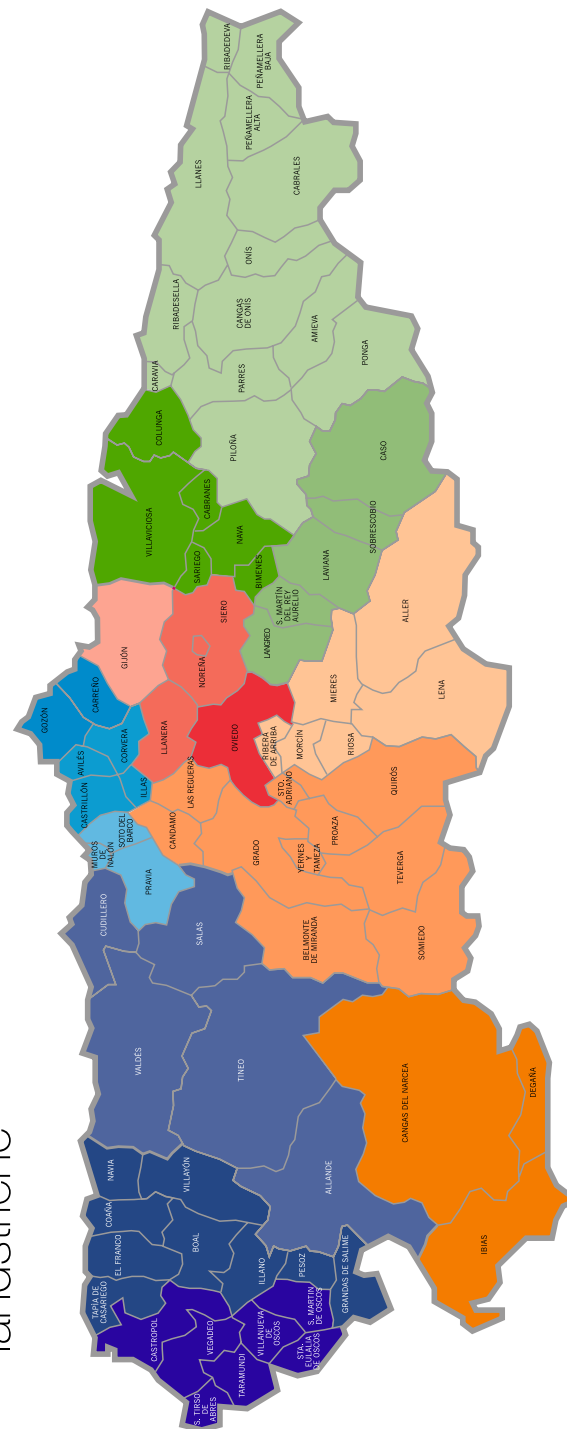
Guiar: Kirche Nuestra Señora de Covadonga.

Eo-Ría.

Flusspromenade César Montaña.

Mazo de Meredo.

## landstriche



- Oscos-Eo: Castropol, San Martín de Oscos, San Tirso de Abres, Santa Eulalia de Oscos, Taramundi, Vegadeo, Villanueva de Oscos
- Parque Histórico del Navia: Boal, Coaña, El Franco, Grandas de Salime, Illano, Navia, Pesoz, Tapia de Casariego, Villayón
- Comarca Vaqueira: Allande, Cudillero, Salas, Tineo, Valdés
- Fuentes del Narcea: Cangas del Narcea, Degaña e Ibias
- Bajo Nalón: Muros de Nalón, Pravia, Soto del Barco
- Camín Real de la Mesa: Belmonte de Miranda, Candamo, Grado, Las Regueras, Proaza, Quirós, Santo Adriano, Somiedo, Tevera, Yernes y Tameza
- Comarca Avilés: Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias, Illas
- Comarca del Nora: Llanera, Noreña y Siero
- Oviedo
- Montaña Central: Aller, Lena, Mieres, Morcín, Ribera de Arriba, Riosa
- Cabo Peñas: Carreño, Gozón
- Gijón
- Valle del Nalón: Caso, Langreo, Laviana, San Martín del Rey Aurelio, Sobrescobio
- Comarca de la Sidra: Bimenes, Cabranes, Collunga, Nava, Sariego, Villaviciosa
- Oriente de Asturias: Amieva, Cabrales, Cangas de Onís, Caravia, Llanes, Onís, Parres, Peñamellera Alta, Peñamellera Baja, Piloña, Ponga, Ribadedeva, Ribadesella

