

Vuelve al
PARAÍSO

Aventura y deporte en Asturias

turismoasturias.es



Asturias
paraíso natural

Introducción

#TurismoActivo

EDITA: SOCIEDAD PÚBLICA DE GESTIÓN Y PROMOCIÓN TURÍSTICA
Y CULTURAL DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS, SAU

Diseño: Arrontes y Barrera Estudio de Publicidad

Maquetación: Paco Currás Diseñadores

Cartografía: Da Vinci Estudio Gráfico

Textos: Alfonso Polvorinos

Fotografía: Portada: Amar Hernández. Interiores: Amar Hernández, Alejandro Badía, Alfonso Polvorinos, Área Norte, César Villa, Escuela Asturiana de Piragüismo, Escuela Asturiana de Surf, Gravity Zone, Jose M^a Díaz-Formentí, Juan de Tury, Manuel S. Calvo, Miki López, Noé Baranda, Pablo López, Pablo Varela, Paco Currás SL, Roberto Tolín, Volar en Asturias y archivo propio.

Imprenta: PUBLIPRINTERS GLOBAL, S.L. Ene. 25

D.L.: AS 03946-2019

© CONSEJERÍA DE PRESIDENCIA, RETO DEMOGRÁFICO, IGUALDAD
Y TURISMO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



turismoasturias.es



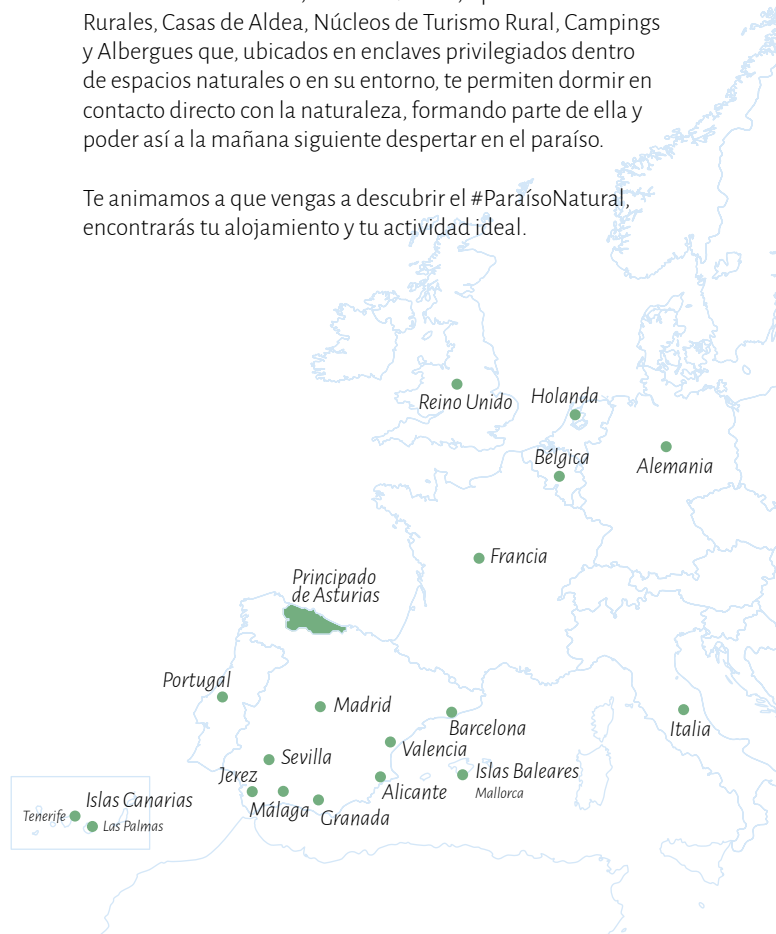
Bezanes (Caso)

La Aventura lleva muchos años afincada en Asturias, quizá por ello Aventura y Activo empiezan por “A”, como Asturias. También la Adrenalina, que espera latente en la razón de ser de sus actividades a ser liberada por tierra, agua y aire. La aventura forma parte de nuestro territorio, de nosotros, desde tiempos inmemoriales y también la modalidad turística que permite vivirla al máximo: el turismo activo, desde que surgiera en España a finales del siglo XX.

Y mucho antes que todo eso, se originó el marco natural en el que se desarrolla el turismo activo y deportivo; entre paisajes que te parecerán irreales salpicados de pueblos y aldeas de arquitectura tradicional magníficamente conservada, montañas tapizadas por bosques multicolores y suelos cubiertos de forma permanente por el verde de sus prados. Pinceladas de una alfombra verde solo rotas por el gris de las formaciones rocosas que coronan las montañas cantábricas, con los Picos de Europa como máximo exponente, y el azul de sus ríos y costa. No tienes más que acercarte hasta aquí para comprobar que Asturias te permite practicar turismo activo y deportivo dentro de una postal.


Y a la hora de vivir experiencias y sentir la naturaleza, nada mejor que alojarse en ella. Para ello Asturias cuenta con una amplia oferta de alojamientos turísticos: Hoteles, Apartahoteles, Hostales, Pensiones, Apartamentos Turísticos, Viviendas Vacacionales, Hoteles Rurales, Apartamentos Rurales, Casas de Aldea, Núcleos de Turismo Rural, Campings y Albergues que, ubicados en enclaves privilegiados dentro de espacios naturales o en su entorno, te permiten dormir en contacto directo con la naturaleza, formando parte de ella y poder así a la mañana siguiente despertar en el paraíso.

Te animamos a que vengas a descubrir el #ParaísoNatural, encontrarás tu alojamiento y tu actividad ideal.



Índice



- 
04. *Turismo Activo y Deportivo*
 08. *Naturaleza en Ruta*
 10. *Naturaleza en Ruta a motor*
 12. *Espíritu de Aventura*
 14. *Como pez en el agua... dulce*
 16. *Como pez en el agua... salada*
 18. *En Bici*
 20. *Nieve*
 22. *Aire*
 24. *Otras opciones...*
 26. *Apunta en tu calendario*

Turismo Activo y Deportivo

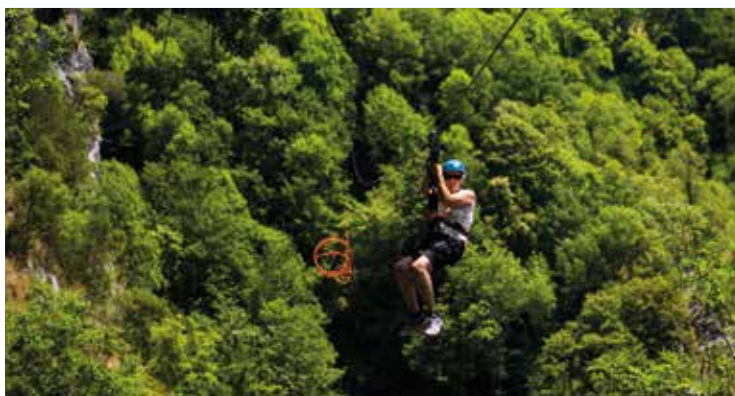
Asturias es sinónimo de gastronomía, cultura, historia, patrimonio,... y, por supuesto, también de naturaleza.



Paddle surf

Nuestra provincia cuenta con más de la tercera parte de su superficie protegida. Más de 10.600 kilómetros cuadrados de territorio entre los que destacan siete Reservas de la Biosfera. Asturias es una de las dos provincias españolas que mayor número de Reservas de la Biosfera aporta a la Red Mundial del programa MAB y una de las regiones con mayor densidad de ellas a nivel mundial. No en vano, estás en un Paraíso Natural.

Paisajes de ensueño en los que la naturaleza ha querido modelar el mejor territorio para el turismo activo y deportivo.



Tu Seguridad, lo primero

La seguridad siempre es lo principal, así que para disfrutar al máximo de tu aventura, déjate guiar por nuestras empresas y no olvides seguir las indicaciones y consejos de los profesionales y guías locales, así como revisar tu equipo personal, llevar la ropa y materiales adecuados, informarte de la previsión meteorológica, etc. Ser conocedor de tus propias posibilidades físicas y la precaución en el campo, siempre son un valor añadido al disfrute de la experiencia.



Buceo



Esquí

Desde la alta montaña hasta el nivel del mar, o bajo tierra, Asturias cuenta con todos los ingredientes necesarios para el mejor cóctel de aventura, pues posee los escenarios naturales precisos para el desarrollo de una vasta lista de actividades por tierra, agua y aire durante las cuatro estaciones del año.

Asturias fue pionera en el turismo rural en España y también una de las primeras en el turismo activo porque gozamos de un territorio que, de forma natural, parece haber sido creado como el mejor “terreno de juego” para conocer de una forma activa, ofreciendo al visitante actividades con una larga tradición e historia entre los deportes

de aventura: senderismo, bicicleta de montaña, escalada en roca, parapente, descenso de barrancos, buceo, surf, etc. Y es terreno perfecto también para la práctica de las actividades que tienen que ver con las últimas tendencias en este tipo de turismo: rivering, airsoft, laser tag, etc.

Que no te lo cuenten... ¡vívelo!



Vías con cuerdas

Empresas especializadas

Contamos con una amplia red de profesionales integrada por **más de 180 empresas con guías profesionales y modernos equipamientos**, que se encargarán de ofrecerte una actividad fascinante de un modo seguro, haciéndote sentir en todo momento que te encuentras en las mejores manos para vivir una experiencia inolvidable.

En familia, en pareja, con un grupo de amigos... Tú pones las ganas de pasarlo bien practicando deporte en contacto con la naturaleza y nosotros el territorio y los profesionales perfectos para ello, porque un Paraíso Natural si se vive de una forma activa, se disfruta mucho más.



Encuentra tu aventura en:
turismoasturias.es/organiza-tu-viaje/deporte-y-aventura/aventura



Montañismo



Windsurf

Aventura sin límites

El límite a las ganas de actividad lo pones tú y la imaginación, creatividad y profesionalidad nuestras empresas de turismo activo; que desde los comienzos del turismo activo han ido desarrollando las diferentes modalidades y creciendo a la par que este tipo de turismo para ofrecer al visitante un sinfín de actividades. Desde lo más "tradicional" hasta la última moda en turismo activo. Imposible no poder elegir entre nuestra aventura sin límites.

Si eres de los que te gusta practicar deporte en la naturaleza disfrutando y apreciando el medio ambiente que te envuelve, Asturias es tu destino.

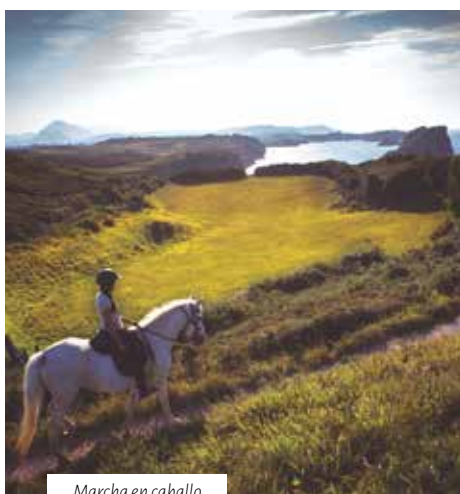
Un relieve accidentado ha forjado desde siempre nuestro espíritu andarín. Si, como nosotros, te gusta caminar para fusionarte con nuestros paisajes y apreciarlos así con todo el detalle que merecen, estás en el lugar perfecto.

Senderismo en Aller

Naturaleza en ruta

Contamos con una **extensa red de senderos de Gran Recorrido, de Pequeño Recorrido y de Senderos Locales**; una densa tela de araña pedestre que te permitirá fundirte con nuestra envidiable naturaleza. Encontrarás senderos históricos como el Camino de Santiago que, bien por la costa (**Camino del Norte**) y/o bien a través del **Camino Primitivo** que enlaza Oviedo/Uviéu con Galicia por las montañas de la cordillera Cantábrica, magnificarán tu experiencia de convertirte en un auténtico peregrino.

Entre los senderos de Gran Recorrido, destacan el GR.109 "**Asturias interior**", uno de los Caminos Naturales más bellos de España, que recorre la cordillera Cantábrica asturiana



Marcha en caballo

Elige tu actividad

- ▶ Marcha en caballo
- ▶ Montañismo y sus modalidades (Marcha Nórdica y Travesía)
- ▶ Senderismo y sus modalidades (Actividades de Orientación, Rutas medioambientales)



No te pierdas...

- ▶ La ruta del Cares, la garganta más espectacular de los Picos de Europa, no puede faltar en el currículum de ningún senderista.
- ▶ Descubre las 7 Reservas de la Biosfera de Asturias a través de rutas en entornos mágicos.
- ▶ El Camín Real de La Mesa, un trazado histórico en la Reserva de la Biosfera de Las Ubiñas-La Mesa.
- ▶ Si te gustan los caballos, acércate a conocer el asturcón, la raza autóctona de poni asturiano.
- ▶ Tranquilamente y en familia, recorre nuestros itinerarios de Vías Verdes.

de este a oeste. 606 kilómetros divididos en 27 etapas para conocer la enorme biodiversidad asturiana. Este Camino Natural enlaza la Reserva de la Biosfera de Picos de Europa con la de Oscos-Eo por el "ecuador" de Asturias.

O el GR.E-9 "**Senda Costera**", que hace lo propio por el litoral. Pocas rutas en el viejo continente tienen la fuerza paisajística de la **Senda Costera** a su paso por nuestra tierra. Esta gran ruta europea (GR.204, E-9) atraviesa el litoral asturiano de cabo a cabo, nunca mejor dicho, desde Bustio hasta A Veiga/Vegadeo, a lo largo de 230,6 km. (14 etapas). Una ruta envuelta en olor a mar, a olas, a dunas... olor a Asturias; complemento perfecto al resto de rutas a lo largo y ancho del Principado, una tierra diseñada para caminar.

Y para completar el recorrido que ofrecen estas dos grandes rutas por el litoral y la franja central asturiana no te olvides de caminar el sur.

Pocos escenarios naturales de panoramas tan soberbios como los de las Reservas de la Biosfera y el propio Parque Nacional de los Picos de Europa (pionero en la Red de Parques Nacionales de España).

Nuestra publicación de "Naturaleza y Rutas" se encargará de mostrarte las opciones senderistas en estos espacios naturales que mejor se adaptan a tus gustos. ¡Te vas a poner las botas!



Bosque de Muniellos

Sumérgete en los bosques Asturianos

Con la fuerza del Bosque de Muniellos o el Hayedo de Hermo como estandartes, nuestra geografía es fundamentalmente verde. Y es que gracias a emblemas forestales así, no podía ser de otra manera. El mayor y mejor conservado robledal de la península Ibérica y uno de los mejores bosques del continente (Muniellos), el mayor hayedo de Asturias (Herme) y otros bosques de haya como los de Peloño (Ponga) o Redes, el encinar de San Emeterio, las Saucedas de Buelles, La Tejada del Suevo y un buen número de árboles centenarios, se encargan de enaltecer el paisaje, de llenar las cámaras de fotos y de que respirar aire de gran pureza no sea un problema en Asturias. Un patrimonio natural único.

Y tras el verano, ese verde abre su explosión de color a los ocres, amarillos, naranjas, rojos... si vienes en otoño, no querrás despertarte de tu sueño asturiano.

Las marchas en caballo constituyen otras fantásticas maneras de conocer la naturaleza asturiana.

Mención especial merecen también las **Sendas Verdes**, que acercan a todo el mundo las sendas costeras, fluviales, sendas en parques, sendas accesibles, etc. Si te gusta seguir antiguos trazados de ferrocarriles recuperados para el turismo activo, desde la Senda del Oso hasta la de Fuso, del Eo o la del Valle de Turón, atrévete con cualquiera de los 9 itinerarios de **Vías Verdes** con los que cuenta Asturias.



Más información:

turismoasturias.es/descubre/naturaleza/rutas



Convenientemente reguladas y por zonas aptas para ello, gracias a las actividades a motor puedes recorrer paisajes mayúsculos montado en un todo-terreno, un buggy, un segway o un quad. Siempre con el respeto que nuestra naturaleza merece.

Ruta en Quad

Naturaleza en ruta a motor

Nuestras empresas de turismo activo diseñan sus **actividades con el máximo respeto hacia la naturaleza**, conocedores de que ésta es el terreno y principal recurso sobre el que se desarrollan, permitiendo así disfrutar de una manera diferente a la hora de divertirse tanto en un circuito como en una ruta, de adentrarse por bosques, montañas y costa; de llegar de forma sencilla hasta lugares que requieren en algunas ocasiones un gran esfuerzo, o pudiendo abarcar en una sola jornada distancias que de otra forma sería imposible acometer. **Acercando la naturaleza a todo el mundo**, en definitiva.

Las rutas a motor permiten, en cualquier caso, apreciar la magna naturaleza asturiana desde otro punto de vista.



Todoterreno 4x4

Con el valor añadido de la interpretación del guía, solo resta elegir la actividad que más se ajusta a tus gustos: buggies y quads aportan adrenalina y los segway diversión y sensaciones, mientras que, de una forma más pausada, las rutas en vehículos todoterreno se encargan de contribuir a acercar los paisajes y otros recursos naturales y culturales a cualquier visitante. También de resolver, de forma guiada e interpretada, los inconvenientes logísticos en rutas senderistas con inicio y final muy distantes.

Y para los moteros, recorrer los paisajes asturianos amplifica cualquier sensación de libertad desde tu montura de hierro, de mezclarte con el aire puro de nuestra naturaleza gracias a las rutas y al mejor touring sobre dos ruedas.



No te pierdas...

- El circuito off Road Adventure Family Park, en la Ría de Villaviciosa, en el que practicar de forma responsable tu deporte de motor favorito o instruirte en sus cursos de todoterreno y motos (off road y on road).
- La costa de Ribadesella en quad, buggie o segway. Eso de recorrer terrenos pisados por dinosaurios hace millones de años no se hace todos los días...
- Una ruta por la costa colunguesa en quad. Recorridos sencillos donde solo has de elegir si pasar 1 ó 2 horas entre icónicos paisajes del mar Cantábrico y Picos de Europa.
- La Senda del Oso en segway. Toda la naturaleza de nuestra más famosa Vía Verde irá sobre ruedas.
- Y hablando de motor, no puedes pasar por alto una visita al museo dedicado al más insigne piloto asturiano: Fernando Alonso. Su vida, su vertiginosa carrera profesional y casi 270 piezas únicas en el Museo y Circuito Fernando Alonso Collection, en Llanera.

Arranca y echa a rodar



Mirador de El Fitu

Elige tu actividad

- Buggies
- Segway
- Motos de ruta
- Todoterreno 4x4
- Quads

Rally Princesa de Asturias

El Rally Princesa de Asturias Ciudad de Oviedo es el más veterano del Campeonato de España. Con una tarjeta de presentación así puedes hacerte una idea de lo que este recorrido y sus participantes pueden ofrecer al visitante. En 2024 alcanzó nada menos que su 61ª edición, una muestra inequívoca del prestigio de esta prueba a motor de enorme interés turístico y deportivo. El Rally cuenta también con la presencia de los vehículos Legend, joyas que competían hace más de 30 años.



Creemos que motor y medio ambiente no están reñidos. Y esto es posible gracias a las buenas prácticas de los profesionales asturianos y sus servicios a motor orientados al turismo, que acercan el patrimonio natural y cultural del Principado mediante actividades respetuosas a través de rutas inolvidables, de miradores que son ventanas abiertas al Paraíso, de paradas en pueblos que seducen desde el primer momento... ¡arranca y echa a rodar! De forma libre o mejor mediante rutas organizadas y guiadas.



En Asturias encontrarás las actividades que mejor definen el espíritu de aventura.

Lo llevamos en los genes y somos veteranos en todo lo que tiene que ver con el turismo activo. Un turismo deportivo siempre desarrollado de la mano de excelentes profesionales y con todas las medidas de seguridad y modernos equipamientos que requiere el desarrollo de actividades como, por ejemplo, la escalada en roca, la espeleología o el descenso de barrancos secos.

Vía ferrata

Espíritu de Aventura

Pero no te preocupes, si no eres un consumado aventurero también tienes una excelente oportunidad para comenzar a serlo, pues contamos con **todos los niveles de dificultad** para el desarrollo de éstas y otras actividades y, además, en el mejor entorno posible.

En las verticales paredes grises del célebre **Picu Urriellu o Naranjo de Bulnes** (Picos de Europa), "El Picu" como nos gusta llamarlo, se han escrito las primeras líneas de la historia de la escalada en roca en nuestro país.

Para iniciarte, antes de subir a la montaña, nada mejor que alguna de las escuelas de escalada en roca que existen a lo largo y ancho del territorio astur.

Elige tu actividad

- ▶ Escalada y sus modalidades (en roca y en hielo)
- ▶ Espeleología
- ▶ Puenting y sus modalidades (bungee jumping)
- ▶ Tirolina / Puente tibetano
- ▶ Velerismo terrestre
- ▶ Vías con uso de cuerdas (Vía Ferrata)

Escalada deportiva, escalada clásica, bulder...desde los propios Picos de Europa a otras afamadas zonas de escalada como Teverga o Quirós, con vías capaces de seducir al más novato o enamorar al escalador más exigente.

También con arnés y casco, pero en este caso bajo tierra, podrás recorrer las profundidades de las montañas y llegar a nuestro corazón, que en esta ocasión se presenta decorado de estalactitas y estalagmitas.

La mayoría de lugares icónicos para esta modalidad se encuentran en el Oriente asturiano por las características calizas del sustrato y el gran desarrollo kárstico, pero otros lugares como Cueva Huerta (Teverga), una de las mayores cavidades asturianas, o Cueva Peñona de Valdemora (Pravia) son también un verdadero privilegio subterráneo—en este



Picu Urriellu, cuna de la escalada en roca

Cuando Pedro Pidal, Marqués de Villaviciosa, y Gregorio Pérez, "el Cainejo", hollaron la cima del Naranjo de Bulnes (2.519 m.), aquel 5 de agosto de 1904 no solo pusieron un pie en la cumbre intacta de la más vertical y bella de nuestras montañas calizas, sino un antes y un después en la historia de la escalada en roca en España. Basta con situarse frente a las paredes del "Picu", en el macizo central de Picos de Europa, para comprender por qué se consideraba inaccesible hasta que ambos escaladores se atrevieron con las paredes que ni los rebecos moraban.

caso en la zona centro de Asturias— para conocer a través del espeleoturismo o practicando espeleología algo más avanzada. Estalactitas, estalagmitas, gateras, salas, galerías, ríos subterráneos... **Una larga lista de cuevas y simas, algunas de extraordinaria magnitud**, te pondrán difícil la elección.

No dejes el casco ya que, de vuelta a la superficie, puedes conocer nuestras vías con uso de cuerdas o vías ferrata en zonas como Puente Vidosa, en pleno Desfiladero de los Beyos en Ponga, lindando con Picos de Europa, o Peñamellera Baja.

Si eres de los que te apasiona vivir **sensaciones fuertes**, atreverte con el puenting o el bungee jumping. Pocas actividades van tan unidas a la adrenalina como éstas.

Así pues, a la hora de sacar tu máximo espíritu de aventura, nada mejor que hacerlo con los profesionales y los paisajes de ensueño asturianos.



Espeleología



No te pierdas...

- En Asturias encontrarás vías de escalada para todos los niveles pero ¿te atreves con alguna de las que ascienden por las paredes del Picu Urriellu, el pico donde se inició la historia de la escalada en roca en España?
- El concejo de Quirós te espera con ¡más de 20 sectores y 300 vías de escalada!
- Anímate a recorrer alguna de las cuevas o simas, comprobarás que Asturias es bello por fuera... y por dentro.
- ¿Adrenalina en estado puro? Atrévete con alguno de nuestros saltos de puenting.

Así te sentirás practicando cualquiera de las muchas actividades acuáticas que es posible realizar en el Principado. Desde aguas bravas hasta tranquilos descensos fluviales, Asturias te ofrece mil y una opciones con el agua dulce como protagonista.



Descenso en piraguas por el río Nalón

Como pez en el agua... dulce

Elige tu actividad

- ▶ Descenso de cañones o barrancos
- ▶ Paddle surf
- ▶ Pesca
- ▶ Piragüismo
- ▶ Rafting
- ▶ Rivering
- ▶ Windsurf

Las numerosas cuencas fluviales de Asturias, con ríos como el Cares, el Deva, el Sella, el Nalón, el Narcea, el Navia y el Eo, a los que acompañan otros cursos menores y mil y un arroyos, forman la combinación perfecta si buscas actividades con el líquido elemento como compañero de aventura y hacerlo además bajo la profesionalidad y experiencia que otorga ser **referente internacional** como destino **"acuático"** desde los inicios del turismo activo.

Destaca por su tamaño la cuenca hidrográfica Nalón-Narcea, que con 4.900 kilómetros cuadrados, representa casi la mitad del territorio de Asturias.

Los ríos asturianos presentan la característica común de ser **ríos pequeños pero muy rápidos y caudalosos debido a nuestro relieve montañoso... y ahí es donde se abren las puertas a la aventura acuática.**

Un terreno donde ríos de generoso caudal permiten descensos de aguas bravas; 100% adrenalina a bordo de una balsa neumática (rafting). Y si prefieres disfrutar del paisaje que se extiende más allá de la orilla, no dudes en hacerlo de forma menos frenética desde alguna embarcación (canoas, piraguas,...) o acompañando el discurrir de los arroyos por escarpadas laderas montañosas gracias al descenso de barrancos.



Rafting

Oriente y Occidente de Asturias concentran la mayor oferta piragüista asturiana, centrada en Picos de Europa (ríos Sella, Cares y Deva) y el Valle del Navia pero presente también en otros lugares como el embalse de Valdemurio (Quirós) o el cercano río Trubia, el Bajo Nalón, el Narcea, etc.

Descender el Sella o el Cares haciendo rafting es un cúmulo de vertiginosas sensaciones pasadas por agua difícil de olvidar, al igual que bajar alguno de los cañones donde es posible practicar barranquismo repartidos sobre todo por Picos de Europa y su entorno (Peñamellera Baja, Ponga), Proaza, San Andrés (Oviedo), etc. Y si quieres dar un paso más, prueba a combinar el barranquismo con la espeleología. Se llama espeleocañones y consiste en descender el curso de un río de montaña hasta que el agua penetra en la tierra, ahí es donde entra en juego la espeleología para seguir su curso subterráneo.

Y si te apetecen nuevas **sensaciones**, no te pierdas el rivering (coasteering), un recorrido por la orilla de los ríos que combina senderismo, saltos al agua, escalada de travesía, rappel e incluso algo de espeleología. La costa de Ribadesella parece haber sido diseñada para descubrirla a través de esta activa combinación. O el paddle surf, que no está reservado para el mar, sino que a bordo de una tabla de surf también puedes adentrarte remando plácidamente por ríos, con calma, con el hilo musical del canto de los pájaros o el rumor de una cascada. O simplemente escuchando el silencio. Que-



Descenso de cañones



Piragüismo en Asturias

El piragüismo es sin duda una de las modalidades de turismo activo por las que Asturias es referencia mundial y el Descenso Internacional del río Sella es nuestra bandera. Este descenso fluvial entre Arriendas/Les Arriendes y Ribadesella/Ribeseya es la Fiesta de las Piraguas declarada de Interés Turístico Internacional (1980) y se celebra el primer sábado de agosto (posterior al día 2). Su origen data de 1930 y se internacionalizó en 1951, pasando a constituir una cita imprescindible para los mejores piragüistas del mundo. Tú también puedes descender en cualquier momento del año este tramo gracias a las expertas empresas locales que organizan la actividad.

darás cautivado desde el primer momento por nuestros bosques de ribera y la vida acuática desde una perspectiva diferente. El embalse de Valdemurio o los alrededores de Picos de Europa son un buen lugar para dar las primeras paladas en paddle surf antes de hacerlo en el mar, desde las rías más pequeñas en la costa oriental (Niembro o Tinamayor) hasta otras mayores como la de Villaviciosa, la del Nalón o la del Eo. El Sella y el Navia son las dos cuencas fluviales que despiertan mayor atracción para el surf de remo.



No te pierdas...

- ▶ El Descenso del Sella, los 14 kilómetros de río más célebres del continente europeo en un sencillo descenso en piragua, idóneo para disfrutar en familia. Sus vecinos Cares y Deva no son tan famosos pero si igual de bellos.
- ▶ Desciende alguno de los barrancos más emblemáticos como el Vallegón, el Carangas, el Vivoli, el Molina, el Rubó, etc.
- ▶ Ríos como el Eo, el Navia, el Nalón, el Polea, el Quirós, el Trubia, el Narcea... te esperan para que descubras en canoa algunas de las maravillas del occidente asturiano.



También en el agua marina te desenvolverás a las mil maravillas. Entre paisajes de ensueño y olas envidiables, el Cantábrico asturiano no deja indiferente a ningún visitante, desde el más tranquilo marinero hasta el más activo aventurero.

Navegación



No te pierdas...

- ▶ Atrévete con alguna de las olas en el Occidente de Asturias y disfruta de sus crestas, rompientes, picos, etc.
- ▶ El paddle surf es una original forma de descubrir el Oriente asturiano.
- ▶ Las sensaciones de navegar por la costa donde habitaron los dinosaurios.
- ▶ Conoce las rías de Villaviciosa y del Eo desde un kayak.
- ▶ Descenso a Nado de la Ría de Navia, una competición de natación en aguas abiertas que se celebra anualmente desde 1958 y es una referencia internacional.

Como pez en el agua... salada

Abierta al mar Cantábrico, disfrutarás de soberbios paisajes costeros creados por las rasas asturianas, **paisajes idílicos** para contemplar desde por ejemplo un kayak de mar, y sobre todo **magníficas olas** que conforman algunos de los spots surfistas más afamados a nivel nacional e internacional.

Quien sabe, incluso puedes encontrarte con el niño que nada entre las olas, conocido como Espumeru en la mitología astur.

Muchas son las playas asturianas, de Oriente a Occidente, idóneas para la práctica del surf (y del bodyboard y bodysurf); resulta complejo seleccionar las mejores olas que conforman la más amplia variedad de crestas, picos, rompientes, olas de derecha a izquierda y de izquierda a derecha, etc. pero a buen seguro en ese listado no pueden faltar: San Antolín, Cuevas del Mar, Santa Marina, Vega, Rodiles, Merón, Playa España, Peñarrubia, El Mongol, San Lorenzo—cuna asturiana del surf—, Xivares, Candás, Luanco, Verdicio, Xagó, Salinas, El Espartal y

Surf, cita con la ola del Cantábrico asturiano

Las playas asturianas y su vasto catálogo de atractivos surfistas con picos, tubos, rompientes, potentes olas, mucha espuma y diversión garantizada reúnen cada vez a más adeptos dentro y fuera del agua. Existen una serie de eventos lúdico-deportivo que son un referente en el calendario surfista anual: Salinas Longboard Festival, en julio en Salinas (Castrillón), Surf, Music and Friends a primeros de agosto también en Salinas (Castrillón), el Open Internacional de Tapia "Memorial Peter Gulley" (Tapia de Casariego) en Semana Santa o el Motorbeach Festival, en julio en Caravia, entre otros.



Surf

las occidentales Cueva, Otur, El Moro, Navia, La Grande -suele ser sede del campeonato de Europa- y Penarronda. Asturias es un lugar idóneo para practicarlo con las mejores garantías.

Pero también es posible realizar **actividades más relajadas** como el paddle surf, la vela ligera, etc. o disfrutar de unos fondos marinos que te van a sorprender. En bañador o con el neopreno, el mar en Asturias se disfruta en cualquier época del año.

Elige tu actividad

- ▶ Buceo
- ▶ Esquí acuático
- ▶ Kayak de mar
- ▶ Motos de agua
- ▶ Wakeboard
- ▶ Navegación y sus modalidades (patinetas, bicis de agua, paseos en embarcación, vela ligera, hinchables acuáticos)
- ▶ Pesca y sus modalidades (desde embarcación y alquiler de equipos)
- ▶ Surf y sus modalidades (bodyboard, kitesurf, paddle surf, windsurf,...)



Kayak de mar

En solitario, en pareja, en familia o en grupo, encontrarás actividades marinas para cualquier necesidad.

También hallarás la actividad que necesites en cada momento, tanto si quieres relajarte por ejemplo practicando actividades como la pesca deportiva desde embarcación, como si quieres eliminar estrés de forma más frenética. O simplemente por pura diversión. Esquí acuático, banana hinchable, kitesurf,... no falta donde elegir y siempre con la garantía de nuestros guías y monitores profesionales.

Los puertos de Gijón/Xixón, Llastres (Colunga), Ribadesella/Ribeseya, Cudillero, Castropol o El Puntal (Villaviciosa) son magníficos puntos de partida para conocer la sorprendente costa asturiana a bordo de una lancha a motor o una embarcación de vela ligera.



La bicicleta de montaña es una de las mejores formas de practicar deporte mientras se disfruta al máximo de la naturaleza, especialmente en un territorio que parece haber sido modelado para recorrerlo dando pedales.

Senda del Oso

En bici

Desde la suavidad de las Vías Verdes hasta rutas que sacarán el mejor partido a las prestaciones de la bicicleta todoterreno y el máximo esfuerzo de tus piernas en las prestigiosas duras rampas de las montañas, el mapa de Asturias ofrece **rutas y posibilidades para todos los gustos y niveles**.



Bicicleta de montaña en Oscos-Eo

Del prestigio de nuestra orografía en el panorama ciclista mundial es el foco de atracción que cada año tienen las etapas asturianas de la Vuelta Ciclista a España, con hitos como: Alto del Angliru, Lagos de Covadonga, Puertos de Marabio, Alto de la Farrapona o el Puerto de San Lorenzo. Solo nombrarlos es evocar al mejor ciclismo.



No te pierdas...

- ▶ La Senda del Oso, una Vía Verde idónea para recorrer junto a los más pequeños de la casa.
- ▶ Revive con tu BTT algunas de las etapas míticas del ciclismo como la subida al Angliru, en la Montaña Central de Asturias, o los Lagos de Covadonga, en los Picos de Europa.
- ▶ Vía Verde del Ferrocarril en San Tirso de Abres.

Además de senderos de Gran Recorrido que pueden cubrirse en BTT como el Camino de Santiago (Camino del Norte y Camino Primitivo), o buena parte de los tramos de la Senda Costera, contamos con algunas otras rutas de Gran Recorrido idóneas para la bici.

Es el caso del Anillo Ciclista de la Montaña Central de Asturias, un exigente recorrido circular que transita por entornos naturales como la sierra del Aramo, el Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa, la Vía Carisa, o el Paisaje Protegido de las Cuencas Mineras.

La bicicleta todoterreno es la montura idónea para conocer nuestra naturaleza, historia, gastronomía, aldeas, tradiciones... tanto de una forma relajada, como afrontando exigentes desniveles y prolongados descensos, coronando puertos y collados que han sido paso estratégico a lo largo de la historia, escuchando el silencio de nuestros bosques, accediendo a miradores que son auténticos balcones naturales, etc. Placeres y sensaciones solo reservadas para quienes se acercan a pedalear al Paraíso.



Más información:

turismoasturias.es/descubre/naturaleza/rutas/rutas-en-btt

Elige tu actividad

- Bicicleta de montaña (Mountain bike)
- Bicicleta de ruta
- Bicicleta eléctrica

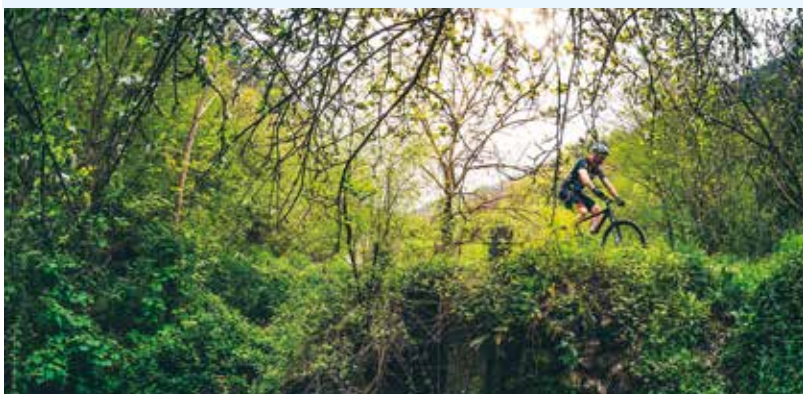
Centros BTT

Laviana

El centro cuenta con dos circuitos pump-track, uno para menores y/o principiantes situado en el Parque de los Príncipes (La Pola Llaviana/Pola de Laviana) y otro para adultos y/o profesionales emplazado dentro del propio Centro deportivo. La oferta de ocio se completa con la adecuación, señalización y homologación de 160 kilómetros en senderos para BTT, que ya existían en la zona del Monte Carrio y que eran utilizados habitualmente por los aficionados a esta modalidad de bicicleta. (centrobttlaviana.es)

Gravity Zone

Gravity Zone es un centro de rutas de bicicleta de montaña y de carretera que se encuentra localizado en el concejo de Tineo en el que podrás disfrutar al máximo de la bici, Enduro, Descenso, Rally, Marathon, Carretera, Rutas familiares y muchas actividades para la familia al completo. Las rutas de bicicleta de la modalidad de enduro y de descenso comienzan en la pequeña localidad de Tuña, mientras que las rutas de bicicleta de rally y de carretera, se inician en Tinéu. (fesoriaevents.com/gravity-zone)



Pruebas ciclistas

Cicloturismo en Lagos de Covadonga



La Vuelta Ciclista a España es sin género de dudas el evento ciclista español de mayor proyección internacional, algo a lo que Asturias contribuye aportando un terreno sin parangón para muchas de las etapas que históricamente se han celebrado en nuestro territorio.

La Clásica Lagos de Covadonga, que cuenta con más de 25 años de historia, es una de las marchas cicloturistas señeras del panorama nacional. En cada edición, más de 3.000 participantes y 110 kilómetros por delante recorriendo los paisajes de Picos de Europa.



La llegada de la nieve a las montañas asturianas abre un nuevo terreno de aventura. Durante buena parte del año las cumbres de la cordillera Cantábrica se tiñen de blanco. Snowboard, esquí de travesía, raquetas de nieve... elige el deporte que más te guste y nosotros ponemos los mimbres para el mejor cesto.

Raquetas de nieve

Nieve

Cuando llega la nieve, la naturaleza astur sigue estando intacta, bella, más aún si cabe con la soledad invernal, momento idóneo para calzarse unas raquetas de nieve y caminar viviendo al máximo una actividad que realza las sensaciones de tranquilidad e intensifica el contacto con la naturaleza.

El invierno y la nieve, lejos de cerrar puertas al senderismo, abren un mundo de experiencias para practicar turismo activo con la ayuda de unas raquetas de nieve.



Elige tu actividad

- Esquí y sus modalidades (alpino, travesía)
- Excursiones con Raquetas de nieve
- Snowboard

Pocas sensaciones son comparables a abrir huella en la nieve recién caída, descubrir el rastro de animales que hace poco han pasado por el mismo lugar en el que tú ahora te encuentras, ascender por las laderas ganando vistas sobre los valles...

Y si prefieres esquiar, acércate a cualquiera de nuestras estaciones de invierno y no dudes en subirte a la tabla de snow. **Valgrande-Pajares y Fuentes de Invierno** te esperan con su privilegiado emplazamiento, escuelas de esquí, y sus magníficas y modernas instalaciones para el deporte blanco. En conjunto

ofrecen más de 30 kilómetros esquiables y 53 pistas de distintos niveles.

¡Pero ojo! Cuando la nieve se retira, se abre otro abanico de posibilidades y actividades para disfrutar la montaña desde estas estaciones. La estación de invierno y de montaña Valgrande-Pajares, por ejemplo, cuenta con un centro de trail running y de ciclismo.



Más información:

turismoasturias.es/organiza-tu-viaje/deporte-y-aventura/esqui

Estaciones de Esquí

FUENTES DE INVIERNO es la más moderna estación de la cordillera Cantábrica, cuenta con un dominio de 8,7 km esquiables, a los que dan acceso 5 remontes de última generación: 3 telesillas cuatriplaza, 1 telesquí y 1 cinta. Su excelente combinación de pistas y remontes permite ofrecer zonas adaptadas a todos los aficionados al esquí, tanto a quienes se inician en la práctica del esquí como a los más expertos.

fuentesdeinvierno.com

VALGRANDE-PAJARES, en el concejo de Lena, es una de las estaciones pioneras de España. Sus instalaciones han sido actualizadas para ofrecer al esquiador un servicio de calidad en sus 21,5 km de pistas, a los que dan acceso 1 telecabina, 2 telesquí, 2 telesillas y 2 cintas. Cuenta con 2 pistas de fondo, 1 pista de esquí de travesía, 2 estadios de competición, guardería y zona específica para trineos que permiten la práctica de diversas modalidades de esquí.

valgrande-pajares.com



Snowboard



No te pierdas...

- La sensación de abrir huella en la nieve de nuestras montañas disfrutando del mágico invierno con unas raquetas en los pies.
- Disfruta de espectaculares panorámicas sobre la vertiente norte de la cordillera Cantábrica mientras te deslizas practicando snowboard por alguna de las pistas de Fuentes de Invierno y Valgrande-Pajares.
- Los paisajes y la belleza de sus aldeas nevadas se disfrutan aún más al calor de la chimenea.



Volar cobra más sentido si se hace en el Paraíso porque no hay nada como contemplar a vista de pájaro el óleo natural de los relieves asturianos. ¿Parapente, paramotor o globo? escoge cómo convertirte en un ave del Paraíso... Natural.

Vuelo en globo



Playa de Niembro (Llanes)

Aire

Solo desde arriba se admira en su máxima expresión el trazado imposible de los ríos en sus gargantas, o cómo el paisaje pasa, en un palmo de terreno, del aspecto montañoso más agreste a la suavidad de los valles. Y espérate a ver desde arriba nuestras playas y acantilados.

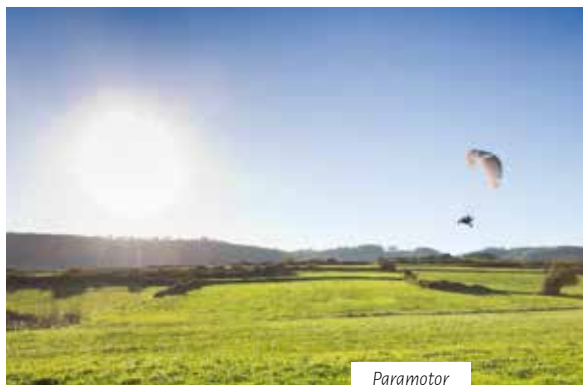
Elige tu actividad

- Ala delta
- Paramotor
- Parapente
- Vuelo en globo

Puedes elegir entre el vuelo del parapente de forma libre o con la ayuda de un motor (paramotor y en trike –con motor y ruedas-) para sobrevolar tanto la costa como la montaña.

También vuelos de alta montaña en varios lugares, despegando por encima de los 1.000 metros de altura. **Así pues para la eterna pregunta ¿costa o montaña? ya tienes respuesta: las dos.**

¿Quieres sentirte como un Ave del Paraíso? Si no tienes ningún tipo de experiencia aérea, puedes realizar un vuelo biplaza acompañado de un instructor profesional. Como ves, dar una pequeña carrera por la ladera de una montaña y quedar de pronto suspendido en el aire para disfrutar del Paraíso es posible para todos.



Paramotor



Parapente

La sensación de asomarse al mundo desde la cesta de un globo, despacio, sin ruidos, en contacto directo con el aire, mientras el viento te mueve y avanzas envuelto en una indescriptible sensación de calma es algo casi mágico, pero hacerlo en Asturias es además lo más parecido a levitar sobre el Paraíso.



No te pierdas...

- ▶ La visión de espectaculares playas, auténticas postales desde el aire.
- ▶ Los soberbios paisajes de las montañas asturianas a vista de pájaro.

Aves del Paraíso...natural

Desde el cielo astur todo se ve distinto. A diferencia de las aves del paraíso, con sus extravagantes plumajes multicolores que cobran verdadero sentido en época nupcial, en Asturias te mostramos nuestras mejores galas todo el año. Porque vengas cuando vengas desde allí arriba te vas a enamorar de nuestros verdes, azules y grises en toda su gama de tonalidades.



Parque Natural de Redes



¿Ya has probado todo en esto del turismo de aventura?, ¿quieres simplemente experimentar algo distinto? Tenemos actividades para todos los gustos y necesidades. Tanto si vienes en familia, en pareja, en solitario o con un grupo de amigos, no pases por alto la posibilidad de atreverte con alguna de las formas de practicar un turismo activo diferente. Lo pasarás en grande.

Observación de flora y fauna

Otras opciones...

Destreza, coordinación, valor, orientación, capacidad de superación y sobre todo ganas de pasarlo bien -en solitario o participando en juegos de equipo-, deporte y diversión están asegurados en cualquiera de las actividades que te proponemos. Ya sea mediante **opciones aventureras más "tradicionales"** como el paintball, el tiro con arco o los circuitos multiaventura (también parques de aventura), mediante otras que cuentan con menos años de vida pero con un gran número de aficionados, como el geocaching.

El laser tag, una sofisticada modalidad de la tradicional guerrilla de bolas de pintura pero

Elige tu actividad

- ▶ Actividades de orientación (geocaching)
- ▶ Laser tag
- ▶ Multiaventura (circuitos y parques)
- ▶ Observación de flora y fauna
- ▶ Paintball
- ▶ Tiro con arco



Tiro con arco



Paintball

que ha incorporado las nuevas tecnologías y que podríamos definir como el Paintball 2.0.

También las actividades ligadas a la interpretación ambiental como la observación de flora y fauna, o las que casi cada día surgen asociadas a un turismo de experiencias.

Venir a Asturias sin duda lo es. Aquí encontrarás el mejor lugar para convertir las sensaciones del turismo activo en experiencias inolvidables.

Como ves, **no te faltará donde elegir**.



No te pierdas...

- ▶ Lo último en Paintball, el laser tag.
- ▶ Apasionantes actividades de observación de la naturaleza para descubrir el hábitat del oso pardo o del quebrantahuesos, entre otras especies.
- ▶ Coge el móvil (o un gps) y juega al Geocaching, la versión moderna de la búsqueda del tesoro en plena naturaleza.

Oso Pardo Cantábrico



Oso y Ciervo Senderos interpretativos

En torno al oso pardo y al venado existen una serie de senderos temáticos que te recomendamos realizar. Tres son las sendas interpretativas diseñadas para conocer diferentes aspectos del oso pardo cantábrico. El primero de los dos senderos enclavados en el Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, se llama **"Caminando al ritmo de las estaciones"** y gira en torno al calendario de los osos de El Puerto (Leitariegos). Se trata de un recorrido lineal de 6,2km (ida y vuelta) y dificultad baja que arranca en Brañas d'Arriba y finaliza en Cabuezos. El segundo sendero de este parque natural se enclava en el entorno de Muniellos. **"Los refugios del oso pardo"** nos descubre las claves para la

conservación del oso mediante un trazado circular de 4,3 km. Y dificultad media que se inicia en el Centro de Interpretación de Muniellos. El tercer sendero interpretativo osero lo encontramos en El Valle/Valle del Lago, en el Parque Natural de Somiedo. Desde esta localidad un recorrido de 6,2 km. (ida y vuelta a la Braña de Sousas) y dificultad media, te muestra **"La vida familiar de los osos"** y las claves de la reproducción y la cría de estos mamíferos.

Por su parte el sendero interpretativo **"El ciervo y La Berrea"** te propone conocer la vida de los venados en un recorrido por las brañas allernas. Se trata de un sendero de 9,4 km. (ida y vuelta; dificultad media) entre el área recreativa Las Moyás (Cueves - Aller) y Pinganón.

Apunta en tu calendario

Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa



Subida al Angliru

Asturias es un destino imprescindible en tu calendario de deporte y aventura. A lo largo de todo el año, distintos eventos, competiciones y actividades integran un calendario muy variado y completo donde encontrarás lo que buscas, ya sea en la montaña, en el mar, en el río, en la tierra o en el cielo.

Naturaleza en Ruta

Enero

- ▶ Trail Afuega'l Pitu (Morcín)

Febrero

- ▶ Trail Gijón. Monte Deva (Gijón)
- ▶ Cayón Trail (Piloña)
- ▶ Trail Las Traviesas de Cornellana (Salas)

Marzo

- ▶ Trail Cabeza l'Arcu (Caso)
- ▶ Trail Villa de la Sidra (Nava)
- ▶ Subida al Picu Pienzu (Parres)

Abril

- ▶ Allande Extremo (Allande)
- ▶ La Pisada del Diantre Trail del Sueve (Colunga)
- ▶ Reino Astur Nembra (Aller)
- ▶ Trail Tierra de Ibias (Ibias)
- ▶ Llampaces Vertical (Laviana)

Mayo

- ▶ Media Maratón Ruta de la Reconquista (Cangas de Onís)
- ▶ Oro Trail Race (Laviana)
- ▶ Trail Valle del Esva (Valdés)
- ▶ Ultra Trail Picos de Europa. Benia (Onís)
- ▶ XtremLagos (Cangas de Onís)
- ▶ Trail del Cuera (Llanes)

Junio

- ▶ El Arceduaby (Amieva)
- ▶ Traveserina Picos de Europa. Sotres-Arenas (Cabrales)
- ▶ Travesera Integral Picos de Europa (Cangas de Onís - Cabrales)
- ▶ Travesía Internacional de la Costa Naviega (Navia)
- ▶ GTPE Picos de Europa (Onís)

Julio

- ▶ Trail Minero de Langreo (Langreo)
- ▶ DesafíoSomiedo (Somiedo)

Septiembre

- ▶ Trail Alto Aller (Aller)
- ▶ Trail de Ubiña (Lena)

Octubre

- ▶ CxM Picu Turbina (Peñamellera Alta)
- ▶ Abeduriu Trail Race. l' Entregu/El Entregu (San Martín del Rey Aurelio)
- ▶ Sobrescobio Redes Trail (Sobrescobio)
- ▶ Trail Cuarto de La Riera. Tuña (Tineo)

Noviembre

- ▶ Trail Suarías Blincapeñas (Peñamellera Baja)
- ▶ Trail Coto Musel 2.0 (Laviana)
- ▶ Trail Tierras Pésicas (Cangas del Narcea)

Diciembre

- ▶ VillaCabra Trail (Villaviciosa - Cabranes)
- ▶ Gran Trail Desafío Vaqueiro (Belmonte de Miranda)

Naturaleza en Ruta a motor

Junio

- ▶ Campeonato de España de Enduro - Infiesto (Piloña)

Septiembre

- ▶ Rally Princesa de Asturias (varias localidades)

Espíritu de Aventura

Noviembre y Diciembre

- ▶ Copa de Asturias de Escalada en Bloque

Como pez en el agua...

Febrero

- ▶ Descenso-Ascenso del Sella (Parres)
- ▶ Memorial Miguel Ángel Pérez (Corvera de Asturias)

Abril

- ▶ Campeonato Internacional de Surf Memorial Goanna Pro (Tapia de Casariego)
- ▶ Carreras de caballos de la playa de Santa Marina (Ribadesella)

- ▶ Descenso Río Piloña (Piloña)

Mayo

- ▶ Travesía La Ribera (Ribera de Arriba)
- ▶ Descenso Piloña Sella (Piloña-Parres)
- ▶ Descenso Alto Sella (Parres)

Junio

- ▶ Regata Piragüismo, Candás (Carreño)
- ▶ Descenso del Medio Nalón (Grado)

Julio

- ▶ Salinas Longboard Festival (Castrillón)
- ▶ Regata Vuelta a Asturias a vela (Gijón)
- ▶ Torneo "Tenis - Playa". Luanco (Gozón)

Agosto

- ▶ Salinas Surf, Music & Friends (Castrillón)
- ▶ Descenso Internacional del Sella (Parres-Ribadesella)
- ▶ Regata Internacional Ría de Villaviciosa (Villaviciosa)
- ▶ Descenso a Nado de la Ría del Navia (Navia)
- ▶ Descenso-Ascenso del Nalón (Pravia)

Septiembre

- ▶ Descenso del Narcea (Pravia)
- ▶ Descenso Xironinos y Viejas Glorias (Parres)
- ▶ Campeonato de Asturias de Surf de Larga Distancia y Beach Race (Gijón)

En Bici

Marzo

- ▶ Desafío BTT Las Brañas y El Mar Luarca (Valdés)

Abril

- ▶ Vuelta Ciclista a Asturias

- ▶ Bikemaraton Montes del Sella (Parres)

Mayo

- ▶ MTB Pastores Picos de Europa. Benia de Onís (Onís)

Junio

- ▶ Desafío Lagos de Covadonga (Cangas de Onís)
- ▶ Maratón BTT Senderos del Carbón (Mieres)

Julio

- ▶ La Rosca de Somiedo (Somiedo)

Septiembre

- ▶ Vuelta ciclista a España por Asturias
- ▶ MTB Dos Villas (Gijón)
- ▶ Marcha Cicloturista Ría del Eo (Vegadeo)
- ▶ Clásica Puertos Esmeralda (Nava)
- ▶ Marcha Solidaria Monteareo BTT (Carreño)

Octubre

- ▶ Vuelta BTT Naveces
- ▶ Subida al Angliru BTT (Riosa)
- ▶ Vuelta BTT Naveces (Castrillón)

Diciembre

- ▶ Concentración BTT Santa Bárbara (Mieres)

Aire

Mayo

- ▶ Campeonato de Asturias de Parapente (Nava)

Otras opciones...

Abril a Octubre

- ▶ Por donde camina el oso (Cangas del Narcea, Degaña e Ibias)

Julio a Septiembre

- ▶ Observación del Quebrantahuesos en Picos de Europa. Benia (Onís)

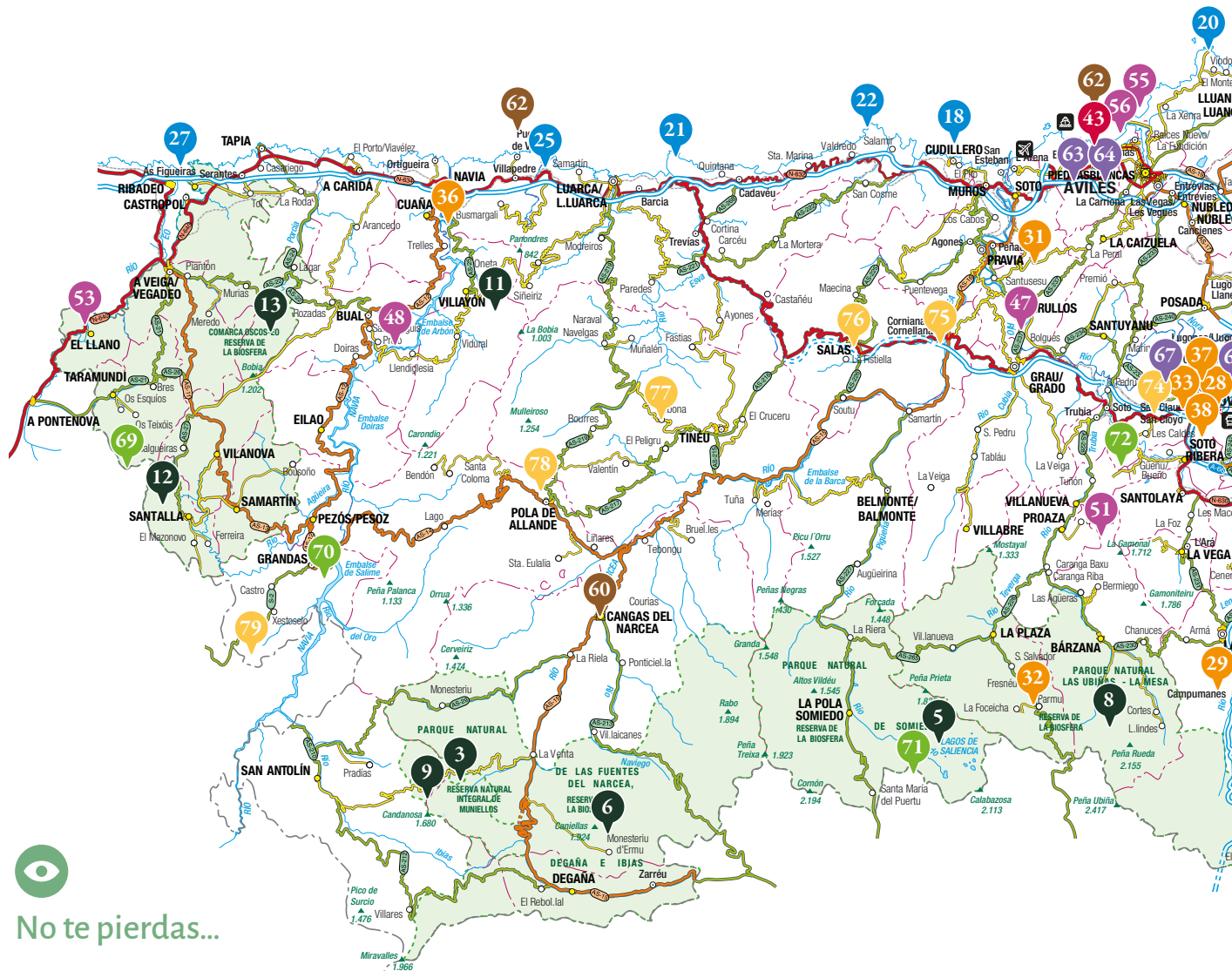
Agosto

- ▶ Campeonato Mundial de Bateo de Oro. Navelgas (Tineo)
- ▶ Concurso de Saltos Internacional Oficial de España. CSIO (Gijón)

Este listado es una pequeña muestra de los eventos deportivos que tienen lugar en Asturias. Algunas fechas y lugares podrían ser susceptibles de cambio. Para obtener información actualizada consulte las páginas oficiales de las Federaciones Deportivas Asturianas.



Más información:
turismoasturias.es/agenda-de-asturias/deporte



No te pierdas...

Explora el paraíso

1. Mirador del Fitu (Parres)
2. Mirador del Pozo de la Oración (Cabrales)
3. Mirador del Puerto del Connio (Cangas del Narcea)
4. Lagos de Covadonga – Parque Nacional de los Picos de Europa
5. Lagos de Somiedo – Parque Natural de Somiedo
6. Parque Natural de Las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias
7. Parque Natural de Redes
8. Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa
9. Reserva Natural Integral de Muniellos (Cangas del Narcea e Ibias)
10. Parque Natural de Ponga
11. Ruta de las Cascadas de Oneta (Villayón)
12. Ruta de Seimeira (Santa Eulalia de Oscos)
13. Ruta de la Cascada del Cioyo (Castropol)
14. Ruta de la Cascada Xurbeo (Aller)

Sumérgete en la costa

15. Bufones de Pría (Llanes)
16. Bufones de Arenillas (Llanes)
17. Bufón de Santiuste (Llanes y Ribadedeva)
18. Puerto de Cudillero
19. Playa de Gulpiyuri (Llanes)
20. Peñes (Gozón)
21. Cabo Busto (Valdés)

22. Cabo Vidio (Cudillero)

23. Cabo de Lastres (Colunga)
24. La Costa de los Dinosaurios y el Museo Jurásico de Asturias (Colunga)
25. Reserva Natural Parcial de Barayo (Navia y Valdés)
26. Reserva Natural Parcial de la Ría de Villaviciosa
27. Paisaje de la Ría del Eo

Absorbe la cultura asturiana

28. Prerrománico Asturiano (Oviedo)
29. Prerrománico Asturiano (Lena)
30. Arte Rupestre: Cueva y Centro de Arte Tito Bustillo (Ribadesella)
31. Arte Rupestre: Cueva la Peña (Candamo)
32. Parque de la Prehistoria de Teverga
33. Museo de Bellas Artes de Asturias (Oviedo)
34. Muséu del Pueblu d'Asturies (Gijón)
35. Real Sitio de Covadonga (Cangas de Onís)
36. Castros de Coaña y del Navia
37. Museo Arqueológico de Asturias (Oviedo)
38. Premios “Princesa de Asturias” (Oviedo)*

Mira a tu alrededor

39. Museo de la Minería y de la Industria de Asturias -MUMI- (L'Entregu/El Entregu-San Martín del Rey Aurelio)
40. Ecomuseo Minero Valle de Samuño (Ciañu-Langreo)



- 41. Pozo Sotón (San Martín del Rey Aurelio)
- 42. Poblado Minero de Bustiello (Mieres)
- 43. Museo de la Mina de Arnao (Castrillón)
- 44. Museo del Ferrocarril de Asturias (Gijón)
- 45. Museo de la Siderurgia de Asturias -MUSI- (Langreo)

Actívate en Asturias

- 46. Descensos en canoa o piragua por el Río Sella
- 47. Descensos en canoa o piragua por el Río Nalón
- 48. Descensos en canoa o piragua por el Río Navia
- 49. Ruta del Cares (Cabres)
- 50. Picu Urriellu (Cabres)
- 51. Senda del Oso (Santo Adriano, Proaza, Teverga y Quirós)
- 52. Vía verde Turón (Mieres)
- 53. Vía verde del Eo (San Tirso de Abres)
- 54. Surf en Gijón
- 55. Surf en Xagó (Gozón)
- 56. Surf en Salinas (Castrillón)
- 57. Estación Invernal: Valgrande-Pajares (Lena)
- 58. Estación Invernal: Fuentes de Invierno (Aller)

Piensa con el estómago

- 59. Museo de la Sidra (Nava)
- 60. Museo del Vino y bodegas del vino DOP Cangas (Cangas del Narcea)
- 61. Cueva-exposición del queso Cabres y queserías (Cabres)
- 62. Subasta en vivo en una lonja de pescadores (Avilés, Llastres, Puerto de Vega)

Late con el corazón urbano

- 63. Avilés y su calle porticada: Galiana
- 64. Centro Niemeyer, en Avilés
- 65. El Barrio de pescadores de Gijón/Xixón: Cimavilla
- 66. Laboral Ciudad de la Cultura (Gijón)
- 67. Cámara Santa y Catedral (Oviedo)
- 68. Mercado El Fontán en Oviedo/Uviéu

Respira Asturias

- 69. Conjunto Etnográfico de Os Teixóis (Taramundi)
- 70. Museo Etnográfico de Grandas de Salime
- 71. Un paseo por las brañas de Somiedo con sus emblemáticos “teitos”
- 72. Conjunto de Hórreos de Güeñu/Bueño (Ribera de Arriba)
- 73. Las Majadas de los Picos de Europa

Camina al pasado

- 74. El Salvador en la Catedral de Oviedo
- 75. Monasterio de San Salvador de Cornellana (Salas)*
- 76. Colegiata de Santa María La Mayor (Salas)*
- 77. Monasterio de Santa María la Real de Obona (Tineo)*
- 78. Palacio de Cienfuegos de Peñalba (Allande)*
- 79. Castro Chao Samartín (Grandas de Salime)

*Visita exterior

Asturias



Síguenos en:



facebook.com/TurismoAsturias



@turismoasturias



@TurismoAsturias



@turismoasturias



youtube.com/asturias



Ahora en turismoasturias.es

busca, elige y reserva

tu alojamiento.

Tel: 902 306 600 #ParaísoNatural
985 185 860 #VuelvealParaíso



turismoasturias.es



Asturias
paraíso natural



Principáu
d'Asturies