

Únete al Respeturismo

ASTURIAS TE ESPERA

Guía para descubrir Asturias

turismoasturias.es



Asturias
paraíso natural

Vuelve al paraíso



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: Susana D. Machargo

Fotografía: Portada: Amar Hernández. Interiores: Amar Hernández, Armando Álvarez, Benedicto Santos, Casona del Viajante, Comarca de la Sidra, Hotel 3 Cabos, José Ángel Diego García, José Mª Díaz-Formentí, José Ramón Navarro Tudela, Juan de Tury,

Juanjo Arrojo, Manuel S. Calvo, Marcos Vega García, María Martín Berciano, Miki López, Museo Bellas Artes, Noé Baranda, Paco Currás SL, Pelayo Lacazette, Pozo Sotón, Incuna, Xurde Margaride, y Archivo Propio.

Imprenta: PUBLIPRINTERS GLOBAL, S.L. Ene. 26

D.L.: AS 04180-2017

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



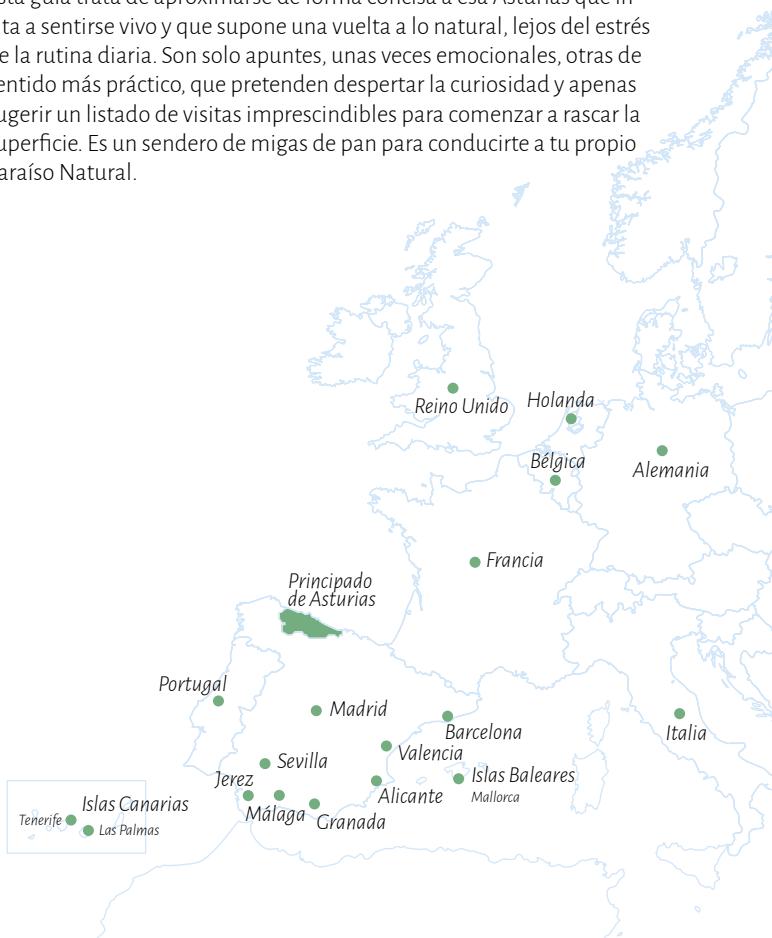
Vega de Brañagallones (Caso)

Los primeros pobladores ya plasmaban sus sueños, sus miedos y su sensibilidad en las paredes de las grutas en las que se guarecían de los peligros. Desde esas pinturas rupestres, que hoy gozan del máximo reconocimiento y protección internacional, a la arquitectura vanguardista del Centro Niemeyer de Avilés han pasado siglos de historia que han labrado el paisaje del Principado y la idiosincrasia de los asturianos. La cultura castreña, el guerrero Pelayo y el Reino de Asturias, los ilustrados del siglo XVIII, la revolución industrial en una tierra de la que salen agua y carbón son elementos que aún se pueden percibir y disfrutar.

Por tierra, mar y aire. No importa la puerta de entrada. La visión orgullosa de la escarpada Cordillera Cantábrica, del perfil ondulante de sus verdes valles y del abrupto perfil de su costa que cae al Cantábrico, un mar de intenso azul, cautiva antes incluso de poner un pie en Asturias. Es solo un aperitivo de una experiencia para la que se necesitan los cinco sentidos. Sin ellos no se puede saborear su gastronomía, deslumbrarse con la arquitectura, respirar su naturaleza, escuchar el latido de su corazón urbano o disfrutar la hospitalidad.

Asturias es honesta, auténtica, vital, respetuosa con el pasado y con el presente, servicial, valiente, acogedora, moderna y cosmopolita. Concentra, como si de una pócima mágica se tratara, la esencia orgullosa de todas las culturas que han tratado de conquistarla, con éxito desigual, y han dejado una huella imborrable en forma de historia, leyenda, arquitectura o costumbres.

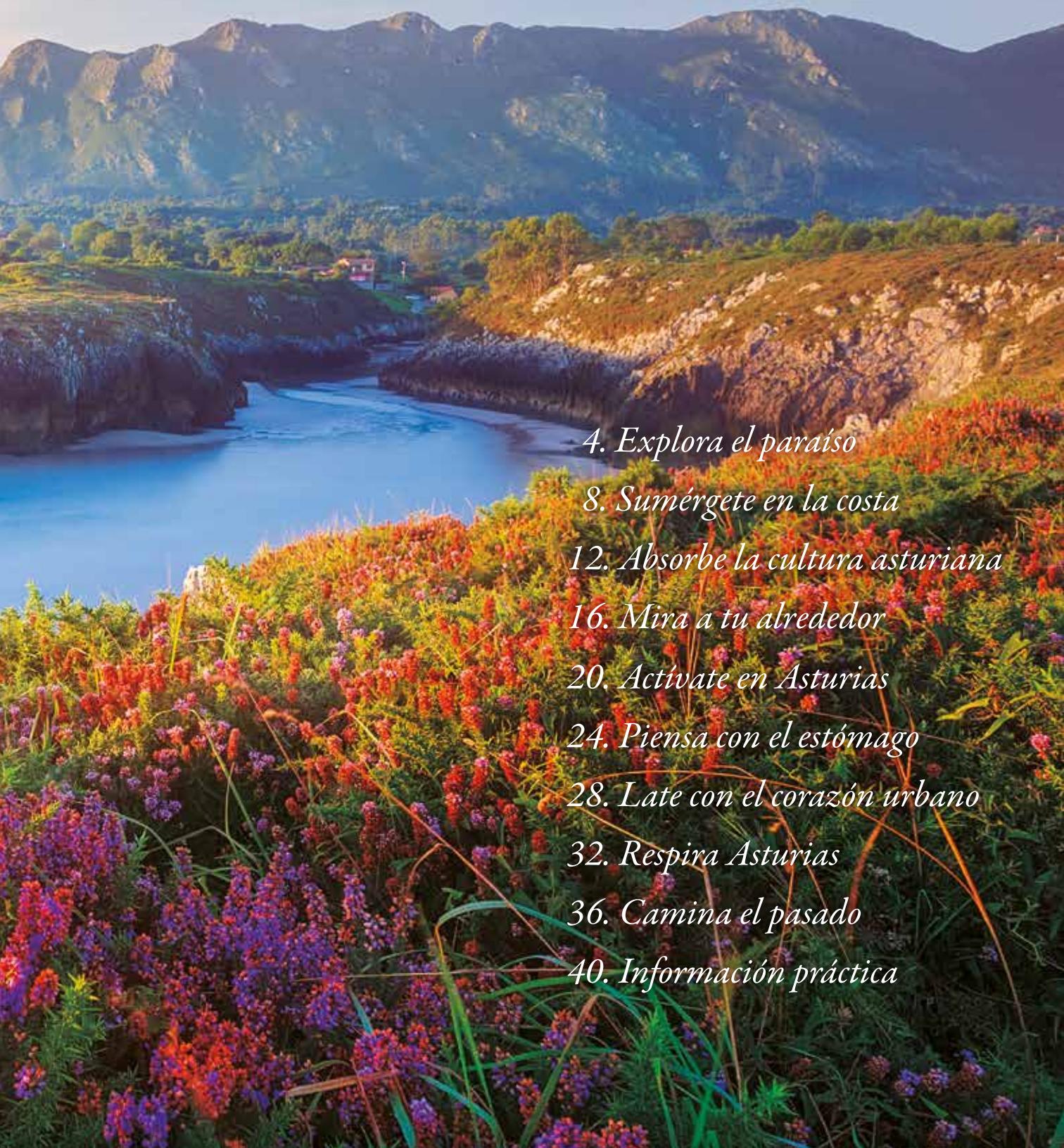
Esta guía trata de aproximarse de forma concisa a esa Asturias que invita a sentirse vivo y que supone una vuelta a lo natural, lejos del estrés de la rutina diaria. Son solo apuntes, unas veces emocionales, otras de sentido más práctico, que pretenden despertar la curiosidad y apenas sugerir un listado de visitas imprescindibles para comenzar a rascar la superficie. Es un sendero de migas de pan para conducirte a tu propio Paraíso Natural.



Índice



Playa de Guadamía (Llanes)



4. Explora el paraíso

8. Sumérgete en la costa

12. Absorbe la cultura asturiana

16. Mira a tu alrededor

20. Actívate en Asturias

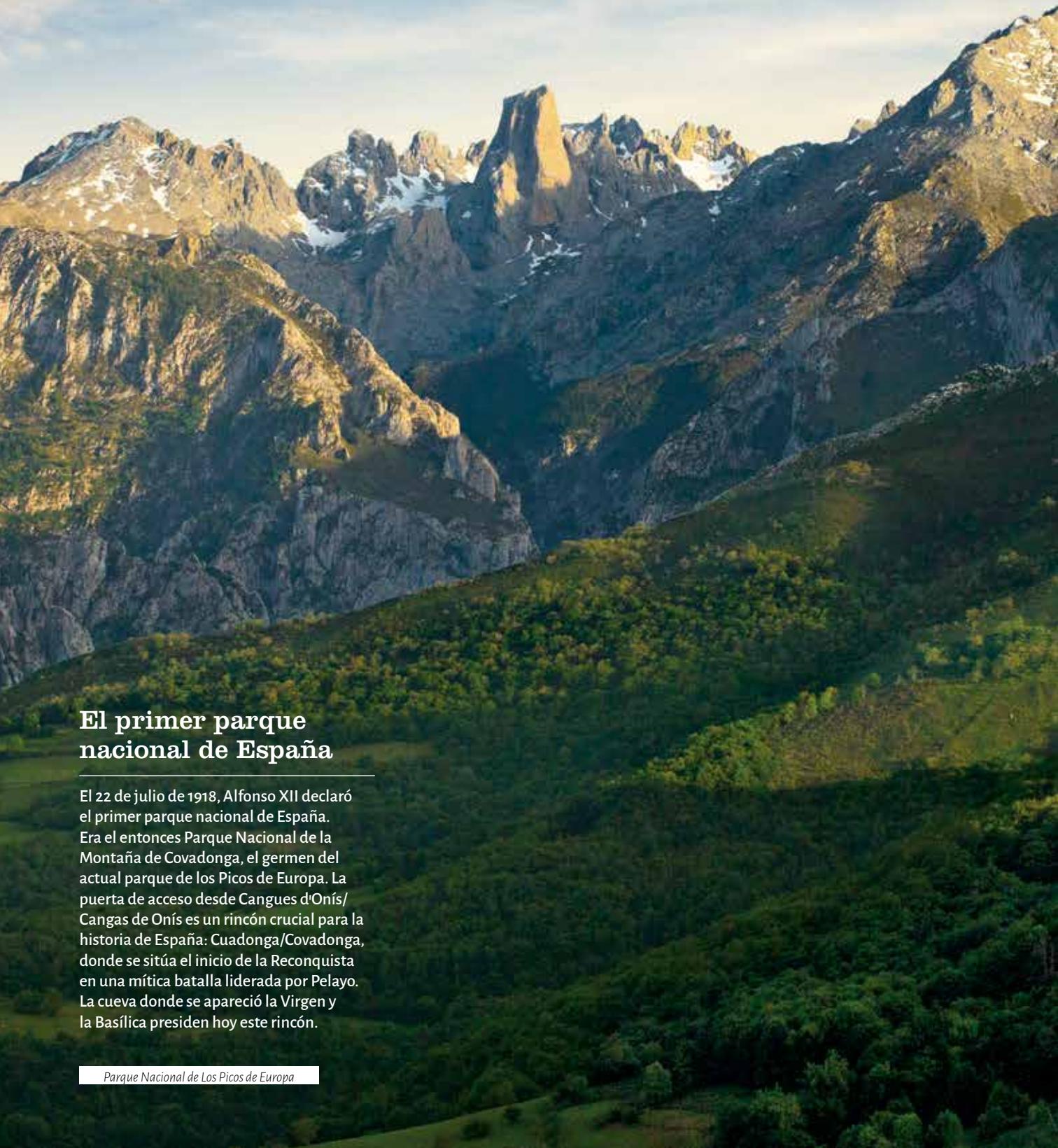
24. Piensa con el estómago

28. Late con el corazón urbano

32. Respira Asturias

36. Camina el pasado

40. Información práctica



El primer parque nacional de España

El 22 de julio de 1918, Alfonso XII declaró el primer parque nacional de España. Era el entonces Parque Nacional de la Montaña de Covadonga, el germen del actual parque de los Picos de Europa. La puerta de acceso desde Cangues d'Onís/Cangas de Onís es un rincón crucial para la historia de España: Cuadonga/Covadonga, donde se sitúa el inicio de la Reconquista en una mítica batalla liderada por Pelayo. La cueva donde se apareció la Virgen y la Basílica presiden hoy este rincón.



Reserva Natural Integral de Muniellos (Cangas del Narcea e Ibias)

Explora el paraíso

#ParaísoNatural

Si de algo están orgullosos los asturianos es de su naturaleza: sus misteriosos bosques, su litoral a salvo de la vorágine inmobiliaria, sus ríos salmoneros y las montañas escarpadas, ideales para los amantes de la escalada y el senderismo. Ese orgullo se traduce en una magnífica conservación que ha permitido proteger con diferentes figuras nacionales e internacionales más de un tercio del territorio y exhibir la costa mejor preservada de España.

Entre reservas, parques, paisajes protegidos y monumentos naturales suma 55 espacios que se distinguen por su paisaje, su geología o botánica.

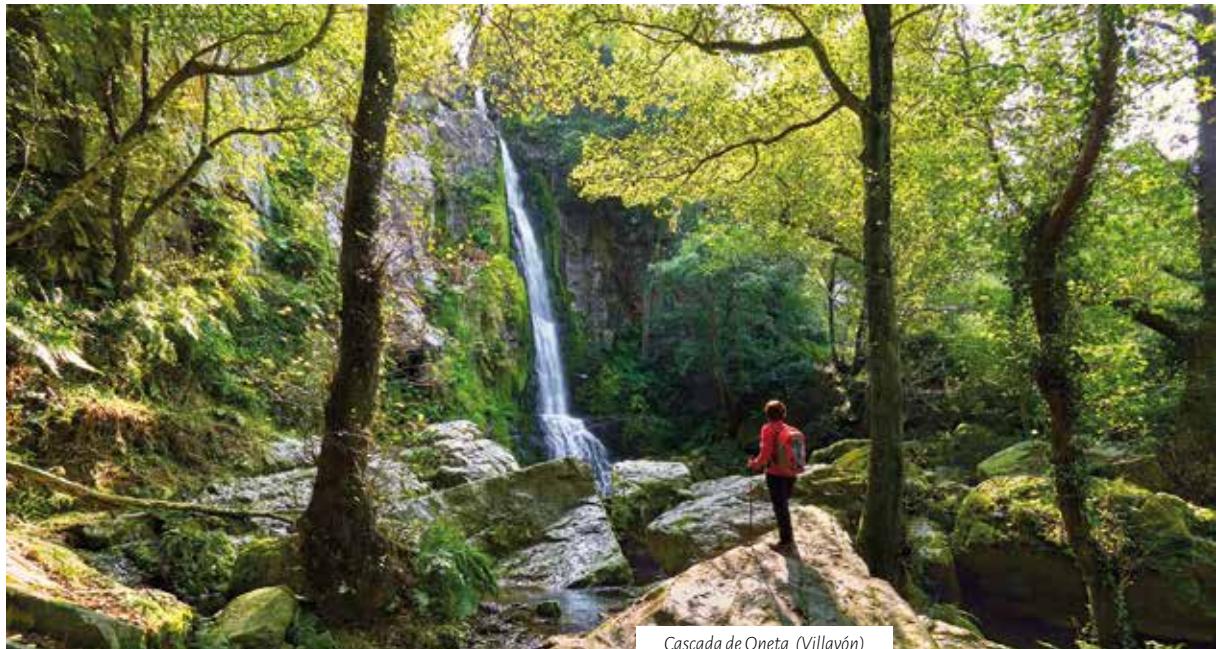
Entender esa pasión por la naturaleza solo es posible si se experimenta. Para adentrarse en ella es imprescindible meter en la maleta la ropa y el calzado apropiado.

La exploración comienza por las 7 Reservas de la Biosfera declaradas por la UNESCO en el Principado. La de **Picos de Europa** fue el primer Parque Nacional de España, protegido desde 1918. En su corazón emerge el Pico Urriellu, un auténtico imán para los escaladores, y se abren los Lagos de Covadonga.

Las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias es un Parque Natural con una fauna totémica, entre la que destacan el oso y el urogallo y donde es posible conocer la Reserva Natural Integral del Bosque de Muniellos y la Reserva Natural Parcial de Cueto de Arbás. El oso extiende su hábitat hasta **Somiedo**, que además de Reserva de la Biosfera se convirtió en el primer Parque Natural de Asturias (1988). Su lago El Valle es el de mayor tamaño de la región y sus brañas (zonas de pastoreo

Zambúllete en un bosque mágico

Solo 20 personas al día pueden disfrutar de la experiencia de recorrer el Bosque de Muniellos, el mayor robledal de España y uno de los mejor conservados de Europa. Es necesario reservar con suficiente antelación. La ruta está trazada, es circular y tiene una longitud de 20 kilómetros. Es gratuita pero se puede contratar un servicio de guía de pago. Su duración es de unas siete horas y sortea un desnivel de 600 metros. Es necesario llevar ropa de montaña adecuada y comida. En el recorrido no existe ningún bar o tienda.



Cascada de Oneta (Villayón)



Parque Natural de Somiedo

en alta montaña) están salpicadas de teitos (cabañas de techumbre vegetal). **Las Ubiñas-La Mesa** contiene el segundo sistema montañoso más grande de la región, el macizo de Peña Ubiña, y está repleto de monumentos naturales, como Cueva Huerta, albergue de una importante colonia hibernante de murciélagos de cueva, o los puertos de Marabio, con su peculiar complejo kárstico. **Redes** es refugio de todas las especies propias del norte, del oso al urogallo o el lobo. Su orografía compleja, también reconocida como Parque Natural, combina con una espectacular belleza montañas, valles y desfiladeros calizos, que se pueden descubrir en la senda del Alba o en Los Arrudos. **Ponga** se estructura en desfiladeros como los de Ponga o los Beyos e integra la Reserva Natural Parcial de Peloño. **Oscos-Eo** es la mayor Reserva de la Biosfera de la UNESCO. Marca este territorio, de principio a fin, el eje fluvial del río Eo, espacio privilegiado para realizar actividades como la observación de aves.

Al margen de las Reservas de la Biosfera, Asturias cuenta con 6 reservas naturales parciales, 40 monumentos naturales y 2 paisajes protegidos.

Otras figuras internacionales reconocibles son la Red Natura 2000 de la Unión Europea y los Lugares de Importancia Comunitaria (LIC). Siguiendo su rastro, se puede descubrir las sierras del Sueve o del Cuera, las cascadas de Oneta, las hoces del Esva, la cueva de Deboyo, el bufón de Santiuste, la ría de Villaviciosa, el pico Caldoveiro, el tejo de Pastur o Barayo.

El senderismo es posiblemente el mejor medio para admirar esos exuberantes rincones. Asturias dispone de rutas al alcance de todas las formas físicas y todos los gustos y para aquellos que solo pretenden organizar una pequeña incursión. Tampoco es necesario aparcar el coche. La intrincada red de carreteras regionales permite combinar visitas y programar excursiones inolvidables. Pedalear a través de las vías verdes señalizadas y bien conservadas o recorrer alguno de los caminos que seguían los gigantescos dinosaurios, usando como pista sus icnitas labradas sobre la piedra, son otras opciones.

Hay experiencias temáticas al gusto del viajero, según la época del año. El turismo de avistamiento ha abierto una nueva puerta a las experiencias: integrarse en una ruta ornitológica, seguir el rastro del oso, catar la naturaleza en excursiones de recogida de plantas que se usan en talleres de cocina o recorrer las majadas de pastores con la vista puesta en el cielo para atisbar el vuelo de los quebrantahuesos reintroducidos en Picos de Europa. Así se experimenta en carne propia la pasión por la naturaleza.



Más información en:
turismoasturias.es/naturaleza



No te pierdas...

- Miradores del Fito (Parres), Pozo de la Oración (Cabrales), Cabo Busto y Ermita de la Regalina (Valdés) y Puerto del Connio (Cangas del Narcea).
- Lagos de Covadonga- Parque Nacional de los Picos de Europa.
- Tras la huella del oso, venado y lobo: Montaña Central y los Parques Naturales de Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, Las Ubiñas-La Mesa, Somiedo y Redes.
- Por los bosques asturianos, robledales y hayedos: Muniellos y Peloño
- Los estuarios del Eo y Villaviciosa.
- Rutas por las Cascadas de Oneta (Villayón), Seimeira (Santa Eulalia de Oscos), Cioyo (Castropol) y Xurbeo (Aller).

Sigue las huellas de la fauna

En este seductor escenario, sobreviven algunos animales únicos, como el Oso Pardo Cantábrico, una especie en vías de recuperación. La Senda del Oso es una vía verde ideal para el senderismo y el cicloturismo. Dispone de bicicletas de alquiler. En uno de sus márgenes se encuentra el cercado osoero de Proaza, en el que habita la osa Molina. La Casa del Lobo, en Belmonte, es un centro de interpretación, que rinde homenaje a Félix Rodríguez de la Fuente. Las instalaciones se completan con un paseo guiado y accesible de kilómetro y medio, junto al río Pigüeña hasta un cercado con tres ejemplares ibéricos. Otra experiencia inolvidable es escuchar la emocionante berrea de los venados, en el tránsito entre el verano y el otoño, pertrechado en algún valle que amplifica la llamada. O participar, en plena Sierra del Sueve, en la fiesta del Asturcón, uno de los caballos más antiguos y puros del mundo, de pequeño tamaño y robusta estructura. El centro Las Montañas del Quebrantahuesos, en Benia, es un espacio que fomenta el estudio y el interés por las ciencias naturales, además de promover experiencias de conservación y desarrollo sostenible.



Oso Pardo Cantábrico

Playas de naturaleza salvaje

Playas de arena blanca o dorada se esconden en el litoral. Las singulares Gulpiyuri o El Cobijero son interiores. Retiradas de la primera línea del mar, el agua se cuela por los porosos acantilados y, durante la pleamar, se transforman en piscinas de agua salada. Esa formación porosa también abre en el oriente los bufones, chimeneas horadadas en la roca por las que se escucha cómo se cuela el rugido del mar e, incluso, asoma la espuma en días de temporal marino. De evocador nombre, la playa del Silencio cuenta con varias figuras de protección, al igual que las de Vega, El Espartal, Penarronda, Frexulfe, Barayo, Rodiles y Bayas.

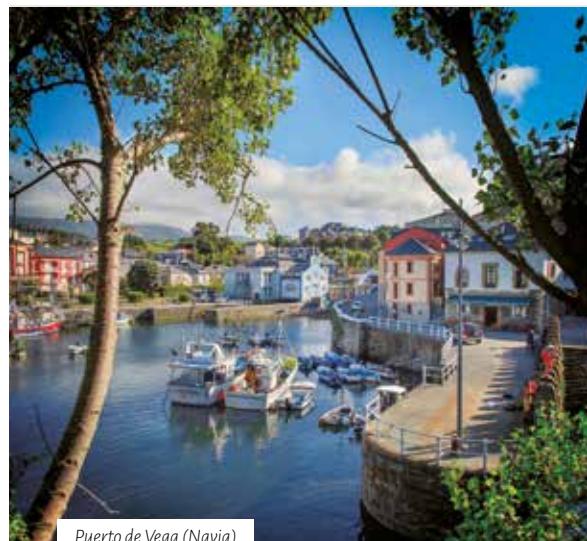


Sumérgete en la costa

#AsturiasCostera

401. Esos son los kilómetros del litoral del Principado, su frontera con el mar Cantábrico. La costa mejor conservada de España es tierra de pescadores y armadores curtidos en su batalla contra el mar que han sabido levantar sus pueblos verticales sobre embarcaderos, a salvo de las peores mareas. Son herederos de los cazadores de ballenas que en plena Edad Media luchaban con rudimentarios aparejos contra gigantescos cetáceos. Los faros que durante siglos han guiado su camino aún salpican los acantilados, y las rías que han marcado el carácter de los mariscadores son hoy en día reservas naturales. Su idiosincrasia se cimienta sobre oficios tradicionales, ritos marineros, un folclore singular y una gastronomía basada en su despensa natural.

Asturias cuenta con 18 pueblos marineros de cultura ancestral y belleza pintoresca, con sus puertos, sus lonjas, sus calles empedradas y su tradición pesquera.



Puerto de Vega (Navia)

Cada uno tiene su singularidad y su carisma. Las espectaculares casas de Cudillero y Llastres se han construido en inverosímiles terrazas que retan a las laderas. El colorido muelle de Llanes está protegido con inmensas piedras de hormigón de la escollera; son la base de una de las obras más ambiciosas del vasco Agustín Ibarrola, Los Cubos de la Memoria. El pequeño casco urbano de El Porto/Viavélez es un balcón al Cantábrico y el de As Figueras a la ría del Eo. Las villas marcan fronteras, como sucede con Bustio o Castropol, y son testigos privilegiados de la desembocadura de los caudalosos ríos, como San Esteban y L'Arena, en las dos orillas del Nalón. Luarca/Lluarca es la villa blanca con edificios modernistas e indianos. La arquitectura de la emigración también es



De faro en faro

Una ruta por los faros de Asturias reconcilia con el paisaje, con el mar, los acantilados y las aves marinas. De cabo Busto a cabo Lastres, con parada en Peñes, el punto más septentrional de Asturias, con un centro de interpretación habilitado en los bajos de la torre. Son excepcionales atalayas los faros de Tapia, Ortigueira, Candás, Tazones, Llastres, Ribadesella/Ribeseya, Llanes y Bustio.

típica de Ortigueira, un núcleo colgado a 20 metros sobre el nivel del mar. En Tazones desembarcó en España, procedente de Flandes, Carlos V. Vigila Tapia el único faro asturiano construido en una isla. Candás y Lluanco/Luanco ya eran embarcaderos de referencia en la Edad Media y organizan eventos gastronómicos basados en productos básicos de su cocina, como las sardinas o el bonito. Uno de los asentamientos más antiguos del Occidente es Puerto de Vega, donde conviven casonas marineras y solariegas. Palacios, casonas y murallas trazan el urbanismo de Navia, uno de los pueblos marineros menos escarpados y más grandes, junto con Ribadesella/Ribeseya, que fue centro neurálgico del comercio marítimo en el siglo XIX.

Las playas son para el verano, pero también para pasear en pleno invierno. Los urbanitas tienen una amplia oferta con Gijón/Xixón, Ribadesella/Ribeseya o Salinas como referencias. En cambio, los amantes de la naturaleza, cuentan con otras más escondidas y salvajes, pequeñas calas y grandes arenales abiertos. Dos reservas naturales culminan en arenales de gran belleza. Son Villaviciosa, con Rodiles, y Barayo –entre Navia y Valdés–, un ecosistema que mezcla dunas, acantilados y especies botánicas únicas.

Esta ruta se encuentra estructurada en tramos de diferentes longitudes, dureza y

Ría de Villaviciosa (Villaviciosa)



La Senda Costera resulta una excelente herramienta para disfrutar de los matices que componen los 401 kilómetros de litoral.

encanto. Los miradores de Muros de Nalón dan una visión diferente, al igual que el tramo entre Frejulfe y Puerto de Vega, donde se desciende de acantilados a senderos al nivel del mar.



Más información en:
turismoasturias.es/costa



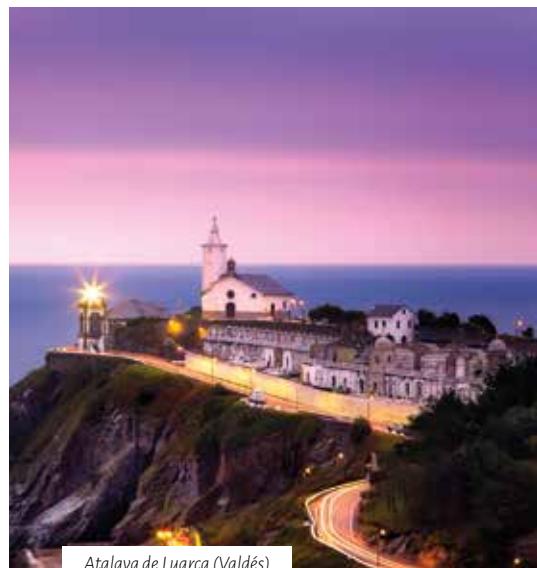
No te pierdas...

- Los Bufones de Pría (Llanes).
- Cudillero.
- Playa de Gulpiyuri (Llanes).
- Peñes (Gozón).
- La Costa de los Dinosaurios y el Museo Jurásico de Asturias (Colunga).
- Reserva Natural Parcial de Barayo (Navia y Valdés).





Playa de Gueirúa (Cudillero)



Atalaya de Luarca (Valdés)

Huellas de un pasado ballenero

Un documento datado en 1232 cuenta cómo los aguerridos pescadores asturianos se hacían a la mar en busca de ballenas. El punto álgido de este arte pesquero se produjo en los siglos XV y XVI para desaparecer en el XVIII. Se puede profundizar en esas huellas balleneras a través de Llanes, Ribadesella/Ribeseya, Llastres, Gijón/Xixón, Candás, Lluanco/Luanco, Cudillero, Puerto de Vega, Ortigueira, El Porto/Viavélez, Tapia y As Figueiras. Son visibles en el mirador de la Riba, en Puerto de Vega; en el barrio de Los Balleneros, de Llastres; en el puerto medieval de Cadavéu o en el área recreativa de La Mofosa, en Lluanco/Luanco. Si se observa fijamente el mar desde la costa central, la mirada quizá tropiece con el surtidor de una ballena que cruza el Cantábrico.



Un estilo único en Europa

Doce templos y tres construcciones civiles, fechados entre los siglos IX y X, conforman el más completo y mejor conservado conjunto de arquitectura altomedieval del occidente de Europa, que se completa con ricas piezas de orfebrería. Su singularidad artística e histórica está reconocida por la UNESCO desde 1985. Cozan de esta distinción, San Julián de los Prados, San Miguel de Lillo, Santa María del Naranco, la Cámara Santa de Oviedo, la fuente de La Foncalada, y Santa Cristina de Lena.

Santa María del Naranco (Oviedo)

Absorbe la cultura asturiana

#AsturiasCultural

La dilatada y azarosa historia de Asturias se ha convertido en el hilo conductor para comprender su heterogénea cultura. Esta tierra estaba habitada hace 200 millones de años por titánicos dinosaurios que dejaron sus huellas a lo largo del litoral. Los primeros pobladores se protegieron en cuevas donde las pinturas rupestres dan testimonio de su incipiente interés por el arte 22.000 años antes de Nuestra Era. La sociedad castreña emerge en construcciones circulares excavadas y hoy aún es visible en los poblados fortificados del occidente: los castros. Se pueden visitar los de San Chuis, en Allande, o Coaña.

El Reino de Asturias, nacido en plena Reconquista, convirtió al Principado en el corazón de una nueva Europa, con una monarquía interesada en el talento que fructificó en un estilo arquitectónico único: el Arte Prerrománico Asturiano, que se extiende por multitud de concejos, de Oviedo a Villaviciosa, Lena, Pravia, Colunga, Santo Adriano.... Iglesias, palacios y monasterios forman la herencia gótica y barroca, con la Catedral de Oviedo/Uviéu como máximo exponente. La revolución industrial modificó nuevamente ese horizonte y dejó paisajes que en el siglo XXI volvieron a reinventarse con obras como el Centro Niemeyer, en plena ría de Avilés.

Un paseo por la cultura asturiana es un viaje en el tiempo a través de los siglos.

Una excelente forma de iniciar este viaje es a través de los elementos reconocidos como Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO: las cuevas de arte rupestre, el Arte Prerrománico Asturiano y los itinerarios del norte del Camino de Santiago. Las grutas y abrigos cuyas paredes lucen arte prehistórico jalanan el Principado y cinco de ellas gozan de la más prestigiosa figura de protección mundial. Son las de Tito Bustillo (Ribadesella), Covaciella (Cabrales), Llonín (Peñamellera Alta), El Pindal (Ribadedeva) y La Peña (Candamo). Lo mismo sucede con el Prerrománico, que se exhibe majestuoso. En concreto, los edificios catalogados son los ubicados en Oviedo y Lena. Los Caminos del Norte a Santiago de Compostela, Costero y Primitivo, han sido los últimos en entrar en el selecto club de la UNESCO, con sus múltiples opciones para el peregrino, y

Viaja en el tiempo dentro de una cueva

Entre 22.000 y 10.000 años antes de Nuestra Era los hombres habitaban las cuevas del macizo de Ardines y dejaban en las paredes huellas de su forma de vida. La cueva de Tito Bustillo (Ribadesella) cuenta con algunas de las pinturas de arte rupestre mejor conservadas y está abierta al público de marzo a octubre. Las visitas se organizan en grupos de 15 y es necesario reservar con antelación. En la galería, de 700 metros, hay once conjuntos de pinturas. Destacan los caballos y los renos. Con la misma entrada se puede recorrer el Centro de Arte Rupestre de Tito Bustillo, que populariza la visita y ofrece una moderna aproximación.



Cueva de Tito Bustillo (Ribadesella)

desella), Covaciella (Cabrales), Llonín (Peñamellera Alta), El Pindal (Ribadedeva) y La Peña (Candamo). Lo mismo sucede con el Prerrománico, que se exhibe majestuoso. En concreto, los edificios catalogados son los ubicados en Oviedo y Lena. Los Caminos del Norte a Santiago de Compostela, Costero y Primitivo, han sido los últimos en entrar en el selecto club de la UNESCO, con sus múltiples opciones para el peregrino, y



Castro de Coaña

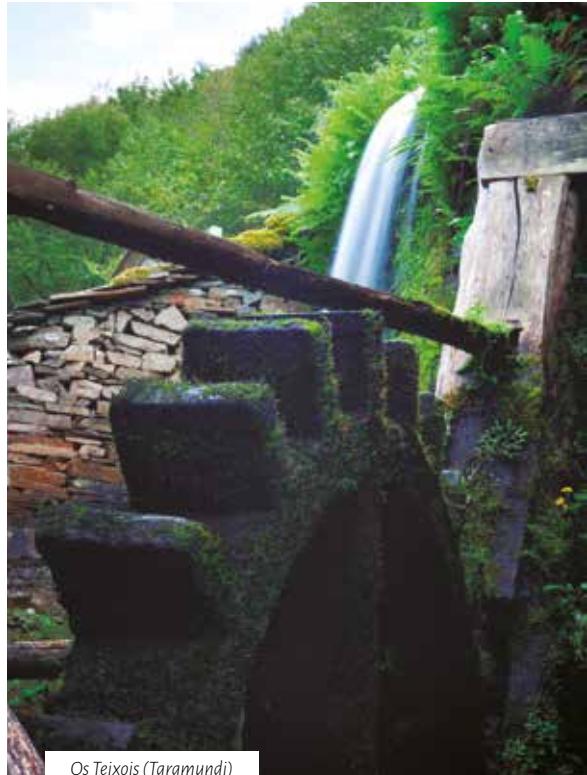
en cuyos márgenes emergen joyas ocultas del patrimonio, como San Salvador de Priesca (Villaviciosa), Santa María de Soto de Luiña (Cudillero) y el Monasterio de San Salvador de Cornellana (Salas).

Seducen a los viajeros con motivación religiosa la Catedral gótica de San Salvador de Oviedo, que conserva las reliquias del Santo Sudario, la Cruz de la Victoria, y la Cruz de los Ángeles, con una mágica leyenda de peregrinos orfebres que diseñaron la pieza para Alfonso II; y la cueva y la Basílica de Covadonga, un lugar montañoso de pintoresca belleza en el que la Virgen se le apareció a Pelayo y le infundió el valor para iniciar la Reconquista.

El listado de imprescindibles es interminable, desde imponentes monasterios como los de Corias, San Salvador de Cornellana o Santa María de Villanueva de Oscos, a teatros como el Riera de Villaviciosa, o palacios como la Quinta de Selgas en El Pito, Cudillero, llamado el pequeño Versalles asturiano.

Es imposible comprender toda la esencia de este entramado cultural sin, al menos, escarbar en su etnografía.

Los museos y los complejos temáticos evocan el pasado musical, educativo y económico de una sociedad que ha sabido adaptarse sin abandonar sus raíces. El Muséu del Pueblo d'Asturias, en Gijón/Xixón; el Museo Etnográfico de Grandas de Salime, el conjunto etnográfico de Os Teixois, en Taramundi; el Museo Etnográfico del Oriente de Asturias, en Porrúa-Llanes; el Museo Marítimo de Asturias, en Gozón; el exquisito edificio "Quinta Guadalupe" que alberga la Fundación Archivo de Indias – Museo de la Emigración, en Colombres; o el de la Escuela de Cabranes son algunos ejemplos.



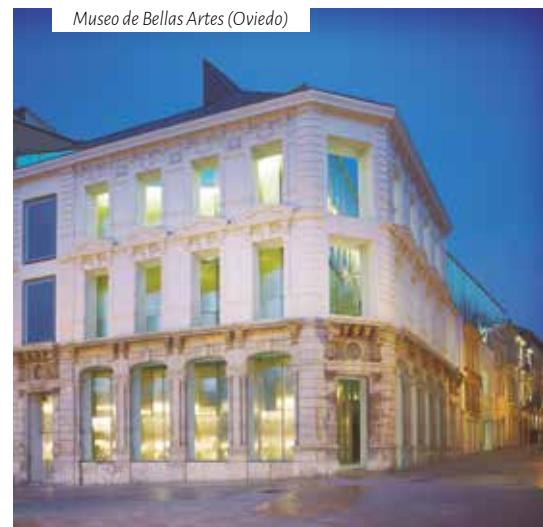
Os Teixois (Taramundi)



Real Sitio de Covadonga (Cangas de Onís)



Teatro Campoamor (Oviedo)



Museo de Bellas Artes (Oviedo)



Museo del Jurásico de Asturias (Colunga)

La actividad cultural que se desarrolla en el Principado es tan completa como su patrimonio. La temporada de ópera, desde septiembre a principios del año siguiente, es un referente de la programación anual del Teatro Campoamor, de Oviedo/Uviéu, con estrenos y títulos de calidad. Algo muy similar ocurre con el Teatro Palacio Valdés, de Avilés, marco de estrenos nacionales y un referente para los amantes de la escena. La programación se completa en la ciudad con el Centro Niemeyer. En Gijón, además del Festival Internacional de Cine, están el cartel del Teatro Jovellanos y el de Laboral, con el teatro y el Centro de Arte y Creación Industrial.

La red de museos es vasta por su número y por sus múltiples temáticas. En pleno corazón de Oviedo/Uviéu, encontrarás el Bellas Artes, con una moderna y premiada ampliación. No muy lejos, el Museo

Arqueológico, nos recuerda la prehistoria e historia de Asturias, y el Archivo Histórico, instalado en la antigua cárcel de la ciudad, nos abre los ojos a la historia. Otro de los estandartes, por su ubicación en una atalaya de la rasa costera y por sus fondos, es el MUJA, el Museo del Jurásico de Asturias, un edificio con la forma de una huella de los fascinantes dinosaurios. El Centro de Recepción del Prerrománico, en las antiguas escuelas del Naranco, permite reservar visitas. El Parque de la Prehistoria de Teverga es un proyecto original en el que se han recopilado reproducciones de las pinturas rupestres.



Más información en:
turismoasturias.es/cultura



No te pierdas...

- El Prerrománico Asturiano: Santa María del Naranco, San Miguel de Lillo,...
- Arte Rupestre: Tito Bustillo y su Centro de Arte Rupestre (Ribadesella/Ribeseya), La Peña (Candamo) y el Parque de la Prehistoria de Teverga.
- El Museo de Bellas Artes de Asturias (Oviedo/Uviéu).
- El Muséu del Pueblu d'Asturies (Gijón/Xixón).
- Los Castros del Narva: cultura castreña.
- Premios "Princesa de Asturias".

La experiencia minera en el Valle del Nalón

La cuenca del Nalón ofrece tres formas de acercarse a la minería y a su importancia urbanística, social y económica. La primera es a través del Museo de la Minería y la Industria de L'Entregu/El Entrego, recorriendo su completo espacio expositivo. La segunda es siguiendo esta indicación: "Ven a conocer un valle, un pueblo y una mina". Así se presenta el Ecomuseo de Samuño al viajero. La experiencia permite recorrer dos kilómetros en un tren siguiendo la ruta en la que se transportaba el carbón extraído de las explotaciones, visitar el conjunto exterior del antiguo Pozo San Luis y explorar el entorno de la localidad de La Nueva. La tercera alternativa, mucho más intensa, es la de adentrarse directamente en la oscuridad de la mina, donde se ha forjado el solidario carácter de los mineros. La compañía Hunosa ofrece visitas guiadas al Pozo Sotón. Se desciende hasta 556 metros en la típica jaula y se recorren las plantas octava, novena y décima.





No te pierdas...

- Museo de la Minería y de la Industria de Asturias -MUMI- (L'Entregu/El Entrego-San Martín del Rey Aurelio)
- Ecomuseo Minero Valle de Samuño (Ciañu-Langreo)
- Pozo Sotón (San Martín del Rey Aurelio)
- Poblado Minero de Bustiello (Mieres)
- Museo de la Mina de Arnao (Castrillón)
- Museo del Ferrocarril de Asturias (Gijón/Xixón)

Mira a tu alrededor

#TurismoIndustrial

Siluetas de castilletes mineros presidiendo el horizonte, caminos de metal transitados por máquinas de vapor, poblados nacidos del paternalismo industrial...Todos ellos son el testimonio de la riqueza que mana del subsuelo, de los ríos y del fondo de los mares, de cómo valientes hombres y mujeres trataron de domar la naturaleza.

Poco tiene que ver esta imagen con la Asturias rural del siglo XIX, que vivía de la agricultura y la ganadería y que contaba con unas pocas fábricas conserveras y otras de armas inauguradas en el XVIII. Sus hombres y mujeres conocían el carbón desde hacía, al menos, dos siglos aunque jamás habían mostrado interés por explotarlo. Pero la

industrialización requería de combustible y los yacimientos asturianos eran demasiado codiciados. La extracción del carbón trajo todo lo demás. Con la minería llegó la metallurgia-siderurgia y la producción de energía, alimentada también por la abundancia de agua. El ferrocarril se convirtió en el hilo conductor de la industrialización. A su paso, fue transformando el paisaje del Principado y conduciéndolo hacia el futuro.

El patrimonio industrial asturiano, protegido por la Ley de Patrimonio Cultural, incluye tres tipos de bienes: elementos aislados, como la Fábrica de Tabacos, situada en pleno centro de Gijón/Xixón; conjuntos industriales, como el de Arnáu o la Fábrica



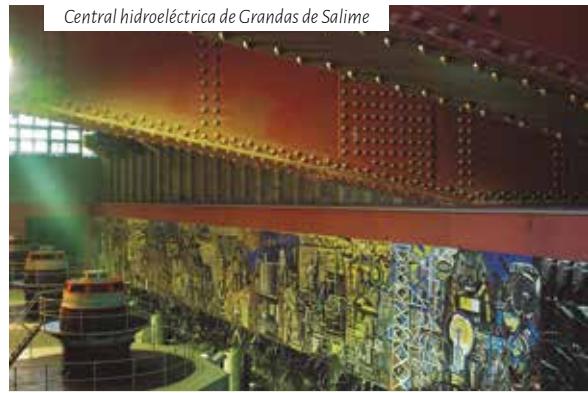
Museo de la Mina de Arnao (Castrillón)



Pozo Sotón (SMRA)



Poblado Minero de Bustiello (Mieres)



Central hidroeléctrica de Grandas de Salime



Museo del Ferrocarril (Gijón)



de Armas de Trubia; y paisajes complejos que conectan a golpe de vista diferentes actividades, como sucede en las cuencas del Nalón o del Caudal y, más concretamente, con el paisaje minero de Turón.

Esos bienes y estructuras industriales jalonan el horizonte asturiano. Emprender un viaje por las carreteras del Principado supone ver el perfil de los castilletes que bajaban las jaulas a los pozos, la arquitectura singular de las barriadas mineras, las fábricas, los antiguos depósitos de gas o las desafiantes chimeneas. Sorprenden el rehabilitado centro de empresas Valnalón, el poblado minero de Bustiello o los castilletes y las bocaminas de Mosquitera, Candín o San Fernando. El Salto Hidráulico de Salime, el embalse de mayor tamaño de Asturias, esconde en su interior pinturas murales y bajorrelieves de los arquitectos y artistas, además de padre e hijo, Joaquín Vaquero Palacios y Joaquín Vaquero Turcios.

Las carreteras también bordean ejemplos de la pujante industria agroalimentaria o de otras artes tradicionales.

La fábrica de sidra El Gaitero compagina su actividad con visitas guiadas a una colección permanente y a la bodega, con una degustación final. También lo hacen un gran número de lagares sidreros. La industria conservera llegó a tener abiertas casi un centenar de fábricas, que suponían un yacimiento de empleo tradicional para las mujeres. La Exposición Permanente de la Industria Conservera de Candás está en el antiguo aljibe de la Fábrica de Conservas y Sidra Bernardo Alfageme.

Existe una completa red de equipamientos que ayuda a entender tanto las actividades industriales como las condiciones laborales de sus trabajadores y las sociedades que crecieron a su alrededor. El Museo de la Minería y la Industria (MUMI) de



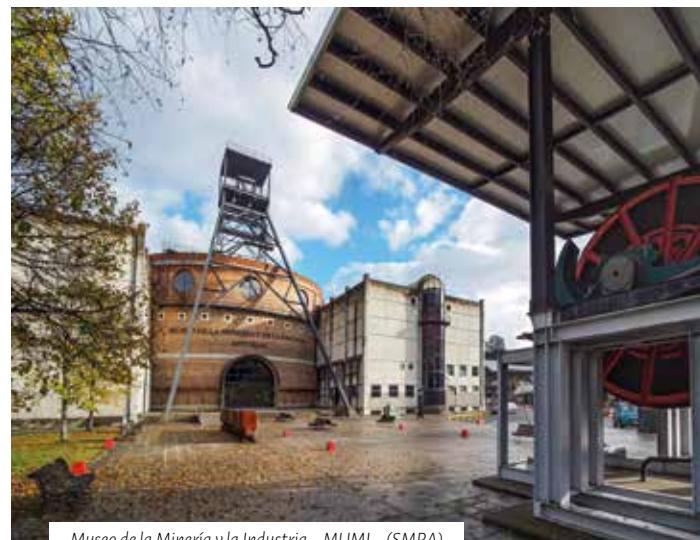
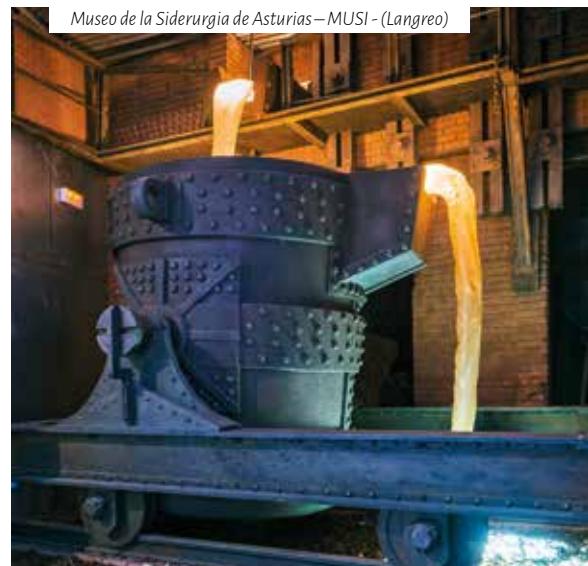
Selección de la manzana



L'Entregu/El Entrego recoge la memoria histórica de la explotación del carbón y reproduce una mina-imagen. El Museo de la Siderurgia (MUSI) se ha habilitado en una torre de refrigeración de una antigua planta de Duro Felguera, en Langreo. El conjunto minero de Arnáu cuenta con una peculiaridad que lo distingue del resto, algunas de sus galerías discurren bajo el mar. La antigua Estación del Norte, en Gijón/Xixón, es en la actualidad un Museo del Ferrocarril de Asturias (MFA) que repasa su historia vertebradora.



Más información en:
turismoasturias.es/turismo-industrial



Museo de la Minería y la Industria – MUMI – (SMRA)



Asturias es un referente para los amantes del deporte y de las actividades al aire libre, que encuentran en esta tierra un auténtico parque temático natural.

Su peculiar orografía se ha convertido en un reclamo para los viajeros que no se conforman con conocer un nuevo destino, sino que también quieren exprimirlo.

Actívate en Asturias



#TurismoActivo

No te pierdas...

- Descensos en canoa o piragua por alguno de nuestros ríos: Sella, Nalón y Navia.
- Ruta del Cares.
- Ascensión del Pico Urriellu (Naranjo de Bulnes).
- En bici por nuestras vías verdes: Senda del Oso, Turón o la del Eo.
- Surf en Frejulfe, Xagó, Penarronda,...
- Estaciones de Invierno: Valgrande-Pajares y Fuentes de Invierno.

El turismo activo y deportivo es una modalidad regulada y ordenada para disfrutar con la máxima seguridad. Además de los espacios naturales singulares, existe una gran variedad de instalaciones que complementan la oferta y un catálogo de actividades para todos los gustos y las formas físicas.

Los recursos son casi inabarcables. Tanto como la propia naturaleza asturiana. Una intrincada red de senderos de gran y pequeño recorrido (GR y PR) surcan las Reservas de la Biosfera de la UNESCO, el parque nacional, y los parques y monumentos naturales, además del litoral. Los pequeños, pero caudalosos ríos son muy

Un descenso internacional

El Descenso Internacional del Sella, el primer sábado del mes de agosto, si este no cae en día 10 o 2, entre Arriondas/Les Arriondes y Ribadesella/Ribeseya, es una prueba de repercusión mundial, conocida como *Les Piragües*. Fue creada por Dionisio de la Huerta tras disfrutar de una excursión entre las localidades de Coya e Ll'Infiestu en 1929. Su programa cuenta con una parte lúdica, con fiesta, pregón y desfile de carrozas, y otra deportiva con los mejores piragüistas de largas distancias.



Descenso Internacional del Sella



Descenso de cañones



Valgrande-Pajares (Lena)

versátiles y disponen de una cuidada gestión que combina la preservación del ecosistema con las actividades deportivas. El escarpado perfil de Picos de Europa es un reclamo para escaladores y amantes del trekking. El desnivel de las carreteras de montaña atrapa a esforzados ciclistas, al igual que las cuidadas vías verdes. Las cimas, en invierno, a los esquiadores. Las aguas del Cantábrico son la guarida ideal para los amantes de las disciplinas náuticas.

Todos estos escenarios abren un mundo de posibilidades. Los aficionados al senderismo disponen de rutas con diferentes niveles de exigencia.

De los trazados de Picos de Europa a las rutas de Redes, desfiladeros como el de Las Xanas, o los caminos de acceso a cascadas. Es posible emular a los grandes escaladores del ciclismo en escenarios de leyenda, como el Angliru y Los Lagos, organizar por libre salidas sobre dos ruedas o seguir itinerarios trazados, como el anillo ciclista de la Montaña Central. No hace falta una especial forma física, solo un poco de habilidad y buena disposición, para descender en canoas ríos como Navia, Nalón, Cares o Sella, entre otros.



Senda del Oso en bicicleta (Proaza)



El imán de los escaladores

Pedro Pidal y Gregorio Pérez, *El Cainejo*, fueron los primeros en hacer cumbre en el Pico Urriellu (Naranjo de Bulnes), la hipnótica montaña que a una hora determinada del día, gracias a la luz del sol, despidió destellos anaranjados. Era el 5 de agosto de 1904 y estaban haciendo historia. Abrieron una de las vías más complicadas con un material rudimentario y demostraron el buen resultado de unir los conocimientos técnicos de un noble y estudioso —Pidal era jurista y marqués de Villaviciosa— y la intuición de un guía lugareño, *El Cainejo*, que realizó gran parte de la ascensión descalzo. El Urriellu se ha convertido en imán internacional.

En esos cauces es posible bañarse en pozas como la Olla de San Vicente o practicar descenso de barrancos y cañones.

La pesca salmonera tiene una exquisita división en zonas libres y cotos, adjudicados por sorteo al inicio de la temporada entre los practicantes federados.

Los cazadores de olas tienen su sitio. El surf está presente en los arenales más abiertos del Cantábrico: Tapia, Salinas, Rodiles o Gijón/Xixón, son algunos ejemplos. Otras tablas, las del esquí y el snowboard, también son bienvenidas. Disfruta de las dos estaciones públicas asturianas, Valgrande-Pajares y Fuentes de Invierno, con una amplia malla de recursos com-

plementarios, con rutas en raquetas o esquí de fondo.

Existe una abundante oferta de turismo activo. Solo hay que decidir entre hacer una ruta a caballo, lanzarse en parapente, convertirse en un espeleólogo que recorre el paraíso subterráneo, conducir un quad por caminos rurales, volar en ultraligero...



Más información en:

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

Experiencias a su medida



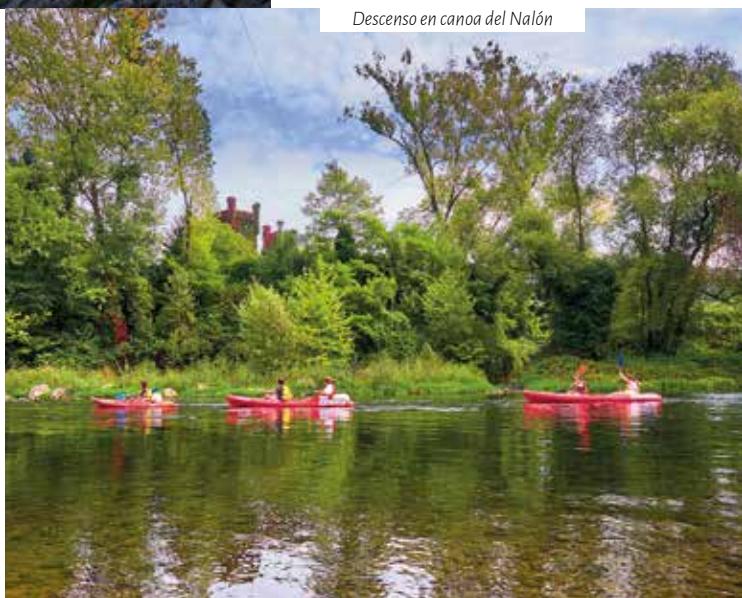
Ruta del Cares (Cabrales)

SENDERISMO:

Ruta del Cares. Cruza una espectacular garganta que serpentea sobre el cauce del río Cares y que consta de grutas, sendas de piedra y puentes. Tiene una longitud de 12 kilómetros en línea recta, 24 kilómetros de ida y vuelta.

Ruta del Alba. Es una senda lineal, en el corazón del parque de Redes, sin apenas desniveles y de 14 kilómetros, incluidas la ida y vuelta.

Ruta de la Seimeira. Trazado lineal de 8,6 kilómetros, con salida en Santalla y no demasiado exigente, cuya recompensa final es un refrescante salto de agua de unos 20 metros.



Descenso en canoa del Nalón

DEPORTES ACUÁTICOS:

Clase de surf en Salinas, Gijón/Xixón o Rodiles... En estas playas existen escuelas en las que se pueden contratar clases individuales o cursillos completos.

Descenso en canoa de los ríos Sella, Cares, Navia, Nalón, Polea,... Cada cuenca tiene sus propias características. El Sella se abre a sinuosos meandros. El Cares es un caudal de aguas rápidas. En el Navia se parte de la presa de Arbón.

Practica paddle-surf en una ría o traza una **ruta de kayak de mar** con paradas en las mejores playas.

Para entender Asturias, es necesario conocer su gastronomía

Sus productos, sus recetas, el maridaje perfecto de sus bebidas. Este verde territorio bañado por el Cantábrico es una despensa natural de mariscos, pescados frescos, carnes, verduras y lácteos.



Fabada

Piensa con el estómago

#SaboreaAsturias

La flota lleva a tierra los mejores pescados. Las abundantes ganaderías son la base necesaria para elaborar quesos. La estructura de pequeños huertos y fincas es el principal suministrador de frutas y verduras y de la materia prima para la sidra o el vino. La industria agroalimentaria mezcla innovación y tradición en sus procesos de elaboración.

Un viaje nunca estará completo sin sentarse a una mesa y saborear una fabada, un cachopo, una longaniza de Avilés, una merluza del pincho o unas cebollas rellenas.

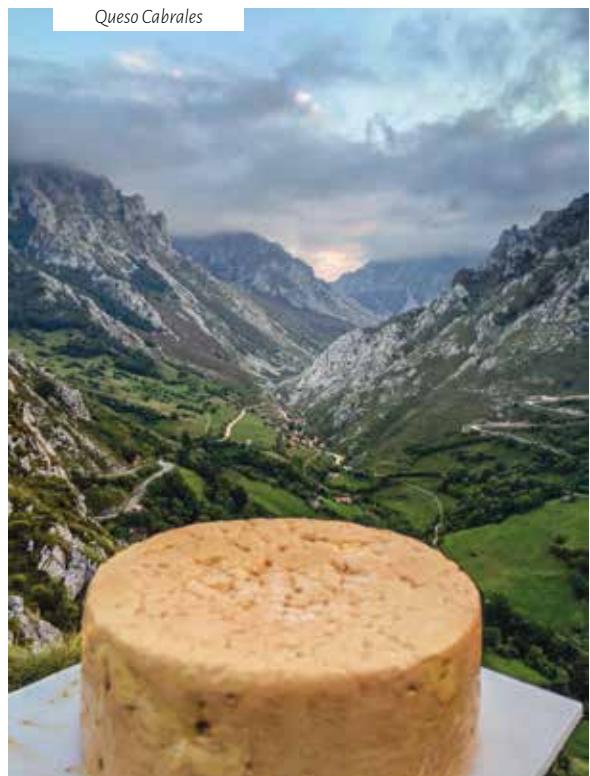
Tampoco si no se degusta un arroz con leche, unos frixuelos o unas marañuelas, las de Lluanco/Luanco o las de Candás, las dos localidades que se disputan la originalidad de la receta.

La calidad de las materias primas está reconocida con multitud de figuras. Seis productos del Principado cuentan con el sello de Denominación de Origen Protegida (DOP): la Sidra, Vino y los quesos Cabrales, Gamonéu, Casín y Afuegal pitu.

Lagos de Covadonga (Cangas de Onís)



Queso Cabrales



Visita una cueva de Cabrales

Varios productores abren sus cuevas para conocer en primera persona los espacios en los que se cura el famoso queso de Cabrales. La Fundación Cabrales, en el pueblo de Arenas, ofrece al viajero una visita guiada de 40 minutos dividida en dos partes. La primera se adentra en la cueva y pasa entre las piezas mientras cuentan de forma detallada todo el proceso de elaboración, desde la recogida de la leche al momento en que se decide cuándo está hecho. La segunda consta de un audiovisual que completa la información.

Con Indicación Geográfica Protegida (IGP) están también la Ternera Asturiana, el Chosco de Tineo, el queso de Los Beyos, la Faba Asturiana y la Miel de Asturias. Existen otros alimentos de altísima calidad con certificado de producción ecológica que abarcan una selección de verduras, legumbres, el gochu (cerdo) astucelto, la oveya (oveja) xalda y también elaborados como los yogures, el pan o las mermeladas.



"Sidrerías de Asturias" – Calidad Natural

Consciente de la importancia de todos estos productos, el Principado ha desarrollado la marca de garantía denominada Alimentos del Paraíso Natural, que podrá incluir desde productos frescos, como carnes, pescados, frutas o miel, a otros elaborados, como los quesos, las conservas o los platos preparados. El requisito imprescindible para todos es la calidad, de la materia prima y del proceso de elaboración, en caso de que lo haya. Hasta el momento, llevan este sello los arándanos, los kiwis, la miel, el queso de cabra, el repollo relleno y los carajitos.

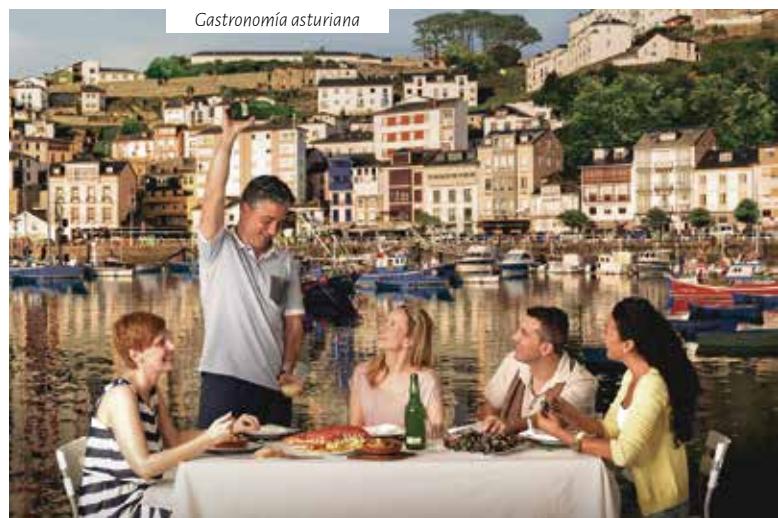
De la tradición son guardianas las guisanderas, un club de cocineras y propietarias de restaurantes que cuidan y miman la cocina tradicional asturiana. La otra cara de la excelencia la representan los cocineros Michelin, que han innovado desde la base la cocina asturiana.

El Principado ha creado, además, marcas de calidad a través de las que se puede conectar con un océano de sabores. "Mesas de Asturias" – Excelencia Gastronómica- lleva años de rodaje. Más reciente es "Sidrerías de Asturias" – Calidad Natural-, en fase de expansión.

Con el brazo estirado hacia el techo, desde una botella verde, vierte el líquido en el borde de un ancho vaso de cristal, mientras las salpicaduras mojan un cubo. La escena la protagoniza un escanciador que está sirviendo sidra, la bebida asturiana por excelencia. No se trata de una representación etnográfica. Es un gesto que se repite a diario en cada sidrería. La sidra es parte fundamental de la gastronomía y la cultura. Para comprenderla, no solo hay que probarla. Es necesario vivir el proceso completo, desde la selección de la manzana en la pomarada al proceso de fermentación y la fiesta que se organiza para la primera cata, que se denomina espicha. Cada vez se programan más experiencias singulares que permiten sentir hasta el olor y el ambiente del lagar. A partir de la recta final de la primavera, es fácil tropezarse con algún concurso de productores o de escanciadores. Entre los más prestigiosos, están los de Nava, Villaviciosa y Gijón.



Quesos y sidra



Gastronomía asturiana

Para los que prefieren el vino, el suroccidente es su lugar, con el vino DOP Cangas. El paisaje se encuentra salpicado de bancales de viñas anclados en las montañas. La fundación del Monasterio de Corias en el 1032 sirvió para impulsar la producción vinícola. Ahora mismo, vive una nueva juventud de la mano de una asociación de productores y elaboradores que ha logrado el sello DOP El Festival de la Vendimia, en otoño, es un buen momento para probarlo.

En tablas de degustación, en crema como acompañamiento de carnes o como postre aderezado por un dulce artesano: dicen de Asturias que es la mayor mancha quesera de Europa. También se la llama la tierra de los más de 50 quesos artesanos, la gran mayoría madurados en cuevas y cabañas. El más conocido es el Cabrales, curado en las cuevas de Picos de Europa y con la Denominación de Origen desde 1981. Es fácil encontrarlo en mercados de todo el mundo, de Nueva York a París. Sería casi un delito rechazar una prueba de cualquiera de las variedades.



Vino DOP Cangas

Tan orgullosos están los asturianos de su gastronomía, de sus recetas y alimentos que les organizan fiestas a lo largo del año.

El calendario de festivales, certámenes, jornadas, concursos, ferias y subastas es prácticamente inabordable. Las fechas actualizadas se pueden consultar en la agenda de eventos de la web oficial de Turismo de Asturias.



Más información en:
turismoasturias.es/gastronomia



Consejos para escanciar un “culete”

Adopta una postura cómoda, con la espalda recta y las piernas abiertas a la altura de los hombros. Coge la botella con la mano derecha, de forma firme, a partir de la base. Toma el vaso con la mano izquierda, con los dedos índice y pulgar alrededor del cristal y el corazón por debajo. Eleva el brazo con la botella, recto, por encima de la cabeza, con la boca por delante de la frente. Coloca el vaso justo entre las piernas y, con la mirada fija en él, comienza a inclinar la botella poco a poco, controlando el peso, hasta que el líquido caiga sobre el extremo del vaso. Guía el vaso hacia el chorro de sidra. Se sirve una proporción suficiente para beber de una sola vez, un “culete”.



No te pierdas...

- Museo de la Sidra y visita con degustación a un llagar (lagar).
- Museo del Vino y visita con degustación a una bodega del vino DOP Cangas.
- Cueva-exposición del queso Cabrales y visita con degustación a una quesería.
- Subasta en vivo en una lonja de pescadores.
- No dejes de probar: fabada, cebollas rellenas de bonito, arroz con leche, casadiellas, cachopo, merluza o pixín (rape) a la sidra, pote asturiano, arroz con pitu caleya (pollo campero), ternera o cabritu (cabrito) asado.
- Saborea nuestros manjares en: Mesas de Asturias -Excellencia Gastronómica- y “Sidrerías de Asturias”- Calidad Natural-.

Conforman sobre el mapa un triángulo casi equilátero. Son el corazón cosmopolita de una región de múltiples aristas que, pese a su apego por la tradición y la naturaleza, no renuncia a su carácter moderno.

Avilés, Gijón/Xixón y Oviedo/Uviéu son las tres ciudades de Asturias, con tres historias y tres caracteres. Las tres están muy bien comunicadas, en apenas media hora, así que se pueden combinar haciendo los desplazamientos en coche, autobús o tren.



Late con el corazón urbano

#AsturiasUrbana



No te pierdas...

- Avilés y su calle porticada: Galiana.
- Centro Niemeyer en Avilés.
- El Barrio de pescadores de Gijón/Xixón: Cimavilla.
- La Laboral Ciudad de la Cultura, en Gijón.
- Cámara Santa y la Catedral en Oviedo/Uviéu.
- Mercado El Fontán en Oviedo/Uviéu.

Aunque hay pruebas incluso de asentamientos prehistóricos, Avilés es una urbe de origen medieval, latente en su pintoresco y bien conservado casco histórico. Con un pasado y un presente industrial del que aún son testigos las majestuosas chimeneas y el puerto, trata de conjugar ese legado con la rehabilitación urbanística y su vocación cultural.

En plena ría se eleva una fascinante isla blanca, salpicada de un conjunto de cinco piezas arquitectónicas obra del brasileño Oscar Niemeyer.

La cultura de Avilés no solo reposa sobre este fascinante centro cultural. A lo largo del año, programa citas punteras, como una variada programación de estrenos teatrales. Pisar la piedra de Galiana, pasear por Sabugo y descansar en el parque Ferrera son algunos de los placeres que reserva al viajero.

Centro Niemeyer (Avilés)



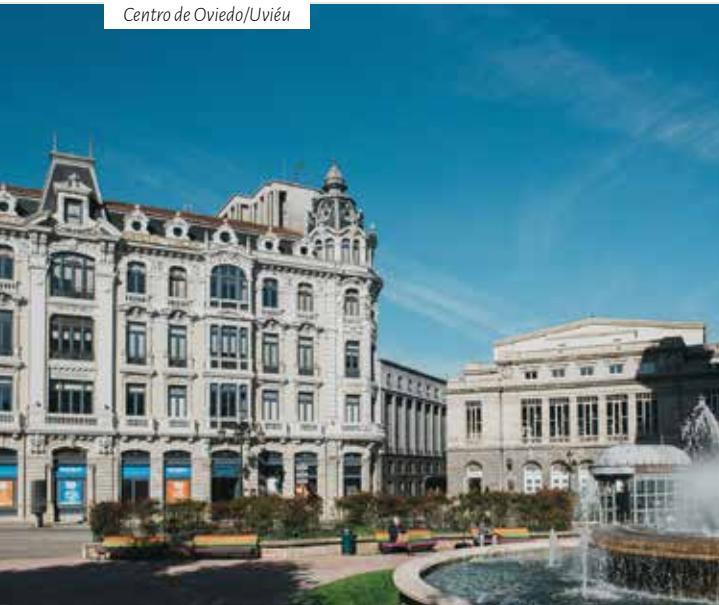
Gijón/Xixón se ha convertido en una ciudad moderna e inquieta, en gran medida como resultado de una historia abierta al mar, con un puerto de una importante actividad económica.

Sus vestigios romanos son otra cara de su pasado, al igual que su orgullosa contribución a la Ilustración de la mano de Gaspar Melchor de Jovellanos.

Si la incursión por Gijón/Xixón coincide con la segunda quincena de noviembre, será posible disfrutar del amplio programa del Festival Internacional de Cine. En julio se celebra la Semana Negra, un certamen de novela de crímenes consolidado en sus casi tres décadas de rodaje. Sea cual sea la época del año, es obligado perderse por el bohemio barrio de pescadores de Cimavilla y por La Ruta, sin olvidar el cinturón rural con sus imprescindibles lagares.

En cuanto se llega a Oviedo/Uviéu se descubre una urbe clásica y señorial, el escenario descrito por Leopoldo Alas Clarín en La Regenta, un modelo de ciudad paseable que han imitado otras muchas. El casco antiguo, de cuento, está presidido por la Catedral, con una Cámara Santa en la que se guardan tesoros de la época de Alfonso II El Casto, rey de Asturias.

Centro de Oviedo/Uviéu



Puerto Deportivo de Gijón

Ese reino es ahora el de los Premios Princesa de Asturias, por cuya alfombra han desfilado los más prestigiosos estadistas, científicos y artistas del mundo.

La historiadora clásica Mary Beard publicó en The Times un artículo en el que comparaba su visita a Oviedo/Uviéu para los galardones de 2016 con "el noveno cielo". La capital del Principado es también su sede administrativa y con un bullicioso eje comercial, del que emergen singulares edificios de gran valor arquitectónico.

Las tres ciudades son también sede habitual de congresos y turismo de negocios, con tres organismos que trabajan para su captación y con edificios singulares. Sobre el horizonte de Oviedo/Uviéu destacan su Palacio de Exposiciones y Congresos Ciudad de Oviedo, de Santiago Calatrava, y el Auditorio Palacio de Congresos Príncipe Felipe. Gijón/Xixón cuenta con el mayor recinto ferial de la región, conocido como Luis Adaro, y la impresionante Laboral Ciudad de la Cultura, además de otros equipamientos urbanos. Avilés dispone del Niemeyer como buque insignia, además del recinto ferial de La Magdalena y la Casa de la Cultura.



Más información en:
turismoasturias.es/ciudades-de-asturias

Tres rutas de un día



Gijón/Xixón: Moderna y cosmopolita.

Recorre el frente de una ciudad volcada al mar. Del Acuario al puerto deportivo, pasando por el pintoresco barrio de Cimavilla, la concurrida playa de San Lorenzo, con su muro, y el paseo hasta El Rinconín, presidido por la espectacular escultura *La madre del emigrante*, que el ingenio popular ha rebautizado como *La Lloca del Rinconín*. Conectados con transporte urbano están otros dos imprescindibles, Laboral Ciudad de la Cultura y el Jardín Botánico Atlántico. Compra en las pequeñas tiendas del centro, en las inmediaciones de la plaza del Ayuntamiento.

Mercado del Fontán (Oviedo)



Avilés: La joya menos conocida.

El Centro Niemeyer es el mejor punto de partida para una incursión por Avilés. Sorpréndete con la originalidad de su diseño y con la singularidad de su ubicación, entre las grandes industrias y el puerto, comunicado con la ciudad a través de un colorista puente. De la plaza de España asciende a la calle Galiana, jalonada de arcos, que conserva el suelo original, que diferencia la zona por la que caminaban el ganado y sus dueños. Respira el profundo olor a naturaleza del parque Ferrera, toma vinos y longaniza en el Carbayedo, desvíate al parque de El Muelle y adéntrate en Sabugo, donde localizarás excelentes sidrerías y una selección del pequeño comercio local.

Laboral Ciudad de la Cultura (Gijón)



Oviedo/Uviéu: Un paseo señorial.

Viaja por la historia en el casco antiguo de Oviedo/Uviéu, de la Catedral y la Cámara Santa a los Museos de Bellas Artes y Arqueológico de Asturias y el mercado de El Fontán, en un inolvidable paseo por un entorno peatonal. Cruza el eje comercial de la calle Uría y déjate seducir por el encanto del pulmón verde de la ciudad: el Parque de San Francisco. A no mucha distancia del centro, en el monte Naranco, verás en Santa María y San Miguel de Lillo dos referentes únicos del Prerrománico. No puedes abandonar la ciudad sin probar sus dulces típicos, como los deliciosos carbayones y las moscovitas, sin descubrir la concurrida Ruta de los Vinos y el bullicioso Bulevar de la Sidra en Gascona.

Seducen las personas, los paisajes fascinan y las artes tradicionales sorprenden. La hospitalidad engaña y la calidad cautiva. Asturias es el germen del turismo rural español, una forma de viajar que hunde sus raíces en la autenticidad de los pueblos.

El Paraíso Natural, el eslogan que acompaña al Principado desde hace más de tres décadas, no podría entenderse sin el cuidado de las costumbres, sin el amor por el medio ambiente y el carácter generoso, sociable y noble de los asturianos, los mejores guías de su propia tierra. El viajero descubre nuevos mundos y se convierte en un militante más de esa forma de comprender la vida. El escenario es perfecto: una ondulante orografía que rebosa belleza, pueblos singulares en cada recodo del camino y una naturaleza ideal para la práctica de deportes y actividades al aire libre.



Banduxu (Proaza)

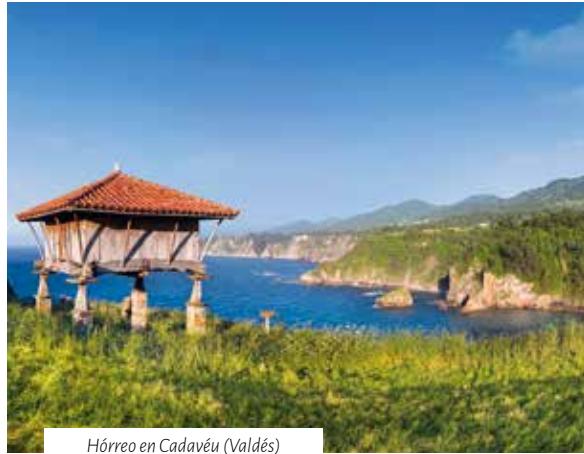
Respira Asturias

#AsturiasRural

Aquel turismo rural pionero en los años 80 se ha generalizado con el cambio de siglo. Dispone de una completa red de alojamientos, desde albergues a hoteles y casas. El Principado cuenta con dos identificables marcas de calidad, Club de Calidad "Casonas Asturianas", para los hoteles con encanto y arquitectura singular, y "Aldeas"-Asturias Calidad Rural-, para casas de aldea y apartamentos rurales, un referente con estancias inolvidables.



Club de Calidad "Casonas Asturianas"



Hórreo en Cadavéu (Valdés)



No te pierdas...

- Taramundi y su Conjunto Etnográfico de Os Teixos.
- Museo etnográfico de Grandas de Salime.
- Un paseo por las Brañas de Somiedo con sus emblemáticos "Teitos".
- Conjunto de Hórreos de Güeñu/Bueño (Ribera de Arriba).
- Las Majadas de los Picos de Europa.
- Alojamientos rurales con encanto: Club de Calidad "Casonas Asturianas" y "Aldeas"-Asturias Calidad Rural-.



El filo acerado de Taramundi y los Oscos

Los maestros cuchilleros aún forjan las prestigiosas navajas de Taramundi y Los Oscos. El Museo de la Cuchillería supone una primera aproximación, al igual que la visita a espacios singulares de etnografía e ingenios hidráulicos únicos en España. Muchos artesanos abren sus puertas a los visitantes para que conozcan de primera mano en qué consiste su labor.

Una boda sin invitación

La Vaqueirada de Arístebano es una fiesta y una multitudinaria boda tradicional que rememora la vida y las costumbres de los vaqueiros, un grupo social dedicado a la transhumancia. Los novios llegan en una comitiva, vestidos con trajes tradicionales y precedidos por un carro del país en el que viaja el ajuar. Tras la ceremonia, se celebra una comida popular.



Celebración boda vaqueira (Valdés y Tineo)



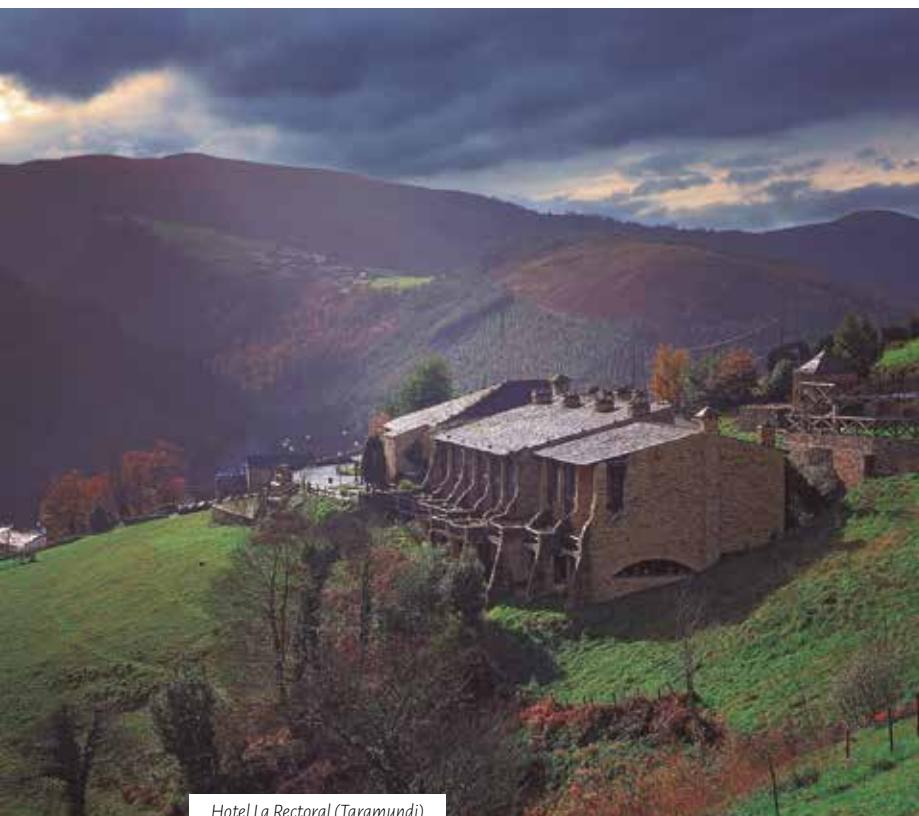
Vete de romería

Fiesta, en asturiano, se traduce como folixa. Tan arraigado como el término están la diversión y las tradiciones en Asturias, que tiene un amplio listado de Fiestas de Interés Turístico. En la descarga de Cangas del Narcea, coincidiendo con el Carmen en el mes de julio, toneladas de pólvora hacen temblar el suroccidente. Los Gúevos Pintos de La Pola Siero se celebran el martes siguiente a Semana Santa. Niños y artistas locales decoran y ponen a la venta huevos de todos los tamaños con dibujos más o menos tradicionales. La Fiesta del Pastor tiene origen ganadero. Cada 25 de julio, los deportes tradicionales y la romería llenan el entorno de Los Lagos. En agosto, Luarca/Lluarca se escribe con T, la letra de San Timoteo.

Museos y centros etnográficos se convierten en un medio perfecto para comenzar a conocer la esencia de Asturias, que también está viva en sus pueblos, en las gentes que se esfuerzan por mantener los oficios tradicionales, en la actividad ganadera y agropecuaria sin la que no se podría entender la economía del territorio. De esa red de colecciones emergen el Muséu del Pueblo d' Asturias (Gijón), el Museo Etnográfico de Grandas de Salime, el Museo Etnográfico del Oriente de Asturias (Llanes), el Ecomuseo Etnográfico de Somiedo (Somiedo), el Conjunto Etnográfico de Mazonovo (Santa Eulalia de Oscos), el Museo Vaqueiro (MUVAS) (Tineo), el Museo Etnográfico de Quirós

y Comarca (Quirós), el Museo de la Escuela Rural (Cabrera), el Museo de la Madera y de la Apicultura (Caso) y el Museo Etnográfico de Grado (Grado).

Otra fórmula más excitante es participar en alguna de las fiestas de interés turístico que se celebran a lo largo del año. Las hay gastronómicas, deportivas, culturales, religiosas, ligadas a la agropecuaria y algunas que recrean episodios históricos. El listado completo, que permite ir de celebración en celebración todo el año, está recogido en la página web oficial de Turismo de Asturias.



Hotel La Rectoral (Taramundi)

Dos construcciones reconocibles a simple vista, parte imprescindible del campo, son los hórreos y las paneras.

Estos tradicionales graneros elevados sobre altos pilares, llamados pegoys no solo son útiles para los asturianos y atractivos para el viajero. Pasear entre ellos es posible en Espinaréu (Piloña), una localidad con uno de los conjuntos de hórreos y paneras mejor conservados. Salpican el paisaje de oriente a occidente, pero también se puede investigar sus variedades y sus tallas y trazar una ruta en busca de los más interesantes.

El ecoturismo y el agroturismo son dos tendencias en la experiencia rural. Alojamientos que compagan la actividad turística con la cría ganadera o con la elaboración de productos tradicionales, establecimientos sostenibles y respetuosos con el entorno son novedosas opciones.

¿Te atreves?



Más información en:
turismoasturias.es/turismo-rural

La cuna del turismo rural

Taramundi es una Fuenteovejuna del turismo. En este pequeño concejo del occidente, cuna de artesanos de la cuchillería, el pan de escanda, los telares y el cuero, nació el turismo rural español hace más de 30 años. Sus gentes, de la mano de las administraciones y los empresarios, supieron convertir una economía de subsistencia y unos pueblos al borde del abandono en un polo de atracción para el viajero que disfruta con la autenticidad. La rehabilitación de la antigua casa rectoral en un exclusivo alojamiento fue solo el primer paso. A su alrededor se ha desarrollado toda una economía de recursos, se han relanzado oficios y se ha insuflado vida a comunidades hasta entonces apenas sin expectativas que es ejemplo en todo el mundo. Se debe visitar Taramundi con la mente abierta, recordando su pasado y disfrutando de su presente.



Labores del campo

Los itinerarios del Norte del Camino de Santiago, que confluyen en el Principado y que tienen Oviedo/Uviéu como corazón, han sido calificados por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad. La región cuenta, en realidad, con cuatro diferentes, cada uno con su belleza y singularidad. Esas Rutas Jacobeanas disponen de una modernizada red de albergues, acorde con los peregrinos del siglo XXI, ideal para el reposo después de que las piernas hayan sumado kilómetros y tras disfrutar de la cordial acogida de los asturianos, la pintoresca arquitectura y la deliciosa gastronomía.

La historia, la espiritualidad y el paisanaje están garantizados sea cual sea el trazado que se elija.





Camino Primitivo

Camina al pasado

#CaminoDeSantiago

#CaminoNorte #CaminoPrimitivo

Los dos itinerarios principales son el de la Costa, que es el que parte de Irún (País Vasco) y discurre en paralelo al Cantábrico; y el Primitivo, que según cuenta la leyenda es el que siguió Alfonso II en la primera peregrinación, nace en Oviedo/Uviéu y se adentra en Galicia por el Suroccidente asturiano.

El de la Costa consta de 283,8 kilómetros, divididos en trece etapas asturianas que apenas se despegan del mar. Atraviesa puentes medievales, playas, ciudades, antiguos hospitales de peregrinos. Así se puede descubrir la iglesia de Santa María del Conceyu (Llanes), la iglesia de San Salvador y el monasterio de Santa María la Real de Valdediós o los templos de San Salvador de

Priesca y San Juan de Amandi, todos en Villaviciosa; el Parque Arqueológico Natural de la Campa Torres y la necrópolis tumular del Monte Areo entre Gijón y Carreño, el caso histórico de Avilés, el castillo de Gauzón, en Castrillón; la iglesia de Santa María de Soto de Luiña y la Quinta Selgas, en Cudillero.

El Primitivo reparte en siete tramos los 145,5 kilómetros de paisaje rural y montañoso. Se pueden seguir variantes, o decantarse por el trazado original de Hospitales, entre Tineo y Allande, que, como su propio nombre indica, cuenta con cinco antiguos hospitales de peregrinos y se considera el recorrido original.

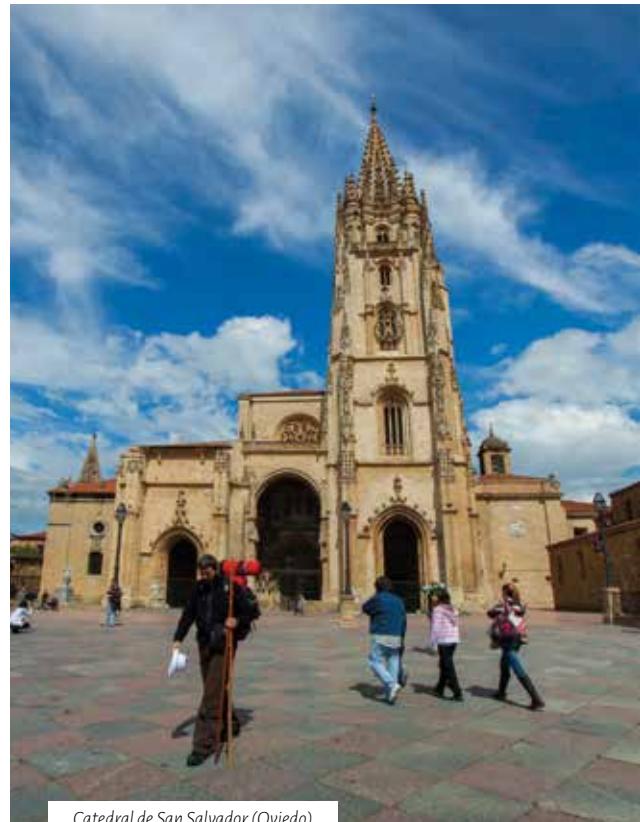
El primer peregrino

El rey Alfonso II de Asturias, conocido como El Casto, es considerado el primer peregrino a Santiago. ¿Leyenda o historia? Cuenta la tradición que bajo su reinado se descubrió la tumba del apóstol y que el rey en persona se lanzó al camino para comprobar si era cierto. Su recorrido es el itinerario conocido como el Camino Primitivo. Hay un dicho popular que trata de reafirmar esta versión. Se dice que "quien va a Santiago y no a San Salvador -la Catedral de Oviedo/Uviéu-, visita al criado pero no al señor".

Nada mejor que comenzar en la Catedral de San Salvador de Oviedo/Uviéu y aprovechar para adentrarse en el prerrománico asturiano con Santa María del Naranco y San Miguel de Lillo.

Contemplar los puentes de Gallegos, en Las Regueras, o de Peñaflor, en Grado. En este mismo concejo está la capilla de Los Dolores. Descubre la colegiata de Santa María la Mayor de Salas y el monasterio de Santa María la Real de Obona, situado en Tineo. En Allande están el palacio de los Cienfuegos de Peñalba y la iglesia parroquial de Santa María de Berducedo. Cruzar el exigente puerto de El Palo o conocer la leyenda del diablo que bautizó los pueblos Salime o Subalime, hoy enterrados bajo las aguas de la gigantesca presa con salto hidráulico de Grandas de Salime, son dos alicientes más.

El Camino continúa por tierras gallegas hasta Santiago de Compostela.



Catedral de San Salvador (Oviedo)



Santa María la Real de Obona (Tineo)



Camino de Santiago (Allande)

Más que una travesía

El Camino de Santiago es más que una ruta. Es ese peregrino con el que se comparte etapa o el vecino que ofrece un refrescante vaso de agua cuando más se necesita. Pero hay auténticas joyas de la arquitectura escondidas en pueblos que, probablemente, no descubrirás si no te atas unas botas y te cuelgas una mochila a la espalda. El monasterio de Valdediós, o el de Santa María la Real de Obona, son solo dos ejemplos. Cruzar la ría del Eo en barca, desde As Figueras o Castropol, como se hacía en otros siglos, cuando escaseaban los puentes, imprime un plus.

Los otros dos itinerarios son, en realidad, conexiones entre el Cantábrico y el Primitivo y entre el Francés y el Primitivo. El enlace del Francés con el Primitivo, sale de León, entra por Asturias a través del Puerto de Pajares, surcando impresionantes paisajes de la cordillera, con la inexcusable visita a la iglesia Prerrománica Santa Cristina de Lena, y se divide en tres etapas (54,5 kilómetros) antes de alcanzar Oviedo/Uviéu. El de la Costa y el Primitivo se unen desde Villaviciosa hacia el interior a través de Sariego, visitando la Iglesia de Santiago; y Siero, en dos etapas de 39 kilómetros en total.

El Principado puede ser parte de un recorrido más amplio o un punto de partida.

Si es el origen de la marcha, se debe llenar el documento para conseguir la credencial que se irá sellando etapa a etapa y que permitirá conseguir la Compostela, al final del recorrido, ya en Santiago. La planificación previa es importante.

Además de organizar las etapas, existen multitud de servicios muy útiles a tener en cuenta. La Comarca de la Sidra ofrece el Pase del Peregrino, que incluye alojamiento a un precio módico, con un detalle de bienvenida y hasta el traslado si está a más de 500 metros del camino.

Peregrinos por el norte, recorrer el Camino alojándose en una selección de hoteles con servicios pensados especialmente para los peregrinos. Como masajes, servicio de lavandería exprés, o garaje para bicicletas entre otros. Otras propuestas interesantes son una visita cultural y teatralizada guiada por el origen del primer Camino de Santiago o un salto tecnológico con una aplicación móvil gratuita, que te guía por GPS y que contiene información de las diferentes etapas, la geolocalización de los alojamientos, restaurantes y hasta fisioterapeutas y los hitos arquitectónicos y culturales. Correos también tiene un servicio especial, con tres modalidades, el transporte del equipaje entre etapas, el envío a domicilio de ropa o compras y uno especial de bicicletas.



Más información en:
[turismoasturias.es/
camino-de-santiago](http://turismoasturias.es/camino-de-santiago)



No te pierdas...

- El Salvador en la Catedral de Oviedo/Uviéu.
- Monasterio de San Salvador de Cornellana (Salas).
- Colegiata de Salas.
- Monasterio de Santa María la Real de Obona (Tineo).
- Palacio de Cienfuegos de Peñalba (Allande).
- Castro del Chao Samartín (Grandas de Salime).



Camino de Santiago (Villaviciosa)

Información práctica

¿Cuándo viajar a Asturias?

El clima agradable de Asturias la convierte en un destino atractivo los 365 días del año, sin temperaturas extremas en ninguna de las estaciones. Es posible disfrutar de sus playas en verano y de las estaciones de esquí en pleno invierno, o aprovechar la primavera y el otoño para completar rutas de montaña y actividades de turismo activo como el descenso de ríos en piragua. La intensa agenda cultural, la amplia nómina de fiestas de interés turístico y la proliferación de certámenes gastronómicos ligados a la cocina de temporada llenan todas las semanas del año.

Clima

Asturias registra un clima de tipo oceánico, caracterizado por temperaturas suaves, tanto en invierno como en verano, y precipitaciones repartidas a lo largo del año. La variada orografía asturiana permite distinguir muchos microclimas diferentes en pocos kilómetros de distancia. Se pueden agrupar en cuatro principales: el de la franja litoral, muy influenciado por el mar; el de la zona suroeste, más continental; el

del área central, oceánico pero sin la influencia marina; y el de la cordillera cantábrica, clima de montaña con nevadas frecuentes en invierno. Las temperaturas medias registran la variación estacional típica, con máximas en verano, mientras que con las precipitaciones ocurre lo contrario, son menores en verano y aumentan sobre todo en otoño.

Manzanos en flor en la Comarca de la Sidra



Primavera

La temperatura media es de 15 grados, variando entre 10 y 20 grados según avanza el día.

Playa de Xagó (Gozón)



Verano

La media general se sitúa en torno a los 20 grados. Pudiendo alcanzar puntualmente los 30 grados.

Parque Natural de Ponga



Otoño

Es muy parecido a la primavera. Las temperaturas van descendiendo hasta quedarse entre los 10-15 grados

Bulnes (Cabrales)



Invierno

En los pueblos de alta montaña podemos encontrar temperaturas bajo cero, pero en las zonas de cotas más cercanas al mar las temperaturas rondan los 5-10 grados.



Teléfonos de utilidad

EMERGENCIAS: 112

El Sistema Emergencias 112 es un servicio público y gratuito, que atiende llamadas telefónicas de forma permanente, para **cualquier situación de urgencia y emergencia** en materia sanitaria, extinción de incendios y salvamento, seguridad ciudadana y protección civil.

Los teléfonos 900 y algunos teléfonos de emergencia son gratuitos.

Policía Nacional	091
Policía Local	092
Guardia Civil	062
Emergencias Sanitarias	061
Bomberos	080
Información Dirección General de Tráfico (DGT) – Ayuda en Carretera	900 123 505

Cómo llegar, transportes

Carretera

Las principales vías de comunicación por carretera de Asturias son:

A-66: Autovía de la plata. Acceso a Asturias desde la meseta a través de una autopista de pago.

N-630: Acceso a Asturias desde la meseta a través del Puerto de Pajares.

A-8: Autovía del Cantábrico: Esta autovía une Asturias de oeste a este.

N-634 y N-632: Carretera nacional, recorre Asturias de oeste a este.

AS-I: Conocida como "Autovía Minera", une la localidad de Mieres del Camín con Gijón/Xixón, atravesando las cuencas mineras.

AS-II: Conocida como "Autovía Industrial", une Oviedo/Uviéu y Gijón/Xixón.

A-63 y AS-15: Discurre desde Oviedo/Uviéu al Occidente/Suroccidente de Asturias.

Autopista Y: Tramo que une las tres principales ciudades de Asturias: Oviedo/Uviéu, Gijón/Xixón y Avilés.

Avión

El aeropuerto está situado a 14 km de Avilés, 40 km de Gijón/Xixón y 47 km de Oviedo/Uviéu.

Información AENA: 902 404 704

Autobuses

Asturias cuenta con una importante red de infraestructuras viarias que facilitan la llegada de los viajeros empleando este medio de transporte, así como con grandes y completas terminales en las ciudades y estaciones en las villas para los servicios de proximidad.

Estación de Autobuses de Oviedo/Uviéu:
902 499 949 / 985 969 696 / 985 969 678

Estación de Autobuses de Gijón/Xixón:
902 342 711 / 985 342 713

Estación de Autobuses de Avilés:
985 561 277



Bosque en Quirós

Tren

RENFE, empresa de servicios de transportes ferroviarios de viajeros y mercancías, conecta Asturias con el resto de ciudades españolas y europeas. También permite desplazarse cómodamente por la región mediante las líneas que comunican las distintas ciudades. Asturias cuenta con conexiones de alta velocidad con Madrid, Valladolid, León, Palencia y Segovia.

Información y Reservas RENFE – Nacional: 902 240 202

Información y Reservas RENFE – Internacional: 902 243 402

Trenes con encanto: Transcantábrico (tren turístico con recorrido por Asturias, <http://www renfe.com/trenesturisticos>)



Barco

Los cruceros que llegan a Asturias lo hacen al Puerto de El Musel, ubicado a seis kilómetros del centro urbano de la ciudad de Gijón/Xixón; o al Puerto de Avilés, situado en la ría que baña la ciudad.

Puerto de Gijón: 985 179 600

Puerto de Avilés: 985 541 111

Puertos deportivos de Asturias

Las embarcaciones de recreo también cuentan con 20 puertos que ofrecen diferentes servicios para callejear y disfrutar de Asturias y sus pueblos marineros.

Puerto deportivo de Gijón: 985 344 543

Puerto deportivo de Avilés: 985 525 115



Más información en:
turismoasturias.es/organiza-tu-viaje/como-llegar



Dormir

Asturias dispone de una amplia variedad de alojamientos, acorde con la riqueza de su oferta turística y con la exigencia de sus clientes. Desde hoteles urbanos de diferentes categorías a los hoteles rurales, hostales y pensiones, pasando por viviendas vacacionales, apartamentos turísticos y campings, con parcelas y bungalós,... Las posibilidades se multiplican casi hasta el infinito. Se puede combinar el confort de una habitación de hotel con la libertad que otorga una casa de aldea de alquiler completo o el contacto con la naturaleza de un camping. Las Marcas de Calidad Club de Calidad "Casonas Asturianas" y "Aldeas" –Asturias Calidad Rural- son también un referente. Toda la información sobre los establecimientos para dormir en Asturias está disponible en la página oficial de Turismo de Asturias.

Más información:

turismoasturias.es/organiza-tu-viaje/donde-dormir

Días Festivos autonómicos y nacionales

Festivos autonómicos.

Día de Asturias, 8 de septiembre

Festivos nacionales.

Año Nuevo, 1 de enero

Fiesta del trabajo, 1 de mayo

Asunción de la Virgen, 15 de agosto

Fiesta nacional de España, 12 de octubre

Todos los Santos, 1 de noviembre

Día de la Constitución Española, 6 de diciembre

La Inmaculada Concepción, 8 de diciembre

Natividad del Señor, 25 de diciembre

Jueves y viernes Santo, La Semana Santa se celebra cada año en diferentes fechas, porque se basa en los ciclos lunares.

Si un festivo cae en domingo, la Comunidad Autónoma puede decidir trasladarlo al lunes siguiente.



Comer

Las sidrerías son los establecimientos típicos para probar la bebida tradicional asturiana, la sidra, pero también son una buena alternativa para degustar la gastronomía local. El Principado ha puesto en marcha un sello de calidad denominado "Sidrerías de Asturias" –Calidad Natural- para distinguir a las mejores, y tiene otro "Mesas de Asturias" –Excelencia Gourmet- que engloba a los restaurantes de prestigio. El Club de Guisanderas está formado por las guardianas de la cocina tradicional y las estrellas Michelin son la punta de lanza de una nueva generación de chefs que ha sabido reinventar las recetas de la tierra. Junto a ellos vinaterías, tabernas y cafés completan las opciones.

Más información:

turismoasturias.es/organiza-tu-viaje/donde-comer

Compras

Asturias es tierra de artesanos y de oficios tradicionales que permiten a los viajeros comprar un amplio abanico de souvenirs representativos de la tierra. Se puede llenar la maleta con tallas de madera, joyería con simbología propia o con materiales como el azabache, accesorios en cuero, prendas tejidas en lana, pequeños elementos de decoración, piezas de cuchillería,... La web de Artesanía de Asturias ofrece multitud de pistas - artesania.asturias.es

También se puede optar por algún producto o elemento con el fácilmente reconocible logotipo "Asturias, Paraíso Natural"





No te pierdas...

Explora el paraíso

1. Mirador del Fito (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)

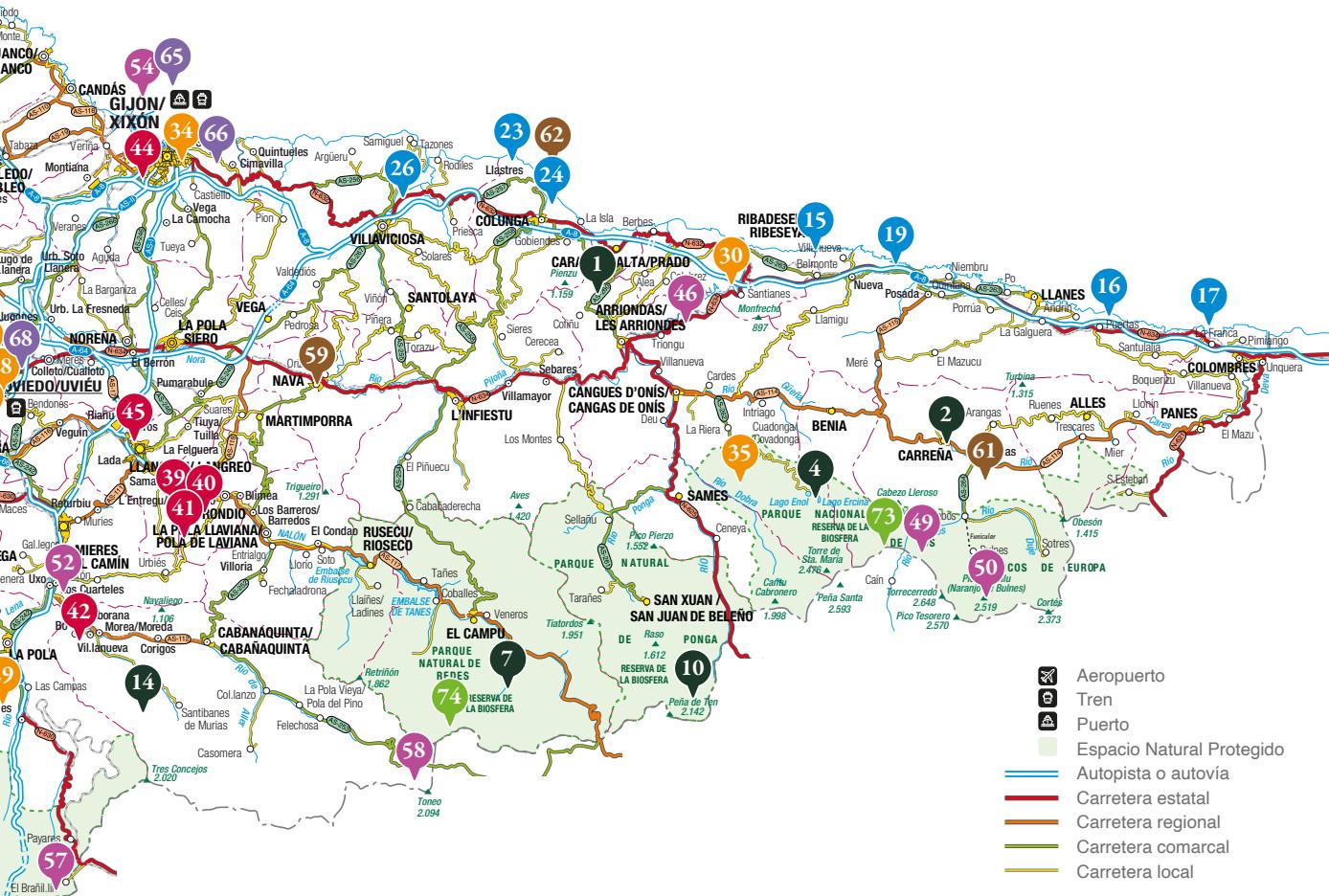
23. Cabo de Lastres (Colunga)
24. La Costa de los Dinosaurios y el Museo Jurásico de Asturias (Colunga)
25. Reserva Natural Parcial de Barayo (Navia y Valdés)
26. Reserva Natural Parcial de la Ría de Villaviciosa
27. Paisaje de la Ría del Eo

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 Entrego-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 (Cabrales)
 50. Pico Urriellu (Cabrales)
 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 Cabrales y queserías (Cabrales)
 - 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, en Gijón
 - 67. Cámara Santa y Catedral, en Oviedo/Uviéu
 - 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
 - 74. Descubrir la Vega de Brañagallones (Caso)

Camina al pasado

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

*Visita exterior

¿Eres Respeturista?

Si eres Respeturista, descubrirás una Asturias más auténtica, más tuya. Este decálogo reúne los valores que definen el Respeturismo.

1 Previsión

Te informas y planificas tu viaje con antelación. Evitas masificaciones y valoras la calidad del destino.

2 Sostenibilidad

Minimizas el impacto medioambiental de tu visita. Evitas cualquier acción que pueda dañar el entorno.

3 Paciencia

Te adaptas a los ritmos de tu destino de forma positiva, disfrutando de cada momento sin prisa.

4 Empatía

Muestras apertura mental y abordas las diferencias culturales con curiosidad y disposición a aprender, sin juzgar las costumbres ajenas.

5 Curiosidad

Te interesas por la cultura, el patrimonio, las tradiciones y la identidad propia de cada lugar que visitas.

6 Compromiso

Apoyas la economía local eligiendo productos y servicios autóctonos, sabiendo que así contribuyes al crecimiento del destino.

7 Sensatez

Eres consciente del impacto en la vida de los residentes y actúas con sensatez. Asumes una actitud respetuosa con las culturas que visitas.

8 Cercanía

Valoras el trato cálido e integrador como base de la experiencia de viaje.

9 Responsabilidad

Tienes sentido común y no asumes riesgos innecesarios. Acatas las normas locales y las que regulan el comportamiento de los turistas.

10 Positividad

Conviertes todas las experiencias de tu visita en un aprendizaje positivo porque sabes que viajar enriquece a las personas.

Síguenos:

 @turismoAsturias

 @turismoasturias

 @turismoAsturias

 @asturias

 @turismoasturias



Busca, elige y reserva tu alojamiento en turismoasturias.es

+34 985 185 860

turismoasturias.es



Principáu
d'Asturies



Asturias
paraíso natural

