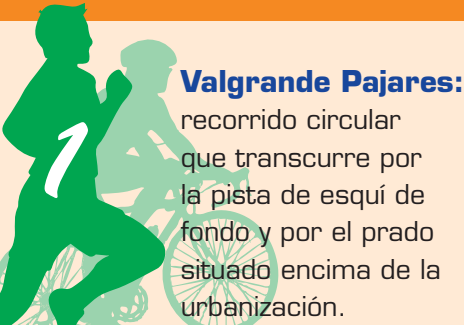




Valgrande Pajares: recorrido circular que transcurre por la pista de esquí de fondo y por el prado situado encima de la urbanización.

Distancia: 1,7 km.
Tiempo: 30'.
Desnivel positivo: 46 m.
Dificultad: baja.

Compatible para BTT.

RUTA 1



Circuito de la Cerra: circuito situado entre el Pto. de Pajares y la localidad del Brañillín. Llegaremos a la parte superior del primer telesquí que hubo en esta zona que salía del mismo puerto.

Distancia: 1,9 km.
Tiempo: 35'.
Desnivel positivo: 84 m.
Dificultad: media.

Compatible para BTT.

RUTA 2



Circuito de altitud Cuitu Negro: saliendo desde la misma cima iremos por toda la cuerda hasta el km 1,7 para desviarnos al sur, hacia el valle de Vildeo. Después de cruzarlo subiremos a su parte superior y alcanzaremos el pico de Carbajosa para después descender al collado Carvajal y rehacer al camino hasta el Cuitu Negro. La altura media por la que nos moveremos es de 1825 m.

Distancia: 5,7 km.
Tiempo: 1h 30'.
Desnivel positivo: 230 m.
Dificultad: media.

RUTA 5



Opción B: cordal Pico de Carbajosa hasta el Pico de Celleros pasando por el Cuitu Negro, con una longitud de 4 km, siempre por encima de los 1700 m, ascendiendo a 3 cimas de 1800 m y con 260 m de desnivel positivo acumulado.

ESPACIO DE ENTRENAMIENTO DE ALTITUD PTO. DE LA CUBILLA (ALTO DEL PALO)

Se accede por carretera asfaltada desde Campomanes hasta este puerto de montaña situado a 1689 m. y límite con la provincia de León. Existe una ruta que se inicia en el Cuitu Negro y llega al puerto de la Cubilla pasando al pie del pico del Negrón aunque es recomendable ir con un experto. Distancia: 17 km.

- Circuito de la Bachota: desde el puerto nos dirigiremos hacia el este siguiendo la pista forestal. Al cabo de poco más de 1 km entraremos de nuevo en Asturias. Recorrido circular que recorre este impresionante prado asturiano de 2 km de longitud situado a 1650 m, ascendiendo a los collados de Muñón del Agua (1689 m) y de la Pica (1792 m). Existe la posibilidad de alargar el recorrido si ascendemos a las fáciles cimas existentes. Distancia: 14 km. Tiempo: 3 h Desnivel positivo: 702 m. Dificultad: media.

RUTA 10

- Recorrido Candioches: saliendo del mismo Puerto de Cubilla descendemos por carretera asfaltada hasta Casa Mieres para después ascender hasta la Vega de Candioches, a los pies del macizo de Peña Ubiña. Distancia: 12,5 km. Tiempo: 2h 30' Desnivel positivo: 490. Dificultad: media.

RUTA 11



Paso del Oso: circuito que se inicia en el pueblo de Pajares y que se adentra en uno de los bosques más bellos de Asturias, unos centenares de metros por debajo de la estación de esquí. El retorno se realiza una vez se ha llegado a la autopista hacia la localidad de San Miguel del Río, volviendo a Pajares previo paso por su antigua estación de ferrocarril.

Distancia: 26 km.
Tiempo: 6 h
Desnivel positivo: 775 m.
Dificultad: alta.

RUTA 6

Compatible para BTT.



Perimetral: con este circuito podremos conocer el perímetro de la estación de esquí, alcanzando la cima del Cuitu Negro para dirigimos más tarde hacia el pico Celleros. El descenso se realiza por el Valle Madera, ya en la provincia de León.

Distancia: 13 km.
Tiempo: 4 h
Desnivel positivo: 1117 m.
Dificultad: alta.

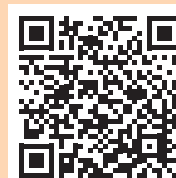
RUTA 3



Circuito Trail: sigue el mismo recorrido que la carrera de montaña que se desarrolla en verano. Espectacular circuito que nos llevará hasta la base de los Picos de las Tres Marías para después volver a la estación.

Distancia: 20 km.
Distancia: 5h 30'
Desnivel positivo: 1568 m.
Dificultad: alta.

RUTA 4



Vía Carisa: antigua vía romana que enlazaba Castilla con Asturias. Su salida se sitúa en la localidad leonesa de Camplongo, a la cual podremos acceder en tren, pasando más tarde por Pendilla, donde se inicia la pista forestal y finalizando en Campomanes. Una auténtica aventura.

Compatible para BTT.

RUTA 8

Distancia: 31 km.
Tiempo: 8 h
Desnivel positivo: 880 m.
Dificultad: alta.



RUTAS CRONOMETRADAS

Pasos a seguir...

- Descárgate la aplicación en www.valgrande-pajares.com
- Crea tu perfil personal.
- Dirígete al cartel de inicio de la ruta.
- Accede a la función "Inicio ruta cronometrada".
- Sigue las instrucciones.



Circuito cronometrado Estación - Cuitu Negro



Cota salida: 1479 m
Cota llegada: 1840 m
Distancia: 2,80 km.
Desnivel positivo: 361 m
Porcentaje medio: 12,89%.

RUTA 9



Ruta cronometrada ciclismo Cuitu Negro

Una de las ascensiones más duras de Europa. 19,1 km. 1355 m de desnivel positivo. Últimos 3 kilómetros al 13% de media.

- Salida Puente de los Fierros (parking situado a la salida del pueblo).
- Control de tiempo intermedio: núcleo estación, en el edificio de la Cafetería (Km 16,3).



RUTA 12



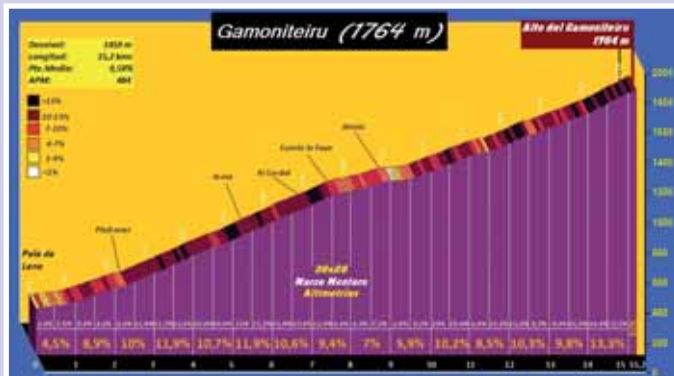
La estación de esquí y montaña asturiana de Valgrande Pajares y sus alrededores ofrece uno de los mejores lugares de la Península Ibérica para disfrutar del senderismo y el ciclismo.

Caminos que datan de la época romana, senderos que hasta hace pocos decenios eran utilizados por los habitantes para desplazarse de un pueblo a otro, vías desde las que contemplar espectaculares paisajes o la mayor concentración de puertos de montaña de la Península para los aficionados al ciclismo. Pajares no deja indiferente a nadie.

Fotografía cedida por Luis Lastra.

CENTRO TRAIL RUNNING Y CICLISMO

donde el deporte se une con la naturaleza



Información: www.39x28baltimetrias.com

CÓDIGO DEL CICLISTA

- No te olvides del casco, gafas, guantes y una pieza de abrigo.
- Círculo de manera prudente, siempre por la derecha de tu carril.
- Regula tu velocidad en los descensos.
- No sobreestimes tu capacidad física.
- Prudencia en los cruces.
- El viandante siempre tiene prioridad.
- Controla el estado de tu bicicleta antes de salir.
- Prevé avituallamiento y herramientas básicas.
- Si vas solo comunica la zona por donde circularás.
- Respetar las zonas privadas.
- No tires nada al suelo.

CÓDIGO DEL CORREDOR

- No te olvides de las gafas, gorra y una pieza de abrigo o chubasquero.
- Utiliza calzado adecuado para la montaña.
- No sobreestimes tu capacidad física.
- Sé prudente en los descensos.
- Comunica la zona por donde circularás.
- Prevé comida y bebida suficiente para el trayecto que vayas a realizar.
- Respetar las zonas privadas.
- Respetar a los animales.
- No tires nada al suelo.

Importante: no salgas en días con niebla a los circuitos de altura.

TELÉFONOS DE INTERÉS

Central de reservas:
985 957 097

Estación de esquí y montaña de Valgrande Pajares:
985 957 097

ENTRENA CON NUESTRA APP

- Descárgate nuestra app.
- Disfruta de todas las rutas para entrenar con nuestros tracks.
- Participa en las carreras virtuales y consulta el ranking en www.valgrande-pajares.com