



# LA FUEYA

del Vetusta

10-2025  
16 de marzo

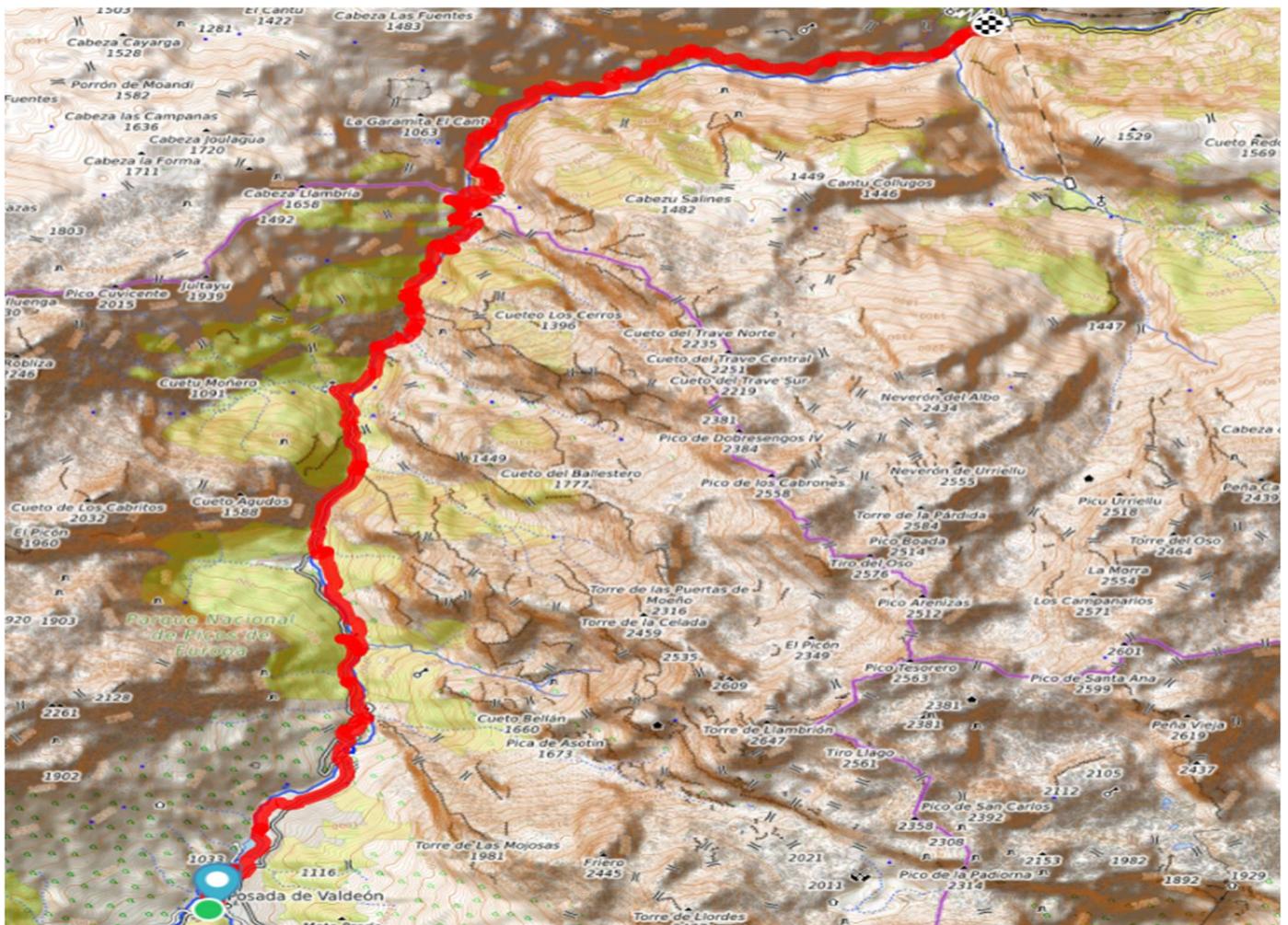
DECANO DEL MONTAÑISMO ASTURIANO

## RUTA DEL CARES

### MEDIO MENOS FAVORABLE Y ENTORNO GENÉRICO

#### Caminos y sendas

TIPO DE ACTIVIDAD	CONDICIÓN PREVISTA	DISTANCIA HORIZONTAL	TIEMPO ESTIMADO	M	I	D	E
TRAVESIA	3 estaciones	21 km	6:30 horas	3	1	2	4
COTA INICIAL	COTA MÁXIMA	COTA FINAL	DESNIVEL POSITIVO	DESNIVEL NEGATIVO			
988	988	208	173	899			



[www.gmvetusta.com](http://www.gmvetusta.com)

# RUTA DEL CARES

La ruta completa, 21 km, discurre a lo largo del río Cares, entre Posada de Valdeón y Poncebos a través del **sendero PR-PNPE 3**, y une el municipio leonés de Valdeón con el concejo de Cabrales en Asturias. Consta de dos tramos:

1/Posada de Valdeón - Caín, de 9 km En Posada de Valdeón empieza la ruta A.

2/Caín - Poncebos, de 12 km En Caín empieza la ruta B.

**RUTA A: Posada de Valdeón a Poncebos: 21 km**

**RUTA B: Caín a Poncebos: 12 km**

El río Cares es una corriente de agua que nace en la sierra de Cebolleda, en las inmediaciones del Pico Gildar, y que en un desafío a la lógica más elemental se empeña en desembocar en el mar Cantábrico, aunque para ello tenga que excavar una **"Garganta Divina"** a través de los Picos de Europa, separando los macizos Occidental y Central de dichos picos. El camino que seguiremos transcurre por esa cicatriz abierta por la acción erosiva de las aguas sobre la roca caliza.

**POSADA DE VALDEÓN-CAÍN:** Iniciamos la ruta A en un lateral del Ayuntamiento de **Posada de Valdeón**, población ubicada en un hermosísimo valle a la sombra de la Torre Bermeja y a la vera del río Cares. Pasamos por varios hórreos en busca de un pequeño puente que cruza el río, donde comienza la senda de 9 km hasta Caín. Es una senda fácil, que cruza varias veces la carretera y en el tramo final discurre por ella. Las vistas de Cordiñanes de Valdeón, con los Picos de Europa al fondo, son impresionantes. Pasamos por el **Mirador del Tombo**, a 830 metros de altitud, construido en memoria del montañés y amante de los Picos de Europa Julián Delgado Úbeda, presidente de la Federación de Montañismo durante muchos años. Desde aquí podemos ver el Monte Corona, lugar donde según la tradición, nombraron jefe de los cristianos a Don Pelayo, dando comienzo la Reconquista. Continuando la senda, siempre en descenso por un bosque de robles, fresnos, olmos, etc. Hay una desviación a la derecha que, cruzando el río, lleva hasta la Ermita de la Corona pero nosotros continuamos por la estrecha carretera hasta el **Chorco de los Lobos**, una antigua trampa para cazar lobos, formada por dos grandes empalizadas en forma de cuña cuyo vértice conduce a una fosa redonda en la que quedaba atrapado el depredador. A partir de aquí y hasta **Caín** hay que caminar por la estrecha carretera y cruzar al otro margen del río.

**CAÍN-PONCEBOS:** En Caín los compañeros de la ruta B inician su camino y a partir de ahí las dos rutas siguen el mismo. Este tramo de 12 kilómetros es el más popular que existe entre los macizos Central y Occidental de los Picos de Europa. Consiste en un estrecho desfiladero por el que discurre el río Cares. Hoy en día es un cómodo trazado, realizado para la construcción del **Canal del Cares**, una increíble obra de ingeniería para conducir el agua desde Caín a la Central Hidroeléctrica de Poncebos en Asturias. El canal se construyó entre 1915 y 1921 y se interna en 71 túneles barrenados a mano que se llevaron la vida de 11 trabajadores de los 500 que participaron en la obra. El primitivo camino de servicio, construido conjuntamente con el canal, fue ampliado en su anchura entre septiembre de 1945 y junio de 1950, y es por este camino, con sus puentes y sus túneles, por el que vamos a atravesar el **desfiladero del Cares**, con paredes muy verticales e importantes desniveles. El Cares divide esta parte del corazón de los Picos en dos macizos: en la parte occidental, el macizo Occidental o del Cornión y en la oriental, el macizo Central o de los Urrieles. Al inicio se cruza un par de veces el río, una de ellas por encima de la presa, para continuar por túneles y ventanas excavadas en la roca abiertas al Cares. Vamos ascendiendo en el camino con paredes de caliza gris a nuestra izquierda y aumentando el desnivel con el río hasta llegar al **punto de los Rebecos**, de considerable altura. Más adelante volvemos a cruzar el río por el **Punto de Bolín**, donde encontramos una fuente y de donde parte, al poco de cruzar el puente y a nuestra izquierda, la canal de Trea. Prácticamente vamos llaneando. A lo largo de la ruta se va viendo como el canal aparece y desaparece por los túneles. Seguimos caminando con la preciosa vista al frente del ascenso a **Los Collados**, ya cerca de Poncebos. Ese tramo de subida hacia **los Collados** pondrá a prueba las fuerzas con las que lleguemos a este punto.

**IMPORTANTE:** EN ESA ZONA DE ASCENSO A LOS COLLADOS QUEDA EXPRESAMENTE PROHIBIDO SALIRSE DEL PR-PNPE 3 para evitar esa subida. Una vez coronados los Collados nos restará negociar la bajada, de unos 360 metros aproximadamente, hasta **Poncebos**, donde nos esperan los buses.

**ATENCIÓN:** El camino, aunque fácil, no está exento de peligros. La senda no tiene protección y una potencial caída sería fatal con total seguridad. Hay que extremar las precauciones y evitar las distracciones, **guardar una debida separación entre los montañeros, tratar de ir en fila india en las zonas más estrechas** y no más de dos juntos en el resto del desfiladero, **extremando el cuidado con el manejo de los bastones** para evitar traspies inoportunos. Otro factor de riesgo lo constituyen las **piedras que pueden caer a la senda**, de manera espontánea o desprendidas por algún animal o montañero que esté en las alturas. Es por ello **altamente recomendable el uso de casco**. Por último, otro factor de riesgo nada despreciable reside en la posible **presencia de perros sueltos o con correas extensibles demasiado largas, que, aunque prohibidas ambas cosas, no siempre se respetan** y pueden ocasionar accidentes y caídas al vacío en días de mucha afluencia de gente, sobre todo si entre ellos hay personas con miedo a los perros.

**EN UNA ACTIVIDAD COLECTIVA EL RECORRIDO SE CIÑE A LO ESTABLECIDO POR EL EQUIPO DE RUTA Y NO A OTRAS OPCIONES NO PREVISTAS**



## EQUIPO DE RUTA:

**Ana Margarita, Almudena y Ana Artabe**

## PRÓXIMAS ACTIVIDADES

- 23 de marzo Peña Ornis - (2140)
- 30 de marzo Jorcau el Cuernu - (975)
- 06 de abril Pico del Cuco - (763)



Compartiendo reducimos  
la huella de carbono

Viaducto Marquina, 4  
33004 - Oviedo



985 23 28 23 - 629 100 488  
www.gmvetusta.com