



PICOS DE URBIÓN Y MONTAÑA PALENTINA.



DATA ACTIVITAT	14 al 23 de juliol.
LLOC I HORA CS	8:00 h, Auditori (Autobús, 24 places).
CLASSIFICACIÓ	★ ★ / ★ ★ ★ (Moderat / Exigent).
EQUIPAMENT	Motxilla, botes, menjar, aigua i bossa de viatge.
RECORREGUT	Lineal i circular.
TERRENY	Senders i camins forestals.
EXPERIÈNCIA	Pràctica excursionista habitual.
ENCARREGATS	ELENA RODRÍGUEZ I EUGENIO GÓMEZ.

Dedicarem quatre dies per a recórrer el parc natural Laguna Negra y Circos Glaciars de Urbión, situat als Picos de Urbión, en la comarca soriàna de Pinars. La major part de la superfície del parc està per damunt dels 1770 m d'altura, i el seu paisatge és glacial, amb abundants estanys d'origen glacial, els boscos més extensos de la península Ibèrica, i praderies de muntanya.

Dedicarem altres tres dies per a conèixer el parc natural Montaña Palentina, una comarca situada al nord de la província de Palència. Trobarem a la part del riu Carrión forts pendents i escassa cobertura vegetal, i a la part del riu Pisuerga grans boscos i relleus més suaus.

14 dilluns

CASTELLÓ - VINUESA.

Eixida de l'Auditori amb autobús a les 8:00 hores. Farem les parades per esmorzar, dinar i les imprescindibles per descans del xòfer.

Arribarem a la nostra destinació, Vinuesa, i ens allotjarem a l'[Hotel Rural Villa de Vinuesa](#) en règim de mitja pensió.





15 dimarts

★★★ (Exigent)



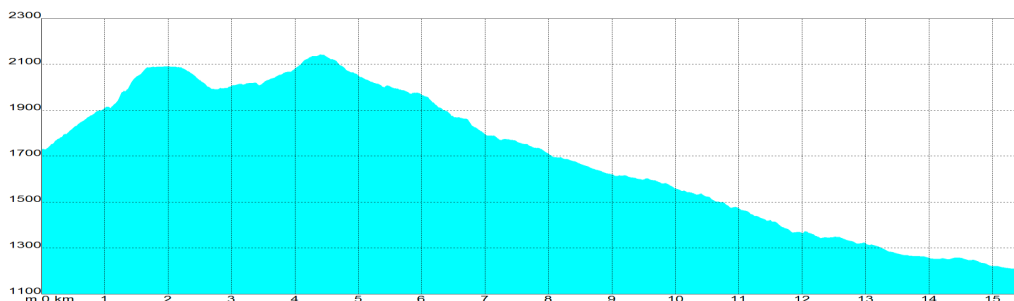
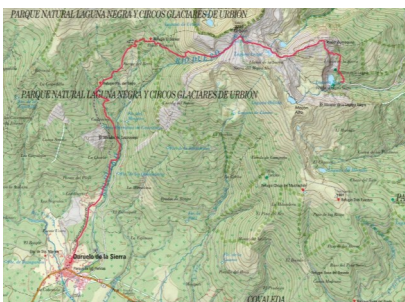
DISTÀNCIA	15,3 km
ASCENS ACUMULAT	510 m
DESCENS ACUMULAT	1040 m
TEMPS EFECTIU	5:00 h

LAGUNA NEGRA - DURUELO DE LA SIERRA.

Ruta lineal que, partint de l'aparcament que dona accés a la Laguna Negra de Sòria, ens deixarà en Duruelo de la Sierra. Si permeten pujar a l'autobús fins al pàrquing que està en els voltants de la llacuna començarem ací, si no, haurem de caminar 2 km addicionals entre el darrer pàrquing habilitat i la mateixa Laguna.

Després de vore la llacuna, tornarem al pàrquing des d'on pujarem primer al Zurraquín (2105 msnm) i, passant per la Laguna Larga, a l'Urbión (2228 msnm). Des d'ací baixarem al naixement del Duero i, en un llarg descens fins a Castroviejo, mirador únic de la vall del Duero. Des d'ací, una divertida senda entre roques, amb alguna grapa, ens baixarà fins a Duruelo de la Sierra on ens esperarà el bus.

Allotjament a mitja pensió a l'Hotel Rural Villa de Vinuesa.



16 dimecres

★★★ (Exigent)



DISTÀNCIA	17,5 km
ASCENS ACUMULAT	650 m
DESCENS ACUMULAT	650 m
TEMPS EFECTIU	5:30 h

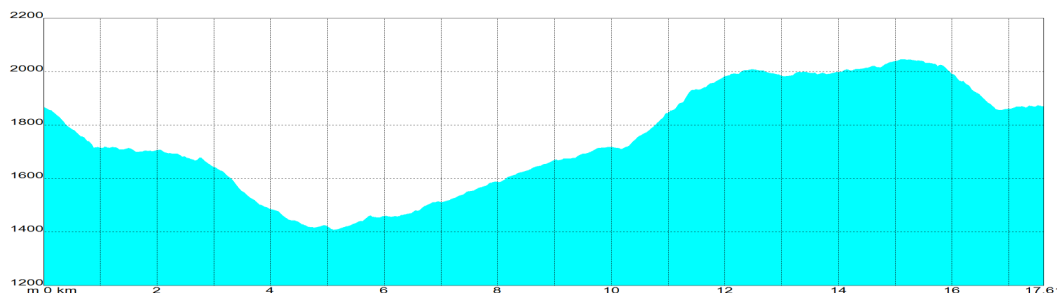
LAGUNAS DE NEILA.

Ruta circular al voltant de les llacunes i circ glacial de Neila. Partint des de l'aparcament prendrem la ruta que envolta les 7 llacunes.

Eixirem en direcció nord passant per la llacuna de la Cascada, de la Legua, de la Tejera, Negra de Neila, Larga, Brava i de los Patos fins a arribar al nostre punt d'eixida.

El recorregut, per la part superior del circ glacial, aconseguirà el seu punt més alt en l'Alto de Campiña a 2049 msnm.

Allotjament a mitja pensió a l'Hotel Rural Villa de Vinuesa.





17 dijous

★★ (Moderat)



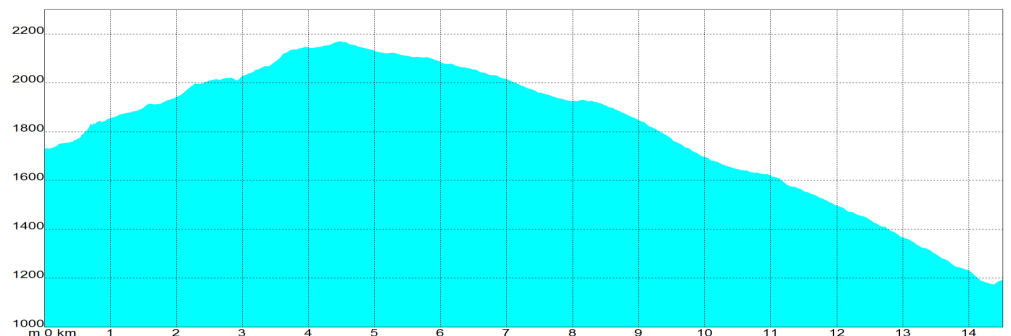
DISTÀNCIA	14.4 km
ASCENS ACUMULAT	460 m
DESCENS ACUMULAT	1000 m
TEMPS EFECTIU	4:30 h

LAGUNA NEGRA - COVALEDA.

Ruta lineal que, partint de l'aparcament que dona accés a la Laguna Negra de Sòria, ens deixarà en Covaleda. Si permeten pujar a l'autobús fins al pàrquing que està en els voltants de la Laguna començarem ací, si no, haurem de caminar 2 km addicionals entre l'últim pàrquing habilitat i la mateixa Laguna.

Envoltarem la Laguna Negra per a pujar, directament, cap a la Laguna Larga, envoltarem el circ fins a prendre el camí de la Laguna Helada, el Mojón Alto (2099 msnm) i des d'ací, en prolongat descens, fins a Covaleda.

Allotjament a mitja pensió a l'Hotel Rural Villa de Vinuesa.



18 divendres

★★★ (Exigent)



DISTÀNCIA	20.8 km
ASCENS ACUMULAT	490 m
DESCENS ACUMULAT	490 m
TEMPS EFECTIU	6:00 h

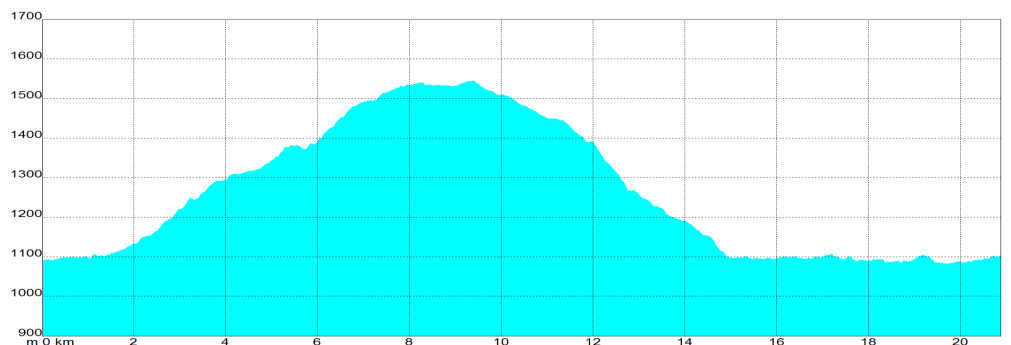
VINUESA - SALDUERO - MOLINOS - VINUESA.

Per a adaptar-nos a les necessitats de descans i horaris del conductor, hui realitzarem una ruta circular amb eixida i arribada en Vinuesa. Així, hui, evitarem moure el bus.

Eixint del nostre hotel caminarem fins a l'Ermida de San Antón, des d'ací pujarem al Pichachón (1545 msnm) i baixarem fins a aconseguir el riu Duero en Salduero. Continuarem riu avall fins a Molinos de Duero i, travessant el Pont Romà, arribarem de nou a l'hotel en Vinuesa.

Existeix una variant més curta que estalvia 5 km i, fins i tot, la possibilitat de prendre un bus de línia regular des de Salduero o des de Molinos a Vinuesa. En aquests casos la ruta és sensiblement més curta.

Allotjament a mitja pensió a l'Hotel Rural Villa de Vinuesa.





19 dissabte



VINUESA - CERVERA DE PISUERGA.

Desplaçament amb autobús des de Vinuesa fins a Cervera de Pisuerga.

Ens allotjarem a mitja pensió a [l'Hotel Rural y Restaurante Peñalabra](#).

20 diumenge

★ ★ (Moderat)

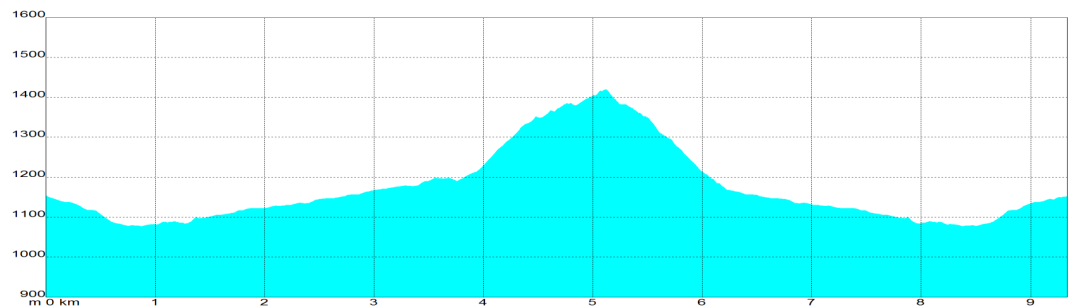
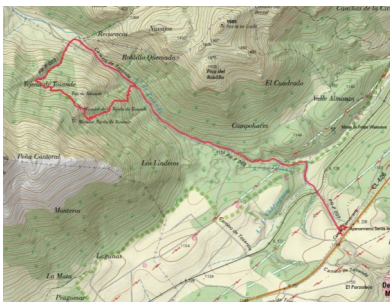


DISTÀNCIA	11.7 km
ASCENS ACUMULAT	360 m
DESCENS ACUMULAT	360 m
TEMPS EFECTIU	3:00 h

TEIXEDA DE TOSANDE.

Ruta d'entrada i eixida amb un bucle central que ens permetrà visitar la teixeda de Tosande, el bosc de teixos més extens de la península Ibèrica.

La ruta és curta, senzilla i ens permetrà fer-la en unes 4 hores. Per això està pensada una segona ruta per a la vesprada d'aquest dia, la Senda del Oso.





★★ (Moderat)



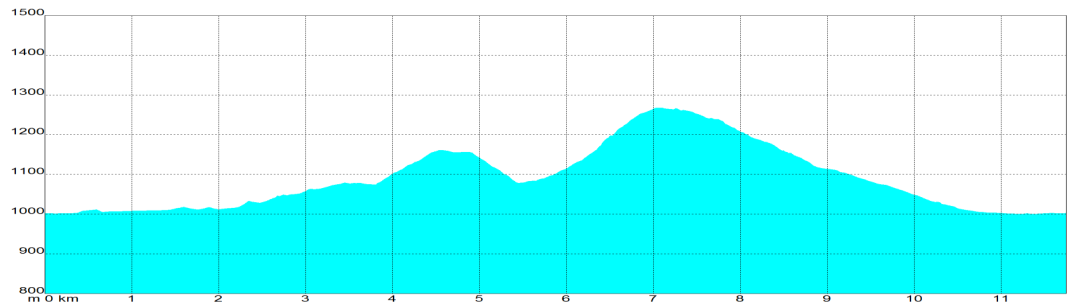
DISTÀNCIA	11,8 km
ASCENS ACUMULAT	350 m
DESCENS ACUMULAT	350 m
TEMPS EFECTIU	3:00 h

SENDA DEL OSO.

Ruta circular amb principi i fi al nostre hotel de Cervera de Pisuerga. És una ruta clàssica i senzilla d'aquesta zona.

El recorregut és d'uns 11 km amb tot just 350 m de desnivell positiu. Ens portarà fins a l'embassament de la Requejada (riu Pisuerga) i després de passar pel pic de l'Oso ens deixarà de nou a Cervera.

Allotjament i desdijuni a l'Hotel Rural y Restaurante Peñalabra. El sopar no està inclòs.



21 dilluns

★★★ / ★★★★★ (Exigent/Fatigós)



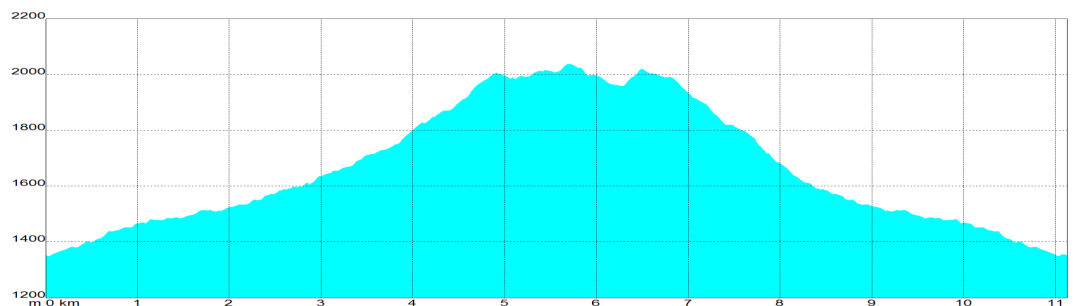
DISTÀNCIA	13,7 km
ASCENS ACUMULAT	1050 m
DESCENS ACUMULAT	1050 m
TEMPS EFECTIU	6:30 h

CASCADA DE MAZOBRE.

Ruta d'entrada i eixida amb un bucle central que ens permetrà visitar la cascada de Mazobre, aconseguir la carena per l'Alto de la Hoya de Martín Vaquero (2112 msnm) i després d'uns km per la carena arribar al coll d'Arra (1991 msnm) des d'on enllaçarem, de nou, amb el camí pel qual hem pugat a la cascada de Mazobre.

Existeix la possibilitat d'arribar només fins a la cascada i esperar a la resta del grup per a baixar.

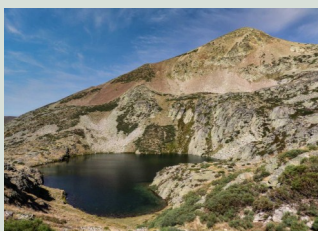
Allotjament i desdijuni a l'Hotel Rural y Restaurante Peñalabra. El sopar no està inclòs.





22 dimarts

★★★★ / ★★★★★ (Exigent/Fatigós)



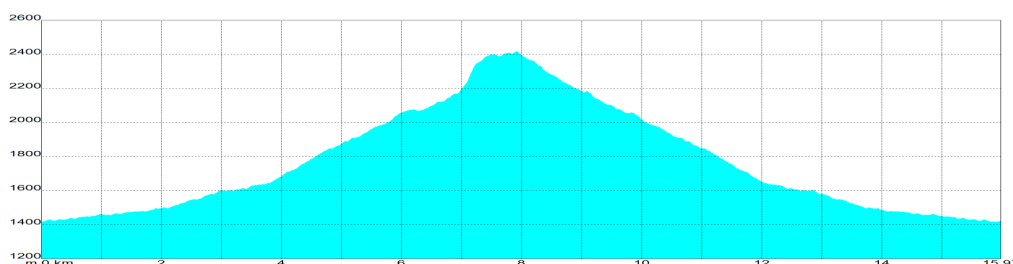
DISTÀNCIA	15.7 km
ASCENS ACUMULAT	1010 m
DESCENS ACUMULAT	1010 m
TEMPS EFECTIU	6:15 h

LAGUNA DE LAS LOMAS I ALTO DE FUENTES CARRIONAS.

Ruta d'entrada i eixida amb un bucle central que ens permetrà visitar la llacuna de las Lomas (2018 msnm) on el que s'atrevisca es podrà banyar si el temps i les ganes li ho permeten.

Després, el que tinga ganes pot aconseguir l'Alto de Fuentes Carrionas (2421 msnm). La resta esperarà prenent el bany al grup que haja pujat per a baixar tots junts al punt de partida.

Allotjament a mitja pensió a l'Hotel Rural y Restaurante Peñalabra.



23 dimecres

CERVERA DE PISUERGA - CASTELLÓ.

Després del desdejuní, viatge amb autobús fins a Castelló.

PREUS I INSCRIPCIÓ

SOCIS DEL CEC: Federats: 870 €.

No federats: 891 €.

Inclou el transport en autobús, 7 dies allotjament a mitja pensió en habitacions dobles, 2 dies allotjament i desdejuní en habitacions dobles, les despeses d'organització i l'assegurança sanitària en cas d'acident esportiu per als que no estiguen federats.

LA INSCRIPCIÓ ES TANCARÀ el divendres 30 de maig.

La inscripció es pot formalitzar per qualsevol dels modes següents:

TELÈFON: 964 234 490 en horari d'atenció al públic els dilluns, dimecres i divendres de 19:00 a 21:00 hores.

E-MAIL: info@cecs.es indicant les dades personals, de contacte, i si és la primera vegada, adjuntant fotocòpia de la llicència federativa.

EN LA SEU DEL CEC: Dins l'horari d'atenció al públic esmentat.

WHATSAPP: 643 810 311 Comunitat del Centre Excursionista de Castelló.

PAGAMENT

Una vegada confirmada la disponibilitat de la plaça, el pagament pot efectuar-se de dos maneres:

INGRÉS O TRANSFERÈNCIA: En el següent compte bancari a nom del CEC, indicant en el concepte el vostre nom i cognom així com l'activitat (Nom cognom—Activitat), perquè es pugui identificar clarament:

Ruralnostra: IBAN ES97 3138 2002 9320 3190 5322



ABONANT-HO en la seu del CEC, en efectiu.

A la inscripció es pagaran 170 €, i la resta abans del 30 de maig.



GENERALITAT
VALENCIANA
Vicepresidència Primera i
Conselleria de Cultura i Esport

**SEMPRE
TEUA**

La teua llengua



C/Jesús Martí Martín, 24 Bis
12006 Castelló de la Plana

T.964234490
info@cecs.es / www.cecs.es

Horari Seu:
dilluns, dimecres i divendres / 19:00-21:00 h