Rutómetro VII MARCHA CICLOTURISTA CABRALES ´Subida a Sotres’

ITINERARIO	CTRA	KM	----- *Horario* ----- MARCHA NEUTRALIZADA
SALIDA - **CARREÑA DE CABRALES-**	***AS 114***	0	9:00
Se establece el kilómetro ‘0’ en el Parking municipal gratuito de Carreña de Cabrales			
Se cogerá la AS 114 sentido descendente, dirección PANES (Peñamelleras)			
MILDÓN (Peñamellera Alta)	***AS 114***	10	9:22
TRESCARES	***AS 114***	14	9:40
MIER	***AS 114***	17	9:46
NISERIAS	***AS 114***	18	9:48
OJO *giro a la **izquierda** dentro del pueblo Dirección ALLES- Carretera AS 345*			
BESNES	***AS 345***	19	09:51
INFO… En el kilómetro 17 tenemos 800 metros con rampas del 17%			
ALLES (Capital Peñamellera Alta)	***AS 345***	22	10:00
OJO *giro a la **derecha** dentro del pueblo, 300 metros después del cartel de ALLES, Dirección ARENAS*			
Seguimos en Carretera AS 345			
INFO… Fuente en el giro a la derecha			
INFO… En el kilómetro 18,300 visión del Picu Urriellu a nuestro costado izquierdo			
TRESPALACIOS	***AS 345***	23	10:03
PASTORIAS	***AS 345***	25	10:09
LA COLLÁ	***AS 345***	26	10:12
RUENES	***AS 345***	28	10:18
ROZACANAL	***AS 345***	29	10:21
ROZAGÁS	***AS 345***	30	10:24
INFO… En el kilómetro 31,800 visión del Pico Peñamellera a nuestra espalda			
INFO… Kilómetro 33 reingresamos en el CONCEJO DE CABRALES			
INFO… Iniciamos descenso			
ARANGAS	***AS 345***	34	10:30
INFO… Kilómetro 38 vista frontal de los Cuetos del Trabe			
ARENAS DE CABRALES	***AS 345***	39	10:38
OJO A los 500 metros de sobrepasar el cartel del pueblo, cruce con las general AS 114			
*giro a la **derecha**, Dirección CANGAS DE ONÍS Retomamos la Carretera AS 114, sentido ascendente*			
POO DE CABRALES	***AS 114***	40	10:39
Mirador del PICU URRIELLU- Parking	***AS 114***	41	10:40

AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO Y SÓLIDO + REAGRUPAMIENTO

INFO importante… Quien no haya llegado a este punto a las 11.35, deberá esperar para reanudar la marcha a la llegada de las primeras unidades al segundo avituallamiento, en este mismo punto, y se incorporará en el sentido de la marcha en ese momento, tras el reagrupamiento

Reinicio de la Marcha **11:05**

CARREÑA ***AS 114*** 42 11:08

Inicio Subida a LAS ESTAZADAS ***AS 114*** 43 11:13

Puente GOLONDRÓN ***AS 114*** 44 11:16
OJO sobrepasado el Puente… Cogemos ***CA 3***
*giro a la **derecha**,* Dirección PUERTAS
INFO 1 kilómetro al 9%, zona sombría entre arboleda, precaución humedad y hojas en la calzada

---

PUERTAS ***CA 3*** 45 11:20
OJO *giro a la **izquierda**, dentro del pueblo, 500 metros después del cartel de PUERTAS, en la Plaza, Dirección Iglesia de Santa Eulalia de Puertas - Seguimos en Carretera CA 3*
INFO… Terreno de fuertes repechos. 1.7 kilómetros al 14% de media con rampas del 25%
INFO… En el tramo comprendido entre este giro y la salida al pueblo de Pandiello, la carretera permanecerá cortada a vehículos ajenos a la MARCHA durante 30'

PANDIELLO ***CA 3*** 48 11:32
OJO *Incorporación, cogiendo sentido ascendente (ligero giri a **izquierda**),*
INFO… Comenzamos descenso de 2 kilómetros hasta ORTIGUERO

ORTIGUERO ***CA 3*** 50 11:35
OJO Incorporación a la carretera ***AS 114***
Sentido *descendente, giro a la **izquierda**, dirección ARENAS de CABRALES*

CANALES e Inicio Descenso LAS ESTAZADAS ***AS 114*** 51 11:37

CARREÑA ***AS 114*** 55 11:46

Mirador del PICU URRIELLU- Parking ***AS 114*** 57 11:50

AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO Y SÓLIDO + REAGRUPAMIENTO

INFO… 20 minutos para el reagrupamiento SALIDA 12:10
INFO importante… Quien no haya llegado a este punto a las 12.10, deberá abandonar, ó afrontar la Subida a Sotres fuera de las coberturas de la Marcha.

ARENAS DE CABRALES ***AS 114*** 59 12:20
OJO A los 400 metros de sobrepasar el cartel de ARENAS de CABRALES…
*giro a la **derecha**, Dirección PONCEBOS* ***AS 264***
INFO… Indicador de SOTRES 17 kilómetros… Comienza Subida
INFO… Vista durante la práctica totalidad del tramo a Poncebos, del Río Cares y el Desfiladero (costado derecho)

PONCEBOS ***AS 264*** 66 12:45
OJO A los 500 metros de sobrepasar el cartel de PONCEBOS…
*giro a la **izquierda**, Dirección **SOTRES** Seguimos en **AS 264***
INFO ENTRAMOS EN PARQUE NACIONAL DE LOS PICOS DE EUROPA

			Tiempos *Mínimo*	*Intermedio*	*Máximo*
TIELVE	***AS 264***	71	13:00	13:10	13:20
SOTRES	***AS 264***	76	13:20	13:40	14:05

INFO *ARCO de META en APARCAMIENTO SOTRES*