

# Un día en Lena

**Julio Concepción Suárez**

NOTA previa:  
Resumen del libro publicado  
en KRK Ediciones.  
Oviedo, 1999

[www.xuliocs.com](http://www.xuliocs.com)  
[xuliocs@gmail.com](mailto:xuliocs@gmail.com)

## ALGUNOS CUIDADOS PREVIOS.

### A pie el camino, a ser posible, y para empezar

- ☞ Una vez ya en los pueblos, para disfrutar realmente del paisaje y del paraje, habría que hacer el paseo a pie: en torno al poblado, hasta un picacho, hasta una braña...
- ☞ No obstante, como no todo el mundo tiene los mismos ánimos, ni todos los tiempos disponibles para ello, son cada año más los que se acercan hasta un punto en un vehículo; o cambian de valle con la travesía completa en *todoterreno*: cada uno ha de calcular sus tiempos y sus fuerzas. En todo caso, respetaremos cada paraje.
- ☞ Incluso, son ya bastantes los que se reúnen en un grupo (6-8 personas) y alquilan un conductor, con su *todoterreno*, que conduzca por ellos, los dirija y les explique cada paisaje, sin otras preocupaciones ya que llenarse de ellos de *cordales* y de aires (se contamina menos con un solo vehículo, por supuesto).
- ☞ Sabido es también que a muchas personas, de ninguna manera los achaques y los años les permitirían hacer las rutas a pie: y también, incluso más que nadie, tienen derecho ellas a las pistas y a los paisajes de los altos, en ocasiones conocidas palmo a palmo siendo *guajes*.
- ☞ Pero, para disfrutar del aire y del paraje, mejor siempre el camino a pie: por supuesto.

### Bicicletas mountainbike

- ☞ En un segundo caso, las rutas propuestas son adecuadas para cualquier bicicleta de montaña: en muchas ocasiones nos tienen adelantado de camino, o encontramos muchos ciclorutistas en *mountainbike* refrescando sosegados en cualquier fontana.
- ☞ También son ya muchos y muchas los que buscan la solución intermedia: hasta un pueblo o paraje determinado, en coche; desde allí hasta los altos, en bicicleta.

### Coches

- ☞ Sabido es que los *coches* se hicieron para las carreteras asfaltadas (antes pensadas para las *carretas*, claro): los coches son para llegar, por tanto, hasta donde llega el asfalto, la pista hormigonada y, en el peor de los casos, la pista seca, con firme estable y uniforme.
- ☞ Forzar las circunstancias y los coches, aparte de contaminar el entorno más verde y boscoso con interminables polvaredas, o aceites derramados, puede suponer serios reveses en una pista muy pendiente, en precipicio, resbaladiza o embarrada.

- ☞ De no haber *todoterreno* adecuado, lo más prudente es aparcar debidamente el coche en lugar oportuno, y continuar a pie desde el paraje estratégico más próximo: nos lo agradecerán hasta los árboles, los pájaros, las flores, las aguas, los ganados.

### Land-Rover y todoterrenos: la llegada del 4 x 4.

- ☞ Y llegó el *todopoderoso todoterreno*. Pero tampoco el *todoterreno 4 x 4* es para engullirse el monte bajo las ruedas, ni el bosque, ni las impecables camperas de una braña inmemorial con ganados y cabañas: también tiene sus límites el *Land-Rover*, sus problemas y sus riesgos, por lo que le conviene mantener también él sus prudencias.
- ☞ Numerosas pistas están hechas hoy para *el todoterreno*. Pero no todas son transitables: en ocasiones sólo a duras penas se pasa por tramos abiertos para la extracción de maderas, instalación de columnas, minas cerradas....
- ☞ No es la primera vez (tampoco será la última) que una grúa tiene que sacar a un *todoterreno* de una zona lamiza (*chamarguizá*), o de una pista tan empinada como quebradiza.
- ☞ Muchos destrozos puede ocasionar un supuesto *todopoderoso todoterreno* intentando forzar sus fuerzas por una campa empinada, o cruzando sendas y *chamargas* de braña en braña.

### Motos

- ☞ Un buen *motero* sabe bien cómo **no** contaminar tampoco cada paraje: bosques, brañas, ríos, el silencio habitado de los poblados ...
- ☞ También *se lo agradecerán* al motero discreto los lugareños, los vaqueros, los caminantes, los montañeros, los ancianos paseando o tomando el sol de mediatarde, ya “*de la carrera de la edad cansados...*”
- ☞ *Se lo agradecerán* al buen *motero* los propios bosques, los pájaros, las praderas, los arroyos todavía claros en los altos, los hayedos, los ganados, el silencio milenario de las *brañas*, los *mayaos* que rodean las cabañas.

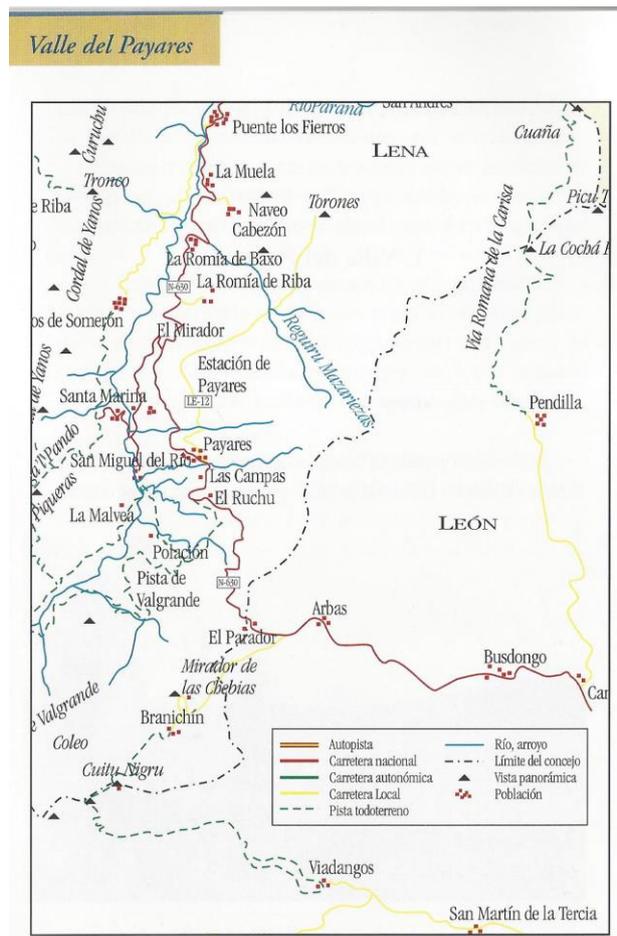
### Pistas de montaña

- ☞ Cada año proliferan las *pistas todoterreno* que, en ocasiones serpentean al azar hasta estrellarse en cualquier barranco o loma: es preciso asegurarse antes en el poblado, de las últimas modificaciones y problemas con las pistas según la temporada.
- ☞ Cuando estas pistas se prolongan seguras de monte en monte, o de pueblo en pueblo, suelen ser amplias y con buen firme, por lo que pueden usarse en su trazado principal: salirse por

.....  
 sus ramales puede resultar peligroso, y a veces hasta hay que tirar del *móvil* por alguna imprudencia arriesgada.

**NOTA sobre las distancias y los tiempos.**

- ☞ Las pistas desde los pueblos fueron todas recorridas por nosotros siempre a pie: en consecuencia, los tiempos marcados son los que unos cuantos empleamos sin prisa alguna, y con parada incluida en cada *picu, mayáu, cantu, cabana, braña*....
- ☞ Nosotros traducimos, por tanto, a *horas de camino* las distancias: por supuesto que para la *bicicleta, la moto o el todoterreno*, cada uno calculará sus tiempos según el estado de cada pista en cada estación del año.
- ☞ Por la mayoría de estas pistas siempre nos adelantan vehículos *todoterreno* que pasan sin problemas: pero es preciso informarse previamente en cada pueblo del estado actual que ofrecen tras el invierno, así como de las ramificaciones añadidas o cortadas con el año. Se podrán evitar muchas agresiones a cada uno de los parajes.



---

### Valle del Payares:

#### ☞ En dirección hacia:

#### 1. *El Mirador y Las Nieves.*

- Por la N-630, pasada *La Romía*, antes de Floracebos llegamos al **Mirador** (km. 18'8 desde La Pola): pequeña terraza rocosa con verja de hierro protectora sobre este vistoso promontorio en pleno valle de Payares (derecha de la carretera subiendo).
- Panorama que se abre desde **El Mirador**: frente a nosotros, al nordeste, *Yanos de Somerón*. Más al norte, *El Curuchu y La Vega'l Puzur*; al nordeste y al fondo, *Güelles, altos de La Carisa, Picu Pedro García...*; a nuestra derecha, *La Capilla las Nieves*.
- **Desnivel desde Fierros**: unos 450 m.

#### 2. *San Miguel del Río, Alto las Piqueras, La Vega'l Pando Pando.*

- Por la misma carretera N-630 en dirección a Payares, a unos doscientos metros del citado *Mirador* (km. 19 desde La Pola) nos desviamos a la derecha por una carretera secundaria que desciende y serpentea entre las matas hacia **Vichar** (2 kms. desde *El Mirador*).
- En pocos minutos llegamos a **San Miguel del Río** (a 3 kms. desde *Mirador*): un poblado en el fondo de la profunda vaguada, siempre animado por el murmullo de las aguas del río Valgrande. Viven allí unas 40 personas.
- Desde San Miguel (a 0'8 km., por la izquierda del río subiendo), cruzamos las aguas del Valgrande por *El Vayu Salas (puente colgante)*, pasamos a la vertiente de *La Malvea*, subimos por Valdarcos, y llegamos al *Quentu l'Aciru*: un altozano saliente del que contemplamos todo el hayedo de *Valgrande*.
- Desde *El Quentu l'Aciru*, continuamos casi en *yano* unos metros más, y sobre *Las Canales*, en *El Quentu la Quemá*, arrimamos a la derecha y arriba por la más que empinada pista *todoterreno* que zigzaguea hacia los altos de **Las Piqueras, La Vega'l Pando, Yan de la Gachina...**, y todo el cordal de Yanos divisorio con el *vache Güerna* (2 horas largas a pie).
- **Nota**: Esta pista es **muy pendiente**, muy poco transitada, y en algunos tramos ocupada con frecuencia por escombros y *argaxos* tras las lluvias o el invierno: por esto, es preciso **informarse** en el pueblo **antes de arriesgarse** hasta la cima.
- Desde la apacible vaguada de **La Vega'l Pando** se contemplan a un tiempo los valles de *Foz*, altos del *Monte Cota*, valle de *Tuíza*,

.....  
*Puerto la Cruz*, altos de *La Portiecha*... Y todo el valle de *Payares* con sólo volver la espalda para mirar al este y al surdeste.

- **Desnivel desde San Miguel del Río:** unos 500 m.

3. ***San Miguel del Río, El Quentu l'Aciru, Valdelpina, L'Ablanea.***

- Por la misma pista de *Valdarcos*, pasado también *El Quentu l'Acibu*, en *El Quentu la Quemá* seguimos en llano sobre *Las Canales*, en lugar de ascender a *Las Piqueras*.
- La pista continúa ascendiendo por toda la vertiente oeste del río *Valgrande*, hasta las mismas vallas de la *autopista* en *Valdelpina*: al frente se va abriendo frente a nosotros cada valle del hayedo.
- Ya en *Valdelpina*, dejamos a la derecha el aparcamiento, descendemos unos metros, y enlazamos en los rellanos de *La Sorda* con la otra pista que procede del *Ruchu* por el fondo del valle.
- Unos 8 kms. desde San Miguel, con varias pistas secundarias a los lados, y algunos tramos pendientes y muy estrechos.
- **Desnivel desde San Miguel de Río:** unos 350 m.

4. ***El Ruchu. Polación. Bosque de Valgrande.***

- También se puede hacer la ruta más en *yano*. Un poco más arriba del *Mirador*, por la misma carretera N-630, en la primera curva más cerrada sobre el pueblo de *Payares*, frente al **Ruchu** (km. 27<sup>7</sup> desde *La Pola*), se desvía una pista *tototerreno*, casi llana, que se interna espaciosa y placentera en el hayedo: es preciso levantar, y cerrar de nuevo, una barrera de la entrada de **Las Morteras**, propiedad de los payariegos.
- Ya por la pista de *Las Morteras* adelante, pronto damos entre las cuadras de **Polación** (poco más de media hora a pie, unos 2<sup>5</sup> kms.): vistosos parajes se extienden, según la época del año, por todo el cauce del río y del extenso hayedo de **Valgrande**.
- Cruzamos varios arroyos, más o menos ruidosos también según las torrenceras y desnieves estacionales: *Reguiru Puircu, L'Ortialón, Los Mestos*... Así pasamos por la pequeña braña de **La Vega'l Mur**, bajo *El Picu'l Castiichu*, hoy sin cabañas ya.
- Finalmente, tras el *punte La Xuncal*, sobre las mismas aguas del *Valgrande*, cambiamos a la otra ribera del río (derecha subiendo) por la pista que asciende ligera hacia la cabecera del hayedo y del robledal: **L'Ablanea** (antigua *braña* de verano; zona de mantenimiento de la *Autopista*, hoy).

- En total, unos 11 kms. desde *El Ruchu*.
- **Desnivel desde El Ruchu:** unos 50 m.

5. ***Payares. Estación de Payares. La Chaguna. Alto Torones.***

- Tras las casas de *Payares*, antes de las primeras curvas (km. 21'7 desde La Pola) se desvía a la izquierda la carretera a **La Estación** (poco más de 1 km.): paraje abierto a media ladera bajo el hayedo de *Mazariezas*, desde donde se contemplan los altos quirosanos a un lado (a la izquierda); y los alleranos, al otro (a la derecha).
- La pista todoterreno y para servicio de Renfe sigue por *El Preu l'Acibu, La Chaguna...*, y llega a los altos de **Torones**: saliente rocoso entre los pueblos de *Parana* y *Naveo* (unos 6 km. de pista hasta el túnel 28, donde es preciso dar la vuelta a Payares).
- Ya de regreso, en *El Preu l'Acibu*, tras *La Chaguna*, desciende a la derecha una desviación a **La Romía**, y enlaza de nuevo con la N-630, bajo Las Nieves (un par de kms. desde *L'Acibu*).
- **Desnivel desde Payares:** unos 100 m.

6. ***Alto Payares. El Parador.***

- Por la misma carretera N-630, en la línea divisoria de las comunidades asturiana y leonesa, sobre la plataforma abierta que ofrece la explanada del hotel se abre una atalaya más vistosa sobre todo *Valgrande* y valle de *Payares*.
- Es **El Alto'l Puerto, El Alto Payares** para los más ahora (26'2 kms. desde La Pola): antes, para los vaqueros, **La Raya**.
- Así, desde la vistosa atalaya del *Parador* se abre una espectacular panorámica lenense entre los altos de *Ubiña* y *de Ranero*, ya sobre *Villayana*: a nuestra izquierda, al oeste, los puertos de *La Vachota, Cuayos, El Pedroso, La Mesa, La Tesa...*
- Frente a nosotros, *El Cordal de Yanos: Los Bucarones, La Vega'l Pando, El Carril, El Curuchu Braña...*, sobre los poblados de *La Malvea, El Nocíu, Santa Marina, Yanos de Somerón...*
- Como telón de fondo, al noroeste, los altos del *Cheturbio, Pena Yana, El Forquéu, Pena Rnea...*
- Al norte y al fondo, *Brañavalera, Chago L'Aramo...* Más a la derecha y a lo lejos, las cumbres de *Carraceo, Pena Furá, Ranero...*
- A nuestra espalda, al surdeste, los altos de *Ceyanca* y *El Ceyón, Braña Cabachos...* Ya al sur del todo, de nuevo a nuestra izquierda, *La Pena'l Barral, altos de La Carbazosa...*

- Finalmente, a nuestros mismos pies, el *túnel de La Perruca y las vías del tren*: 5 kms. entre *La Casa Tibigracias* y *Busdongo*.

- **Altura:** 1300 m.

7. ***Brañichín. Cuitu Nigrú. Viadangos.***

- Desde **El Alto Payares**, seguimos en dirección a Arbas, y a unos 500 metros del Alto (km. 26'7 desde La Pola), nos desviamos a la derecha sobre el cauce del río en dirección al *Brañichín*.
- Una carretera con doble dirección nos va llevando por *Los Chalmargos* al **Brañichín** (29'8 kms. desde La Pola): antigua braña vaquera, hoy zona de cafeterías, diversas pistas, apartamentos y aparcamientos.
- Desde *El Brañichín* seguimos hacia **L'Escubiu** (hoy **Valle del Sol**) por cualquiera de las pistas a la izquierda de la cafetería cimera y base del telesillas (arriba y al suroeste).
- La pista *todoterreno* serpentea al sur hacia **El Alto la Ventosa** desde donde ya se contempla la vertiente leonesa de *Xistreo* y puertos de Viadangos. Luego sigue a la derecha y asciende, por fin, a *Cuitu Nigrú*: zona actual del telesillas, centro de televisión...
- Desde la explanada cimera de **Cuitu Nigrú**, hay varias opciones: en dirección sur desciende una pista que lleva a los pueblos de **Casares y Viadangos**, ya en la carretera a Villamanín y Busdongo de nuevo (al sur).
- **Desnivel desde El Brañichín:** unos 450 m.

8. ***Brañichín. Cuitu Nigrú. Coleo. Puertos de La Carbazosa. La Vachota.***

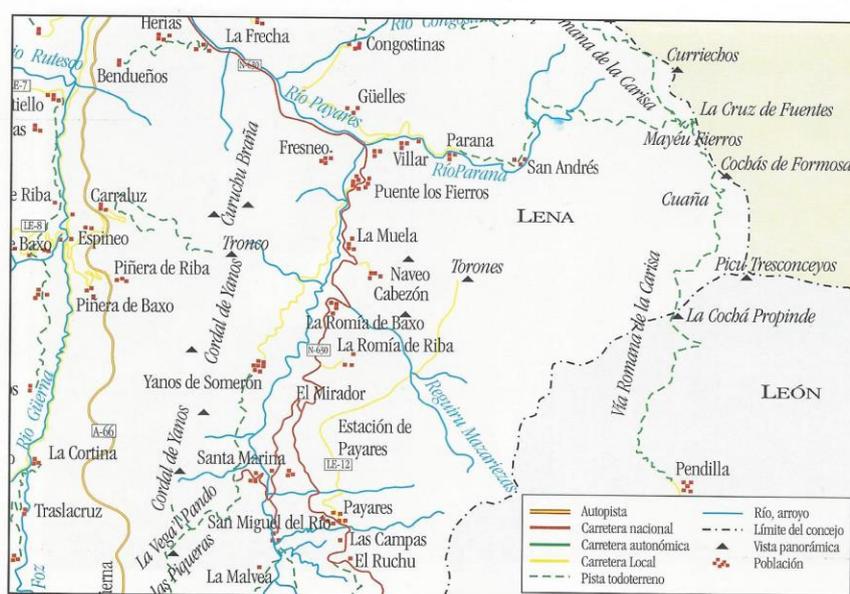
- Por la misma pista del mal-llamado *Valle del Sol*, también desde **Cuitu Nigrú**, seguimos ahora de frente (ya sin pistas *todoterreno*) por los senderos que siguen bastante marcados hacia los altos de *Coleo, La Carbazosa, El Barral, La Vachota...*, con unas cuantas horas por el medio, claro está (6-7, a pie).
- Finalmente, desde *Cuitu Nigrú* podemos regresar al **Brañichín** por la misma pista de subida, o cresteando por toda la loma divisoria entre *El Brañichín* y el hayedo de *Valgrande*: izquierda del valle de *Peligrao* bajando (al nordeste).
- **Desnivel desde El Brañichín:** unos 450 m.

9. ***El Brañichín, El Mirador de Las Chebias.***

- .....
- Rodeando la urbanización del *Brañichín* por la derecha, cruzamos *El Merenderu*, tomamos la pista sobre el hayedo y en pocos metros (5 minutos) damos en **El Mirador**:
  - La pista *tototerreno* sigue sobre el hayedo de Valgrande por la cara norte del **Picu la Veiga**, gira a la izquierda sobre **La Bisbitera del Acebal**, y en pocos minutos vuelve a reaparecer la urbanización: lo que fue una *braña* con cabañas de verano.
  - **Altura**: unos 1500 m.

10. **La Vía de la Carisa, bajo Tresconceyos, por Pendilla. Carraceo. Carabanés. Carabanzo.** Esta pista puede quedar cortada varios meses de invierno por los *argaxos* y *los trabes*: los desprendimientos y las nieves de las cimas.

- Desde la carretera N-630, pasado *Busdongo* en dirección a León, nos desviamos a la izquierda por *Camplongo*, y en unos 6 kms. llegamos a **Pendilla**.
- Salimos de *Pendilla* (*Pindietsa*, todavía para muchos vaqueros lenenses) por la pista de montaña que asciende hacia **La Cochá Propinde** (una hora a pie, sin prisas): vistosa collada que divisa buena parte de la región asturiana y leonesa a un tiempo, con sólo volver la espalda.
- La pista *tototerreno* continúa en ascensión ligera por la vertiente derecha del valle sobre *Chastras, Los Fueyos, El Monte Chadrones...* Arriba y a la derecha, la cima de *Tresconceyos*.
- Cruzamos por la pista las brañas de **Cuaña, Mayéu Fierros**, y llegamos a **La Cruz de Fuentes**, ya en el límite divisorio con la vertiente allerana por los altos de *Tsioso* (unos 7'5 kms. desde Pendilla).
- Si disponemos de varias horas por delante (otras 4-6, todavía, a pie), llegaremos a **Carabanzo** por la misma pista de montaña, siempre divisoria de lenenses y alleranos, en parte coincidente con **La Vía Romana de la Carisa**.
- En varios puntos de la cumbre (*Cochá l'Acú, Carraceo...*) se desvían bifurcaciones a varios pueblos alleranos por *El Rasón*: a **Santivanes de Murias**, a **Nembra...** (varias horas, según el ritmo de la caminata).
- **Desnivel desde Pendilla**: unos 400 m.



Valle de Fierros

### Valle de Fierros:

#### ☞ En dirección hacia:

#### 1. *Parana. Puertos del Mayéu Fierros, Cuaña, Tresconceyos.*

- Por la N-630, antes de llegar a Las Puentes (Fierros), se desvía una carretera a la izquierda que, en pocos minutos (bifurcación a la derecha, ahora) da en **Parana**: poblamiento en el rellano que fueron dejando las matas de castaño y los hayedos (a 2 kms. de Fierros).
- Una amplia pista de montaña conduce a **San Andrés**: pequeño poblado un par de kms. más arriba, en la ribera más soleada del arroyo.
- Desde San Andrés sigue la pista *todoterreno* hacia los altos de **La Carisa**: asciende por la izquierda hacia *Fasgosa* y *El Mayéu Fierros* (unos 11 kms. desde Parana), *puerto Cuaña, Propinde...* (otros 2 más), y enlaza con la que sigue a *Pendilla* (4'5 desde Propinde) y continúa a Camplongo y Busdongo, N-630).
- Desde **El Mayéu Fierros** y **La Cruz de Fuentes**, a la izquierda, sigue en cambio la pista amplia por *Carraceo a Carabanzo*, o se ramifica a varios pueblos alleranos. Ypor *Carabanzo*, de nuevo hasta *La Pola*.
- **Desnivel desde Parana**: unos 1100 m.

#### 2. *Güelles, Congostinas y Linares. Altos de Tuñón.*

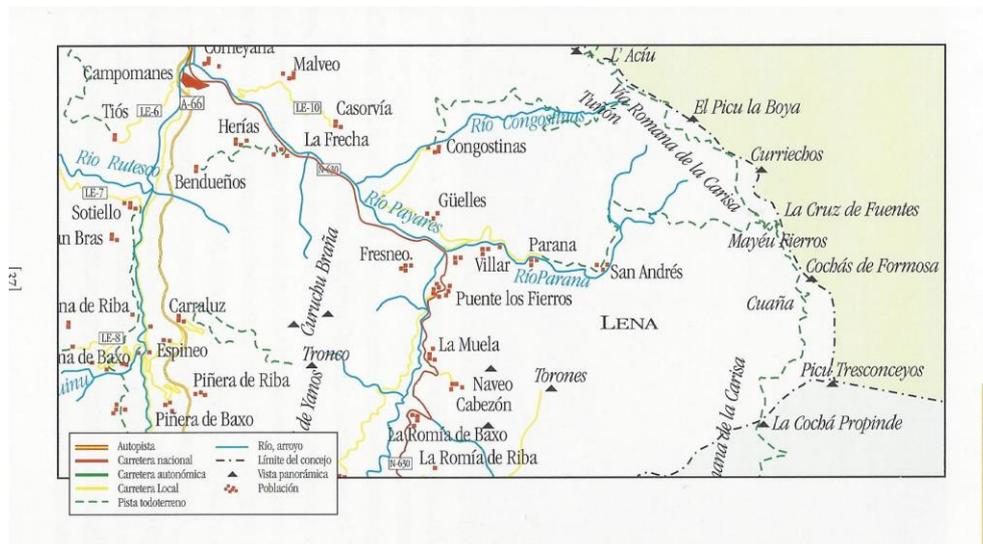
- En la misma dirección a Parana, a pocos metros del puente nos desviamos a la izquierda en la primer bifurcación. En poco más

de un km. damos en **Güelles**: poblado muy *soleyeru* al cobijo del viento norte y del nordeste (1'4 kms. desde *Las Puentes* de Fierros).

- Con un par de kms. más, la carretera termina en **Congostinas** (unos 4 kms. desde *Las Puentes*). Una pista amplia y buena se prolonga otro km. más hasta **Linares**.
- La pista sin asfaltar se desvía en *El Quentu'l Cuñu* (antes de Linares de Baxo) para elevarse hacia los altos de **Tuñón**, por *El Xafre*, *El Trabancal*, *El Yenu'l Tixu*.
- En *El Yenu'l Tixu* se bifurca: a la izquierda, hacia *las minas de Tuñón*; a la derecha, hacia *Yana Montán* (aquí termina y hay que dar la vuelta).
- Ninguna de las dos ramas se comunica con los altos de *La Carisa* y *La Vía Romana* (unos 6 kms. desde Congostinas).
- **Desnivel desde Fierros**: unos 900 ms.

### 3. *Yanos de Somerón. Alto'l Pando.*

- A la salida de Puente de los Fierros (13 kms. desde La Pola), por la N-630, se desvía a la derecha, subiendo al Puerto, la *carretera a Yanos*: 4 kms. más bien estrechos que no permiten prisas, por tanto.
- Desde **Yanos de Somerón** se contempla toda la vertiente del Payares desde esta vistosa explanada que ofrece el poblado al otro lado de las aguas del río Valgrande: *La Romía de Riba y de Baxo*, *La Muela*, *Floracebos*... Y los altos de *Ceyanca*, *El Ceyón*, *La Paradiécha*...
- Una pista todoterreno sigue sobre el poblado a la izquierda por encima de Santa Marina, para elevarse poco a poco hacia los altos divisorios con el Güerna (menos de 1 hora a pie): *La Vaga'l Pando*, *Yan de la Gachina* (aquí acaba la pista, que tampoco comunica con el Güerna).
- Recorre el resto de la cumbre ***el camín de los vaqueros***, que pasa por *El Carril*, *El Monte las Chinares*, *La Vaga'l Puzú* y *El Curuchu Braña*, *La Vega'l Puzú*...
- **Desnivel desde Fierros**: unos 800 m.



## Valle de La Frecha:

### ☞ En dirección hacia:

#### 1. *Bendueños.*

- Por la N-630, a un par de Kms. desde Campomanes en dirección a Fierros, nos desviamos en *La Barraca* hacia **La Frecha** (km. 9 desde La Pola): giramos a la derecha, pasamos *El Barrio* y, antes del poblado, a la izquierda ahora, tomamos entre las casas la desviación a **Herías** (un km. por carretera estrecha).
- Desde *Herías* continúa recta arriba una pista ancha y con buen firme, asfaltada en buena parte, aunque muy pendiente hasta **El Quentu la Cruz** (otro km. para subir despacio): vistosa loma divisoria de los valles de Campomanes y Güerna.
- La pista desciende más sosegada entre las fincas, hacia el oeste, y en otro km. más damos entre las mismas casas de **Bendueños**: poblado muy vistoso y *topaeru* que contempla una buena parte de las cuencas de los ríos *Güerna* y *Lena*.
- Al final del pueblo se abre espaciosa y siempre reverdecida **La Campa la Ilesia**: una campera en parte arbolada, sobre la que se levantó el llamado *Santuario de la Virgen de Bendueños*, y la que dicen *Casa los Frailes*, *L'Albergue* actual. Vistosa panorámica se contempla desde *La Campa*.
- **Desnivel desde La Frecha**: unos 300 m.

#### 2. *Malveo y Picu Corros.*

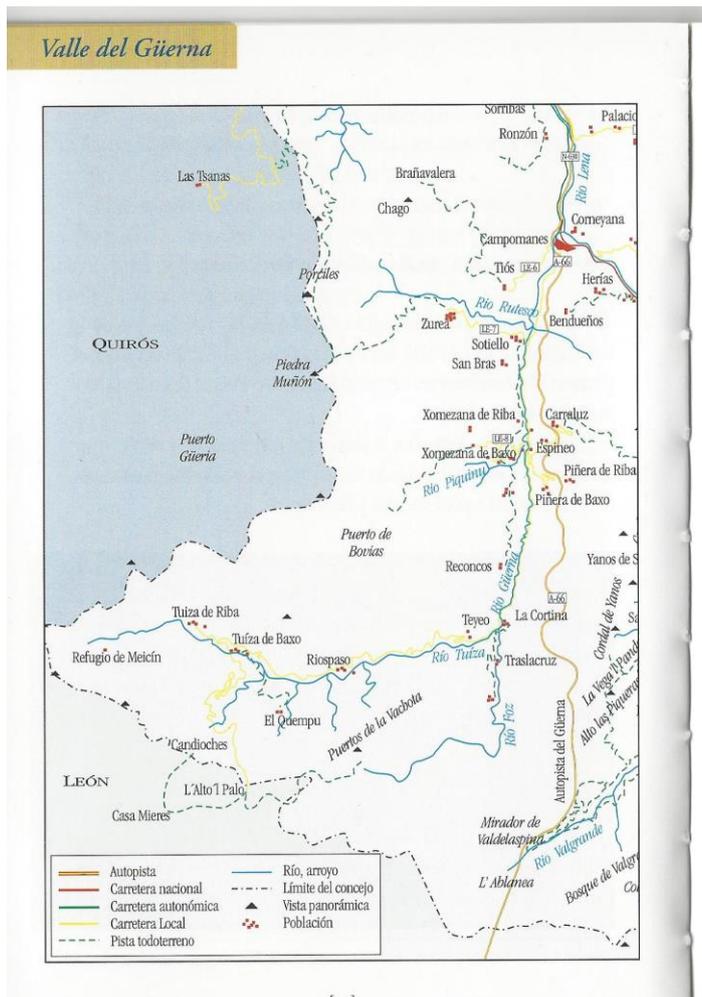
- A menos de un km. de *Campomanes* en dirección a Payares, después de Salas (km. 7'5 desde La Pola), se desvía a la izquierda la carretera a **Malveo** (2 kms. desde Salas): un *chugar muy soleyeru* en

.....  
 invierno y en verano, orientado como está lo mismo a la salida del sol que hacia los últimos rayos del poniente.

- El mismo nombre de *Malveo* indica la querencia de las *malvas* por las laderas más soleadas de la ladera. Pasamos y paseamos entre las casas de *Malveo: La Tabona, La Pandiecha* (algunas con escudos, símbolos e inscripciones talladas en las piedras).
- Desde *Malveo* asciende a la izquierda, al nordeste, una pista de tractores que se dirige al **Picu Corros**: cantizal rocoso más saliente en la misma confluencia de los valles de Payares y Güerna (encaramados en el rellano cimero en forma de pradera, contemplamos casi todo el concejo de Lena y buena parte asturiana Caudal abajo).
- Y desde *Corros* continúa la pista toodoterreno hacia los altos de Felgueras y Casorvía, por *La Tusa, Val de la Chinar...*: espectaculares vistas se tienden en las dos direcciones del concejo y de la región asturiana. Las pistas terminan distribuidas por estos altos.
- **Desnivel desde Campomanes**: unos 300 m.

### 3. *Casorvía*.

- Por la misma desviación tomada en Salas, sigue desde *Malveo* la carretera a **Casorvía** (3 kms. desde Salas): poblado un poco más alto desde el que se abren otros parajes lo mismo hacia las cumbres de *La Carisa* (izquierda y al surdeste), que hacia los altos de *La Vega'l Puzu, Monte Casarín, La Cafresnal, El Curuchu...*
- Junto a la *iglesia de Casorvía*, en la encrucijada divisoria de *La Cruz o Quentu las Cruces*, continúa otra pista de tractores que asciende hacia los altos de **Pena Furá**: crestón calizo saliente a casi una hora del pueblo. La pista termina entre las fincas.
- **Desnivel desde Campomanes**: unos 600 m.



### Valle del Güerna:

#### ☞ En dirección hacia:

#### 1. *Campomanes. Tiós. Brañavalera. La Pena Chago.*

- En *Campomanes*, dejamos la N-630, y en *El Cruce* del pueblo (a 6 kms. de La Pola) dejamos también la dirección del Güerna, giramos a la derecha entre las casas, pasamos el *Puente Briendes* (el llamado *punte romano*).
- En *El Moclín*, tomamos la desviación que asciende a **Tiós** (un par de kms. escasos): poblado vistoso sobre el espléndido rellano que forman a media ladera *las irías* y *las senras*.
- Al final de la carretera asfaltada, comienza una pista de montaña que serpentea entre las casas *chugar arriba*, se empina un poco sobre *La Yana*, y continúa entre *las matas* y *castañeros* hacia los rellanos del *Xitu*, *Arriondo*, *La Cochá Gameo*, *Pandoto*... (una media hora larga a pie).

- Finalmente, la pista *todoterreno* se eleva firme y espaciosa, aunque pendiente, entre los *praos* de *Fuentes y Espinas*, para terminar sin salida en **El Mayéu Brañavalera**: uno de los espacios mejor conservados entre los abundantes *parrotales de acebos* que todavía sobreviven por las montañas del concejo (una hora despacio a pie).
- Desde *El Mayéu Brañavalera*, por cualquiera de las sendas ascendemos a la izquierda hacia las cumbres cimeras de **La Pena Chago y L'Escureo**: dos salientes calizos aislados en el centro del concejo.
- Desde cualquiera de los dos crestones cimeros divisamos todas las cumbres de los *conceyos* limítrofes: desde las cimas *castellanas* por *Tresconceyos y El Ceyón*, hasta la misma orilla del mar en *Xixón y Avilés*; o desde el macizo de *Peña Santa y Urriellu* (en el oriente asturiano) hasta *Sobia y La Mesa* (más al occidente regional).
- **Desnivel desde Campomanes**: unos 700 m.

## 2. *Vache-Zurea. Piedra Muñón. Porciles.*

- Por la carretera local del valle Güerna a Tuíza, en Sotiello (a 2'4 kms. desde *El Cruce Campomanes*), nos desviamos a la derecha hasta **Vache-Zurea**: un poblado a la falda y al cobijo de *La Pena Chago*, en una pequeña vaguada muy *soleyera* sobre el río de *Los Asprones*, el río de *Ruteso*.
- Desde *Vache-Zurea* (2'6 kms. desde *Sotiello*) continúa amplia y firme por la izquierda del río una pista *todoterreno* hacia los altos **Piedra Muñón**: paraje divisorio de un cordal a medias entre lenenses y quirosanos (menos de una hora despacio a pie).
- En *Piedra Muñón*, la pista de montaña continúa a la derecha, al norte, ahora por la vertiente quirosana, mientras contemplamos los *teyaos* lejanos de los pueblos vecinos de Quirós: *Tsindes, Cortes, Fresneo...*
- En poco más de media hora a pie, llegamos al **Mayéu Porciles** (derecha de la pista, ya por la cara lenense): espléndida campera con fuente abundante, *cabanas, cuadras...*, desde la que se divisa buena parte de Lena y Güerna.
- La pista continúa en dirección norte casi por la cima del cordal, hacia los altos de *Cocha Potrera*: al llegar al límite con las *fayas* del Mofusu, cambia de ladera, desciende en pleno hayedo y se ramifica más abajo, por *La Balsa*, en varias direcciones: a la derecha, vertiente lenense, hacia **Tablao y La Pola**; por la izquierda, vertiente quirosana, hacia **Las Chanas**.
- **Desnivel desde Sotiello**: unos 900 m.

3. ***Xomezana Riba. Bovias.***

- Por la misma carretera local del valle Güerna a Tuíza, en *Espineo* (a 5'4 kms. desde *Campomanes*) nos desviamos también a la derecha hasta los pueblos de **Xomezana**: un par de poblados a media ladera del valle, rodeados de *tierras*, antes sembradas *d'escanda*, como tantas otras del concejo.
- Desde *Xomezana Riba* (3'5 kms. desde *Espineo*), continúa espaciosa a la izquierda otra pista *todoterreno* que conduce hacia los puertos de **Bovias**: una fértil *braña* de verano al cobijo de los altos y los vientos bajo las cumbres de *La Portiecha*, *Las Coronas*, *Valseco*, *El Picu la Carba...* (una hora larga a pie y despacio).
- En *Bovias* termina la pista de montaña, y continúan limpias todavía las sendas de los vaqueros que conducen los ganados hacia los puertos en **El Forquéu**, **Valseco**, **Güeria...**: un conjunto de *brañas* muy sosegadas y *topaeras* por todas aquellas cimas ya camino de los dos mil metros.
- **Desnivel desde Espineo**: unos 450 m.

4. ***Los Pontones. Reconcos. La Cortina. Traslacruz.***

- Por la misma dirección del Güerna, a 9'2 kms. de *Campomanes*, está la desviación a **Reconcos** (1 km. desde la carretera): pasa el **camín francés** entre *La Cruz* y *Xomezana*.
- En *Los Pontones* (a 10 kms. desde *Campomanes*), continúa una carretera estrecha a **Traslacruz**, y una pista *todoterreno* hacia **Foz**; pero no entra en la vaguada: es preciso dar la vuelta en *El Quentu la Muesa* (media hora a pie desde el pueblo).
- Y desde *Los Pontones* también, otra pista (que dice allí un cartel privada) se prolonga a **La Cortina** (5 minutos andando): pasa el **camín francés** hacia *Carraluz* y *Bendueños*.
- **Desnivel desde Los Pontones**: unos 300 m.

5. ***Riospaso. El Monte'l Blime.***

- A 15'2 kms. desde *Campomanes*, damos en **Riospaso**: un pueblo cargado de resonancias de viajeros siempre al paso del **camín francés del Güerna**, que entraba por *El Alto'l Palo*, desde las vecinas tierras leonesas, descendía por el *Monnasterio de Acebos*, *La Puenti'l Quempu*, *La Berguería* (*La Casa los Probes*, según otros...), cruzaba el poblado y continuaba por *La Cruz*, *Reconcos*, *Xomezana...*
- Frente al poblado contemplamos el tupido hayedo del **Monte'l Blime**: toda una ladera de *fayas* que recubre las faldas de *La Mesa*

.....  
 y *La Tesa*, entre *Las Navariegas* y *Cavel*, desde las mismas aguas del río Güerna, hasta el límite que imponen las calizas de las peñas.

- **Desnivel desde Los Pontones:** unos 400 m.

6. ***Tuíza Baxo. El Quempu. Acebos.***

- En *Tuíza Baxo*, a 18'1 kms. desde *Campomanes* (unos 1200 m. de altura), se desvía una pista asfaltada hasta *El Quempu*: 2'5 kms.
- Desde *El Quempu* continúa arriba y a la derecha el **camín francés** que venía de tierras leonesas por *el Monasterio de Acebos*.

- **Desnivel desde Los Pontones:** unos 600 m.

7. ***Tuíza Riba. El Meicín. Ubiña. Puertos de Güeria.***

- En la misma dirección del Güerna, a unos tres kms. de *Riospaso*, sobre *Tuíza Baxo* (km. 18'9 desde *Campomanes*), dejamos la carretera hoy al Alto'l Palo y Puerto Pinos, tomamos la desviación recta a la derecha, y en pocos minutos damos entre las casas de **Tuíza Riba**: el pueblo más alto del concejo (20 kms. desde *Campomanes*, y unos 1200m. de altitud).
- Terminada la carretera, comienza tras de las casas el amplio camino que nos lleva en poco más de media hora hasta el puerto del **Meicín** (dirección SO del pueblo): recogida braña en el circo glaciar de rocas que forman *El Portüichín, El Siete, Puerta de Arco, Los Fontanes, Las Ubiñas, Cerreo...*

- **Desnivel desde Los Pontones:** unos 700 m.

8. ***El Alto'l Palo. Candioches. Retuerto.***

- En la misma desviación sobre *Tuíza Baxo* (km. 18'9), podemos seguir sin más la carretera al **Alto'l Palo**: unos 30 kms. desde *Campomanes* hasta las portillas que cierran los pastos del *Puerto Pinos*, hoy llamado *Puerto Mieres*.
- A la derecha de las portillas sigue la pista empedrada hasta la llamada **Casa Mieres** y pastos de *Rosapero* (unos 2'5 kms. desde *El Alto'l Palo*)
- Ya junto a *La Casa Mieres*, la pista *todoterreno* serpentea a la derecha y arriba por *El Vache Angosto* hacia las camperas de **Candioches**: extensa explanada entre los altos de *Penevera* y *Las Rubias*.
- La pista, que respeta las praderas, termina pronto entre las rocas de *Los Ochones* (unos 5'5 kms. desde *El Alto'l Palo*).

- **Desnivel desde Los Pontones:** unos 1200 m.

9. ***El Alto'l Palo. La Vachota.***

- A la izquierda, en cambio, sigue la pista *todoterreno* hacia **El Puerto la Vachota**, bajo los altos de **La Mesa, La Tesa...** (unos 3 kms.).
- La pista, que también respeta aquí ella las praderas, termina en **Los Miruxales**.
- **Desnivel desde Los Pontones:** unos 1100 m.

#### 10. **Piñera y Carraluz. Altos de Braña, Tronco y El Carril.**

- En la misma dirección del Güerna, pasadas las casas de *Espineo*, tras las primeras curvas (5'8 kms. desde *El Cruce Campomanes*), se desvía a la izquierda la carretera a **Piñera y Carraluz:** dos pueblos al paso del *camín francés del Güerna*.
- Desde *Carraluz* continúa una pista *todoterreno* que asciende hacia los altos de **Braña, Tronco y El Carril:** toda una cadena de cordales más vistosos divisorios entre el valle de *Valgrande* y del *Payares* (una hora larga a pie). La pista termina en estos altos.
- **Desnivel desde Espineo:** unos 800 m.

#### 11. **San Pelayo.**

- A 3'9 kms. desde *El Cruce Campomanes*, derecha de la carretera entre Sotiello y Espineo, está el paraje de *San Pelayo:* área del mesón actual sobre las mismas aguas del *río Güerna*.

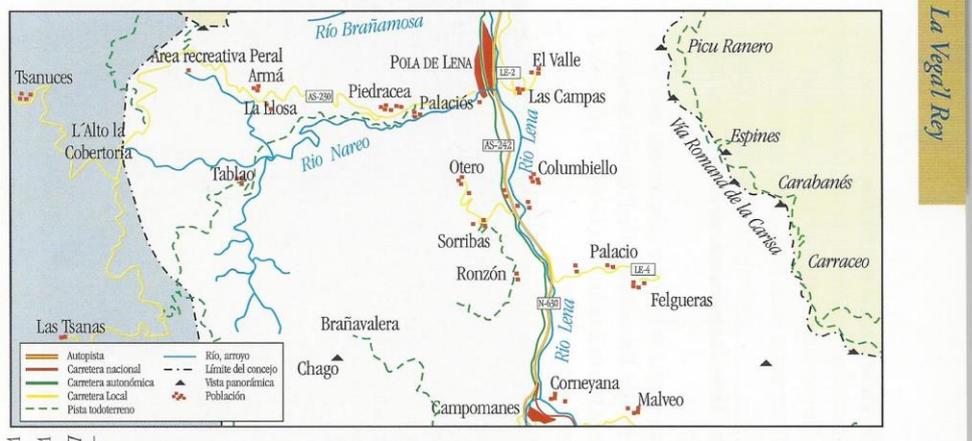
#### 12. **Mirador de Las Campizas y La Soma (sobre La Cortina)**

- Por la *Autopista del Güerna*, en el km. 10'4 desde Campomanes, a 1200 m. de altura, hacemos un alto a la derecha en el *aparcamiento* de **Las Campizas y La Soma:** un vistoso paraje sobre *Miluetos*, a la cabecera del *vache Güerna* por esta vertiente de *Traslacruz, La Cavijera y Foz*.
- Todo un abanico de paisajes se abre ante **Las Campizas** y los altos de **La Soma:** frente a nosotros, *Reconcos* (3300 al noroeste); más arriba y al oeste, los altos de *La Portiecha*; al sur, *Vegasna, El Monte Cota, La Saeta, El Ganceo...*
- Seguimos contemplando el mosaico de paisajes del Güerna vistos desde **Las Campizas:** más al suroeste, *Traslacruz* (unos 2100); al fondo la recogida vaguada de *Foz*, bajo el desfiladero de *La Cavijera, Las Brañolinas, Los Abiulares El Picón de las Doce*, los altos de *La Vachota...*
- Más al oeste, *Teyeo* (unos 2500), altos de *La Tesa y Sobrolagua*; más al fondo, los poblados de *La Cruz, Riospaso y las Tuízcas*; picos de *Las Tixereras, Siega l'Abá, El Tapinón*; puertos de *Cheturbio, Vache Corrales, Las Planas...*

- **Desnivel desde Campomanes:** unos 500 m.

### 13. *Mirador de L'Ablanea* (antes del Túnel del Negrón)

- Seguimos la misma *Autopista del Güerna*, y en **L'Ablanea**, dejamos el *Área de Mantenimiento* a la derecha, giramos 180° bajo el pasadizo que nos permite la autopista, y nos volvemos de nuevo en dirección al Güerna, frente al tupido hayedo en la cabecera de *Valgrande*.
- Unos metros más abajo (km. 16'8 desde Campomanes), hacemos otro alto en el *aparcamiento no vigilado de Valdelpina*: una pequeña área de descanso entre los carriles de la Autopista y las mismas aguas siempre sonoras y bulliciosas del río *Valgrande*.
- Desde **Valdelpina** (1400 m. de altitud) giramos la vista entre el mosaico de valles que nos rodean: al noroeste, las brañas de *Los Cuadros*, *Cuayos*, *El Pedroso*, *Los Corralones*; al noreste, los picachos del *Castiichu*, *Los Cabezos*; al este, los altos del *Ventanusu*, *Coleo*, *Los Corochos*; más al surdeste, las brañas de *La Carbazosa*, *Las Rubias*...
- Finalmente, ya al suroeste, las cimas del *Barral*, *El Cabril*, *Pena Negra*, *El Negrón* (confundido en tantos mapas con *El Barral*), sobre *El Fasgar* y las vegas de *Cuayos*, otra vez.
- **Desnivel desde Campomanes:** unos 650 m.



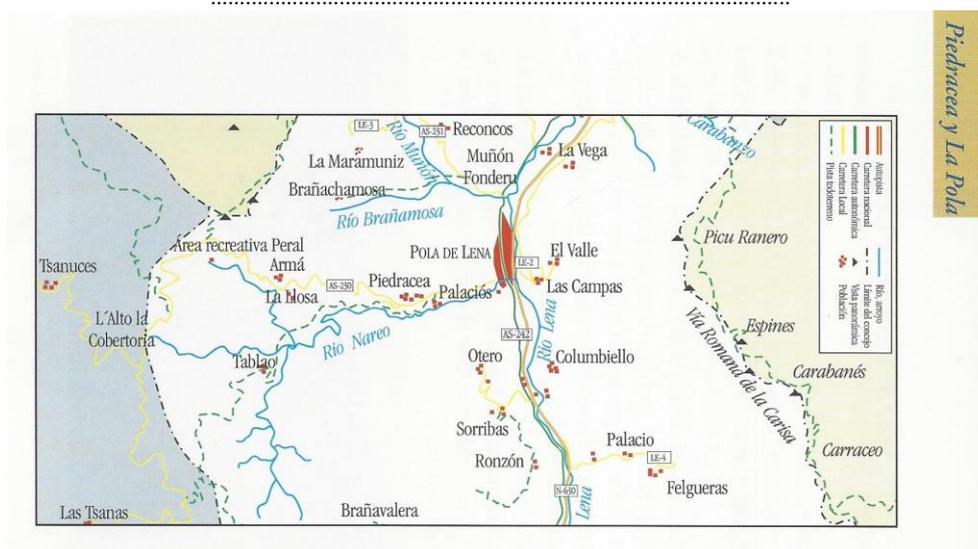
---

**Valle de La Vega'l Rey:**☞ **En dirección hacia:**1. ***Palacio, Felgueras, Alceo, ermita Santa Cristina de Lena.***

- Por la carretera antigua de La Pola a Campomanes, antes de las casas de *La Vega'l Rey* (3 kms. desde La Pola) nos desviamos a la izquierda, pasamos bajo *La Estación de La Cobertoria*, y llegamos a **Palacio** (1 km. desde La Vega'l Rey).
- En la primera desviación a la derecha, se bifurca la carretera hasta **Alceo** (1 km. desde Palacio). Y por la otra dirección a la izquierda, a **Felgueras** (2 kms. desde Palacio).
- Antes de Palacio, encontramos el **aparcamiento de Santa Cristina de Lena**: monumento prerrománico a pocos metros por un camino ancho y bueno (5 minutos a pie).

**Valle de La Vega'l Ciegu:**☞ **En dirección hacia:**1. ***Castiecho. Ronzón. Ablano. Las Camaretas.***

- Desde La Pola, por la *carretera vieya* a Campomanes, después de *La Vega'l Ciegu* y antes del *punte Los Consorios*, tomamos la desviación a la derecha (2'5 kms. desde La Pola).
- En pocos minutos damos en *Sorribas*: un poblado que justifica el nombre arrimado como está en las *riberas* del arroyo (0'7 kms. desde Los Consorios).
- Dejamos la carretera que termina en Otero (1 km. más arriba), y arrimamos a la izquierda entre las casas, para tomar la pista *todoterreno* que pasa bajo *La Cueva*, sigue por *Ronzón*, y asciende por *Corra Vieya*. Termina en las estribaciones de *Brañavalera*.
- **Desnivel desde La Vega'l Ciegu**: unos 500 m.



## Valle de Piedracea:

### ☞ En dirección hacia:

#### 1. **La Capilla La Flor.**

- Por la misma carretera al Alto la Cobertoria, a 2 kms. de La Pola, en *Piedracea*, junto a *La Fuente*, desciende a la izquierda la carretera a Tablao, que pasa por **La Capilla La Flor**: una rústica ermita rodeada de leyendas y de recuerdos primaverales deshojados en cada nueva fiesta florida por abril.
- A **La Capilla de La Flor**, se llega con menos prisas por el *camín real* que asciende bastante más sosegado por *El Puente Tola*, *La Caleyá*, *El Batán...*: una media hora desde La Pola, siempre al murmullo de las aguas del río *Nareo*.

#### 2. **Tablao y El Monte'l Mofusu.**

- Por la misma entrada de *Piedracea*, sin bajar a *La Flor* ahora, sigue la llamada *carretera* de **Tablao**, en parte hoy hormigonada: el pueblo cabecero del valle del río *Nareo*, ya casi a la entrada del hayedo (unos 4 kms. desde *Piedracea*).
- Ya debajo de *Tablao*, sobre las mismas aguas del río a su paso por *La Bayuga*, continúa a la izquierda una pista que se ramifica por todo el **Monte'l Mofusu**, siempre con firme diverso tras muchos años de servicio a las maderas y minas del hayedo y de la zona.
- Y a la salida del pueblo, sobre las casas cimeras de *Tablao*, serpentea entre las fincas y las *fayas* otra pista de tractores que se esparce igualmente hacia los altos de **La Balsa** y de **Porciles**.

- La pista de *Tablao* también cambia a la ladera quirosana, y enlaza con la que asciende de *Las Chanas* hacia *El Alto la Cobertoria*.

- **Desnivel desde La Pola:** unos 1000 m.

### 3. *Los Pumares y Mayáu Espines.*

- Seguimos por la carretera a Quirós, y en el km. 7, sobre *El Vache Peral* y *El Sosechar*, se desvía a la derecha una pista *todoterreno* que asciende a **Los Pumares** (primer *mayáu con cabaña*).

- Unos metros más arriba, llegamos al **Mayéu Espines:** segunda campera con cabaña, ya en la cumbre a medias entre *riosanos*, *lenenses* y *quirosanos*; lo dice en la piedra el *muñón d'Espines*.

- Desde *Espines* continúa a la derecha la pista a sus anchas por todo el cordal divisorio con la vertiente riosana: *Chamixé*, *La Golpeya...*, hasta enlazar con la carretera que viene de Riosa y desciende por el valle de **Muñón**, para regresar de nuevo a La Pola por **La Barraca** (un par de horas a pie).

- **Desnivel desde La Pola:** unos 650 m.

### 4. *El Vache Peral.*

- En el mismo km. 7 también, se desvía, ahora a la izquierda, una pista corta que se abre en la pequeña explanada salpicada por varios pinos, en pleno **Vache Peral:** es la zona retirada que ocupaba *el mayáu Peral*, hoy rodeado con una cerca y con algunos merenderos entre los árboles.

- Desde *El Vache Peral* continúa la pista en regular estado hacia los pinares y *matas* camino de *Tablao*: sirvió para sacar maderas durante mucho tiempo (carece de salida).

- **Desnivel desde La Pola:** unos 550 m.

### 5. *El Picu'l Gamoniteiru.*

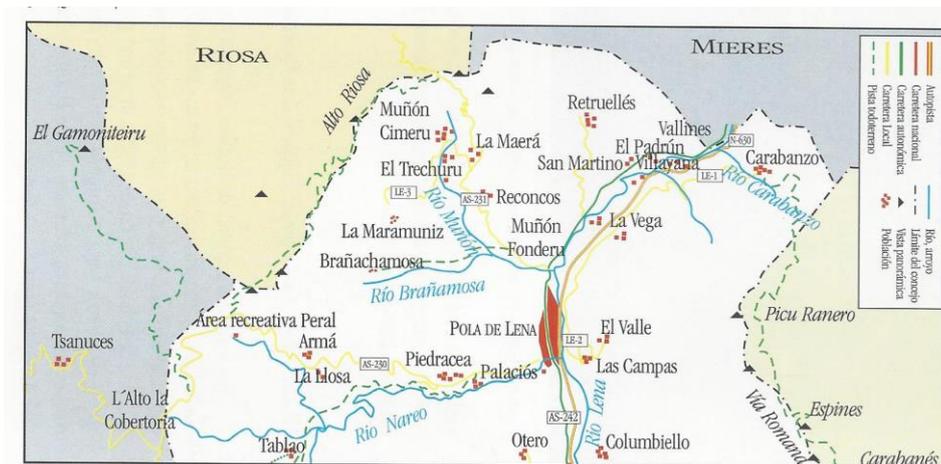
- También por la carretera al Alto la Cobertoria, un poco más arriba de *Peral*, sobre el km. 10, a pocos metros ya de la cima, gira a la derecha la desviación al **Gamoniteiru:** una carretera estrecha (que por tramos sigue asfaltada) hasta el saliente donde se instala el *Repetidor de TVE* (unos 6 kms. desde la bifurcación).

- Vastos parajes se abren a Lena y a Quirós desde *El Picu el Gamoniteiru*, en rigor, y entre los vaqueros, **Picu Tresnona:** nombre debido al juego de luces y sombras marcadas por el sol, según las horas del día y según la estación del año.

- **Desnivel desde La Pola:** unos 1450 m.

## 6. *El Alto la Cobertoria. El Picu'l Mofusu. Los Fitos.*

- Por la misma carretera a Quirós, Km. 11 desde La Pola, columbramos **El Alto la Cobertoria**: paraje vistoso del cordal limítrofe, desde el que se abre un amplio mosaico de cumbres quirosanas (*Pena Rúa, La Cigacha, Canchongo...*), y de pueblos vecinos (*Vichar, Cienfuegos, Vichamarcel...*).
- A la izquierda de la carretera, al sur, siempre al filo de la cumbre divisoria, continúa *el camín del puerto* hacia los altos del **Mofusu** y pastos divisorios con Vache y Zurea por *Chago, Cochá Potrera, Porciles...*(1 hora por la senda y parte de la pista que asciende desde Tablao).
- A la derecha de la carretera, en cambio (al norte), también al filo de la vertiente quirosana, el mismo camino, transformado en pista *tototerreno*, asciende ligero hacia **Los Fitos**: hoy *Prau Llagiezos* en denominación reciente, sin arraigo alguno del topónimo entre los lugareños (menos de media hora a pie).
- El conjunto de **Los Fitos** conforma todo un paraje de *dólmenes, túmulos y castros*, algunos reconocidos y excavados: otros, en cambio se conservan mejor, protegidos como están entre las zarzas (mejor así que saqueados).
- **Desnivel desde La Pola**: unos 700 m.



.....  
**Valle de Muñón:**

☞ **En dirección hacia:**

1. ***La Ermita Santu Mederu.***

- A la salida de *La Pola* en dirección a Villayana, por la carretera al *Alto Riosa*, pasada *La Barraca* (0'9 kms. desde La Pola), en *Muñón Fonderu* (a 0'5 kms. desde el puente), tomamos a la izquierda la desviación a *Brañachamosa*.
- Unos 600 metros más allá, seguimos el camino a la derecha que conduce en pocos minutos (0'5 kms. desde la desviación a Brañachamosa) a **La Capilla Santu Mederu**: una ermita en las riberas del río *Muñón*, cargada de cultos y leyendas que siguen resonando entre los lugareños mayores del valle.

2. ***El Alto Riosa. La Golpeya. Espines. Los Pumares.***

- Por la misma *carretera* de Muñón, llegamos hasta **El Alto Riosa, El Alto las Segás**: una encrucijada de pistas, carreteras y senderos desde la que se divisan a un tiempo los parajes lenenses y los vecinos riosanos.
- A la derecha de este *cruce a Riosa* sigue una pista *todoterreno* que, aparte de Riosa y Lena, columbra todo el valle del *Candal* abajo, los montes del occidente asturiano y unos cuantos picachos orientales entre los mismos montes cabraliegos.
- A la izquierda del *cruce*, en cambio, la pista está mejor asfaltada en un buen tramo: comunica con los altos de *Espines* y *Los Pumares*, donde enlaza con la carretera a Quirós (menos de 1 hora a pie). Varias antenas salpican la cumbre de estos altos.
- **Desnivel desde La Pola**: unos 650 m.

---

**Valle de Villayana:**☞ **En dirección hacia:**1. ***San Martino y Retrullés.***

- Por la carretera a Villayana, a la entrada de *La Vega*, tomamos la desviación a la izquierda y en unos minutos (0'8 km. desde La Vega) damos ante **La Iglesia San Martino**: un edificio medieval muy transformado hoy con unas desacertadas reformas y revoques fuera de todo sentido y lugar.
- *La Iglesia San Martino* conserva, no obstante, varias figuras y remates en piedra: personas y animales fantásticos, gallardetes, pendones, simios, cruces, rosetones..., tallados bajo el alero del tejado, y librados (por el momento) del revoque de las paredes.
- A pocos metros sobre San Martino (1'4 kms.), está **Retrullés**: uno de esos poblados bien orientados al saliente desde los primeros rayos del sol. Destaca en medio del poblado *La Casona*: un edificio junto al *camín real*, con un escudo y una fecha tallada en piedra (1665).

## Valle de Carabanzo:

### ☞ En dirección hacia:

#### 1. *Carabanzo. El Palacio. El monumento a los mineros.*

- Desde *La Rotonda*, al norte de *La Pola*, en dirección al *punte*, y pasada la desviación a Campomanes, tomamos la carretera a *San Feliz*, cruzamos *La Corrona*, y en unos 6 kms. damos entre las casas de **Carabanzo**: un pueblo relativamente mayor en el concejo.
- Desde *Carabanzo*, por la pista que asciende amplia y firme hacia los altos de *Carraceo*, pasado el conjunto de *Casomero*, nos desviamos unos metros a la izquierda para contemplar el valle allerano desde el **monumento a los mineros** (poco más de 1 km. desde el pueblo).
- **Desnivel desde La Pola**: unos 350 m.

#### 2. *Carabanzo. La Vía Romana de La Carisa.*

- A *Carabanzo* llega, sepultada en parte bajo la pista, **la calzá romana, La Vía de La Carisa**: el amplio camino empedrado en buenos tramos, que venía de la región leonesa y seguía hacia Xixón.
- La *calzá romana* asciende a la derecha de *Casomero*, pasa por *Les Cruces*, se arrima a la falda de *Ranero*, se alarga por *El Mayéu Espiñes*, deja a la izquierda *El Dolmen de Padrún*, pasa por *Carabanés, Carraceo, L'Acín, La Cava, Busián, Fuentes, Cuaña...*
- Finalmente, *la calzá romana* voltea *La Cochá Propinde* (ya en el límite leonés), y desciende a *Pendilla* (unas 6-7 horas andando bien desde *Carabanzo*). La pista *todoterreno* es ancha y buena.
- **Desnivel desde La Pola**: unos 1300 m.

**Otros datos:**

- ✓ **Comidas:** *La Pola, Villayana, Palacio, Campomanes, Casorvía, Payares, El Alto Payares, El Brañichín, Sotiecho, Zurea, San Pelayo, Espineo, Xomezana, Teyeo, Riospaso...*
- ✓ **Alojamientos:** *La Pola, Campomanes, El Brañichín, Xomezana Riba, Vache-Zurea, La Cortina, Traslacruz, Riospaso.*

**ANOTACIÓN FINAL:**

El folleto presente es un complemento a otros libros sobre el concejo de Lena ya publicados por el autor, en especial el más reciente: *Por las montañas de Lena*. La razón de estas nuevas páginas es evidente: se trata ahora de marcar otro conjunto de rutas más fáciles incluso y al servicio de todos aquellos y aquellas **que no puedan, que no quieran o que no dispongan de tiempo suficiente** para realizar aquellas más largas por la cima de los cordales. Éstas van ahora casi de pueblo en pueblo y más bien a media ladera: **son para disfrutar también con responsabilidad.**

