



# BOLETÍN DE RUTAS

ACTIVIDAD	FECHA
<p><b>Puerto de Aralla - Geras de Gordón:</b>  <b>con ascenso opcional a Cerro Pedroso</b>  <b>(Sena de Luna, Los Barrios de Luna, Pola de Gordón)</b></p>	<p><b>Domingo</b>  <b>4/06/2023</b></p>

TIPO	COMIENZO	FINAL	RECORRIDO	km		
Travesía	Puerto de Aralla	Geras de Gordón	3,5 / 4,5 horas	9 / 10		
ALTITUD (m)		ASCENSO (m)		DESCENSO (m)		
INICIAL	MÁXIMA	MÍNIMA	DESNIVEL	ACUMULADO	DESNIVEL	ACUMULADO
1.535	1.740 / 1.914	1.135	205 / 380	255 / 425	605 / 780	655 / 825

TRANSPORTE	HORA
<p><b>En autobús</b>, desde Oviedo, <b>C/ Trece Rosas</b>            (antigua <b>C/ Coronel Aranda</b>; entre la Facultad de Geología y el            Edificio de Servicios Múltiples del Principado de Asturias)</p>	<p><b>Salida bus 1º: 09:00</b>  <b>Salida bus 2º: 12:30</b></p>

**Ver procedimiento de inscripción más adelante**

## ¡EXCURSIÓN Y PRIMER ENCUENTRO CON LOS VETERANOS!

Información también disponible en:

<http://apasanignacio.es>

Retomamos en este curso 2022/2023 la idea de celebrar un **Encuentro** con los **veteranos** del **Grupo de Montaña** del **colegio San Ignacio**, pretendiendo poder juntar a todas las personas que han estado ligadas a esta actividad desde sus orígenes hasta la actualidad para que los más jóvenes (esperemos contar con la asistencia de muchos niños), y los que aún nos sentimos jóvenes, disfrutemos de un día en el que compartir experiencias y aventuras montaÑeras.

Panorámica norte desde Cerro Pedroso, al fondo, Peña Ubiña; 20/04/2023



© Muñoz De Fraga



# BOLETÍN DE RUTAS

Cerro Pedroso, 14/04/2013

La ruta, desde el **puerto de Aralla** hasta **Geras de Gordón**, es sencilla y mayoritariamente se realiza en descenso (**datos técnicos en negrita** en la tabla anterior, y en los perfiles). Existe la opción de ascender al **Cerro Pedroso** (**datos técnicos en azul**, en la tabla anterior, y en los perfiles). Aquellas personas que no quieran caminar o no quieran hacer la ruta completa, podrán ir en el bus a Geras de Gordón y dar un paseo por sus alrededores. Asimismo, habrá un autobús que saldrá de Oviedo directo a Geras de Gordón a media mañana.



Intentaremos **celebrar la Eucaristía** a última hora de la mañana, y **comeremos en un restaurante** en Geras de Gordón.

Valmeán, 14/04/2013

**El programa**, en líneas generales, es el siguiente:

- 09:00 Salida bus 1º (personas que hacen la ruta o bien bajan a Geras en bus y esperan allí)
- 12:30 Salida del bus 2º para las personas que van directamente a Geras
- 14:30 Eucaristía
- 15:30 Comida y sobremesa
- 19:00 Salida hacia Oviedo (aprox.)



Los **menús** y el **precio, incluida la tarifa del bus**, son los siguientes:

- **menú principal:** entremeses de la casa para picar, menestra de verdura natural, cordero a la caldereta con ensalada, postre casero, café, pan, vino, casera y agua. **30 €**
- **menú de niño** (para menores de 12 años): macarrones con tomate y chorizo, filetes de pollo empanado con patatas fritas, postre y bebida. **15 €**
- Si alguna persona necesitase tomar otro menú por motivos de salud, lo puede indicar a la hora de inscribirse.

**Como comeremos tarde**, es conveniente **llevar algo de picoteo** en la mochila para media mañana, sobre todo para los más pequeños, además de cantimplora con agua.



# BOLETÍN DE RUTAS

## Procedimiento de inscripción

El **plazo de inscripción** se abre desde el **15 al 24 de mayo**. Las inscripciones se realizarán mediante mensaje de **WhatsApp** o **llamada** al teléfono **639 14 46 93**, o por medio de un mail a la dirección [grupo.montana@s-ignacio.com](mailto:grupo.montana@s-ignacio.com). La inscripción será efectiva en el momento del pago, por transferencia bancaria o "bizum", según las indicaciones recibidas como respuesta a la llamada, al mensaje de WhatsApp o al mensaje de correo electrónico. Al haber un número limitado de plazas, se asignarán por orden de inscripción, y se ruega a las personas interesadas se apunten cuanto antes para facilitar la organización del evento.

Se recomienda **llevar ropa en varias capas** (porque al caminar se entra en calor rápidamente, pero a la altitud de la ruta puede hacer frío), y **botas de montaña, sombrero o gorra, gafas de sol, crema de protección solar**, así como **ropa y calzado de repuesto** para llevar en el autobús y comer en el restaurante y hacer el regreso más cómodos y, si llueve, secos.

### ACCESO

**Oviedo - Puerto de Aralla:** se toma la A-66 y la AP-66 hasta la salida 93 Villablino/Caldas de Luna. Después se gira a la izquierda tomando la CL-626 hacia León/La Robla. Se toma la carretera LE-473 hacia la izquierda en sentido Aralla/La Pola de Gordón hasta llegar al alto del Puerto de Aralla (74 km, 1 hora).

El bus continúa a **Geras de Gordón** (6 km; 10 minutos), lugar de la comida.

Regreso desde Geras de Gordón a Oviedo por el mismo itinerario, en sentido contrario.

## ¡Cuida la Naturaleza!

S.S. Papá Francisco, *Laudato Si:*

"Hago una invitación urgente a un **nuevo diálogo** sobre **cómo estamos construyendo el futuro del planeta**.

**Educar** en el **cuidado de La Tierra**, y convencernos de su importancia, son un **modo de conversión y amor al prójimo**, una **apuesta por otro estilo de vida que evite la «cultura del descarte»**, buscando aprovechar los **recursos para el bien de las personas**, y que sea generoso con las generaciones venideras a la vez que respete el desarrollo personal de todos".

[http://w2.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco\\_20150524\\_encyclica-laudato-si.html](http://w2.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_encyclica-laudato-si.html)



© Muñoz De Fraga  
"El cuidado de nuestra casa común,  
debería ser una preocupación  
de todos"

Papa Francisco

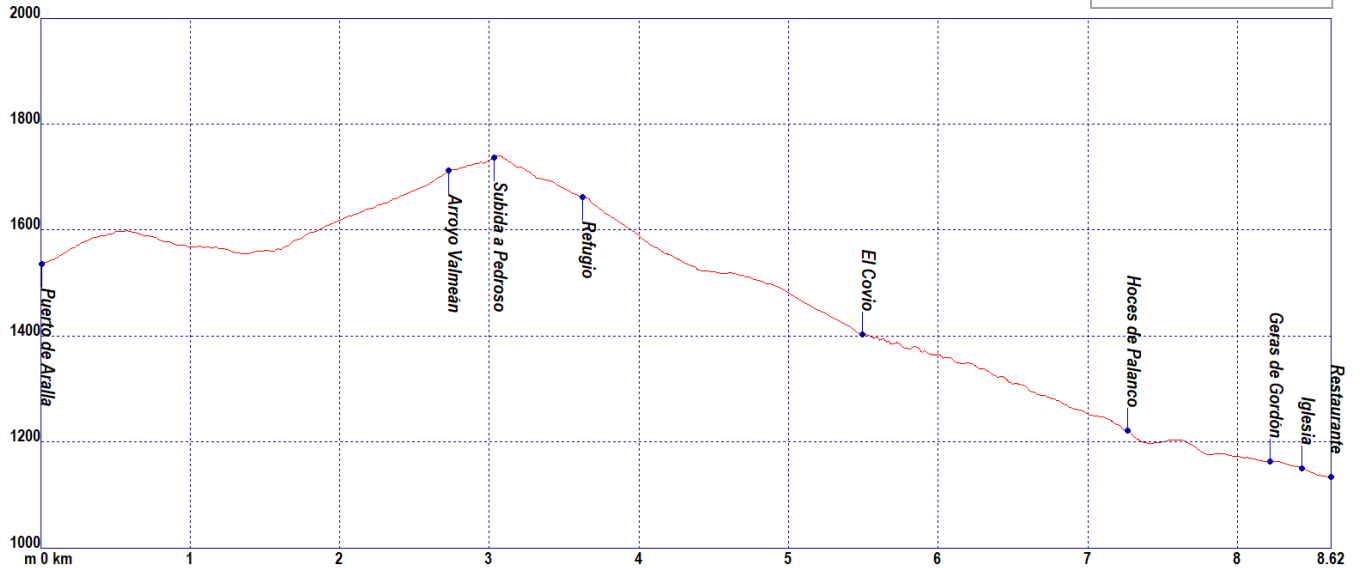


# BOLETÍN DE RUTAS

## PERFIL APROXIMADO DE LA RUTA SIN SUBIR A CERRO PEDROSO

2023-06-04 - Puerto de Aralla - Hoces del arrollo Palanco - Geras de Gordón; Nombre del track: Aralla - Geras-Mod1  
 Alturas: Inicial: 1536.00m - Final: 1133.99m - Máxima: 1739.91m - Mínima: 1133.99m  
 Desnivel final-inicial: -402.01m - Máxima diferencia de cota: 605.92m  
 Ascenso acumulado: 252.56m - Descenso acumulado: 654.57m  
 Distancias: Sobre plano: 8.53km - Recorrida: 8.62 km - En ascenso: 2.42 km - En descenso: 6.11 km

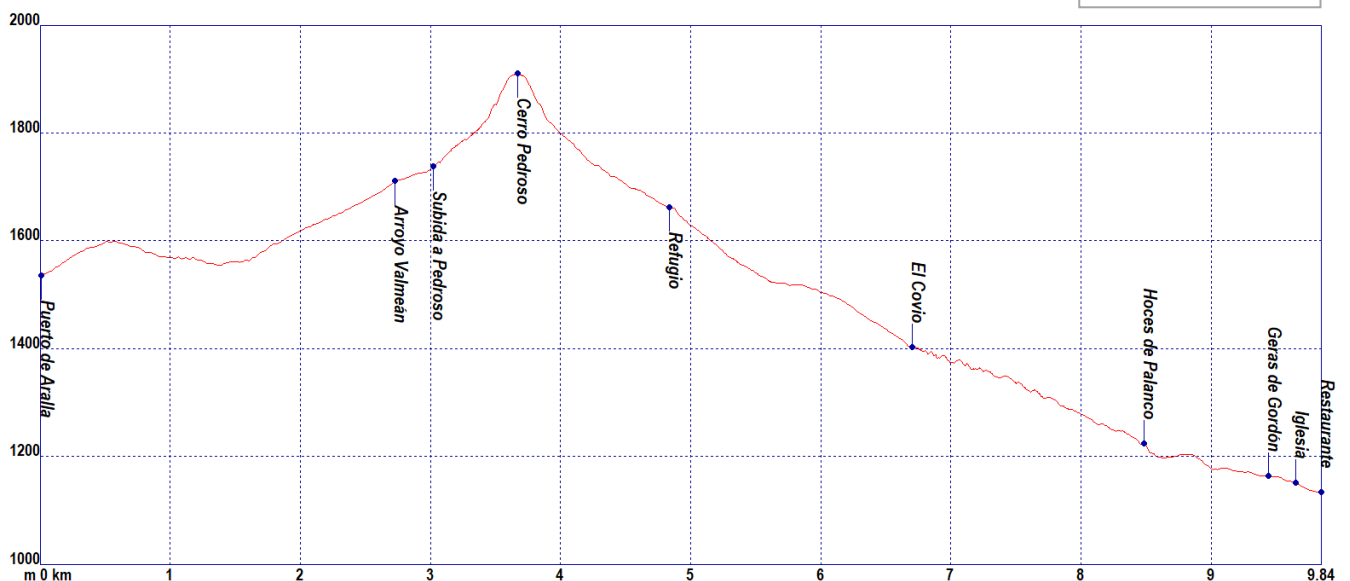
PROGRAMA PEFILES +  
GPS Visualizer



## PERFIL APROXIMADO DE LA RUTA SUBIENDO A CERRO PEDROSO

2023-06-04 - Puerto de Aralla - Hoces del arrollo Palanco - Geras de Gordón; Nombre del track: Puerto de Aralla-Cerro Pedroso-Geras de Gordón  
 Alturas: Inicial: 1535.35m - Final: 1133.99m - Máxima: 1911.70m - Mínima: 1133.69m  
 Desnivel final-inicial: -401.36m - Máxima diferencia de cota: 778.01m  
 Ascenso acumulado: 423.73m - Descenso acumulado: 825.09m  
 Distancias: Sobre plano: 9.68km - Recorrida: 9.84 km - En ascenso: 3.05 km - En descenso: 6.63 km

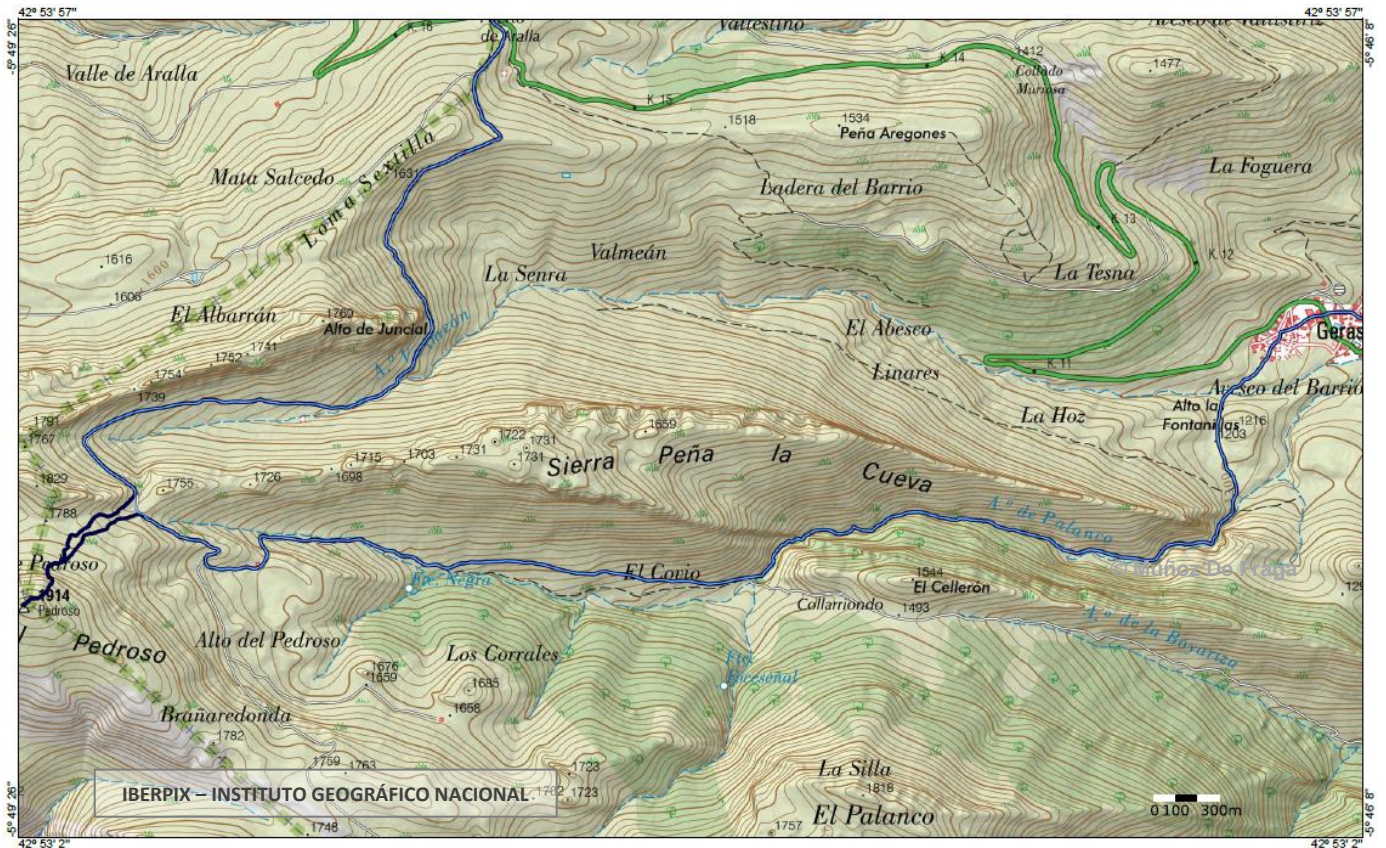
PROGRAMA PEFILES +  
GPS Visualizer





# BOLETÍN DE RUTAS

## MAPA DE LA RUTA



## MIDE

Información MIDE		Ruta:	Puerto de Aralla - Hoces de Palanco - Geras de Gordón
Horario efectivo según MIDE (tiempo estimado sin paradas):	3:10	Severidad del Medio natural	
Horario efectivo según experiencia GMSI (tiempo estimado sin paradas):	3:30	Hay más de un factor de riesgo	
Desnivel acumulado de subida (m):	255	Orientación en el Itinerario	
Desnivel acumulado de bajada (m):	655	Sendas o señalización que indica la continuidad	
Distancia horizontal (km):	9	Dificultad en el Desplazamiento	
Tipo de recorrido:	Travesía	Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares	
Época del año:	Tres estaciones	Cantidad de Esfuerzo necesario	
Año de valoración de riesgos:	2020	De 3 a 6 horas de marcha efectiva	
Pasos de escalada:	Ninguno	Pendiente de nieve (pendiente en grados):	
Metros de rápel:	Ninguno	Ninguna	
<b>Factores de riesgo contemplados en la valoración de la Severidad del medio (conforme al método MIDE):</b>			
Paso por lugares alejados a más de una hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta Exposición contrastada a picaduras de serpientes o insectos Riesgo de resbalamiento o caída en la senda. Senda con vegetación invasiva			
<b>Observaciones:</b>			
Ténganse en cuenta los documentos: "Recomendaciones para prevenir los riesgos en la montaña" y la normativa y estatutos del Grupo de Montaña San Ignacio, así como las indicaciones dadas en el boletín de ruta			



# BOLETÍN DE RUTAS

Información MIDE		Ruta:	Puerto de Aralla - Cerro Pedroso - Hoces de Palanco - Geras de Gordón	
Horario efectivo según MIDE (tiempo estimado sin paradas):	3:55		Severidad del Medio natural	3
Horario efectivo según experiencia GMSI (tiempo estimado sin paradas):	4:05		<i>Hay varios factores de riesgo</i>	
Desnivel acumulado de subida (m):	435		Orientación en el Itinerario	2
Desnivel acumulado de bajada (m):	825		<i>Sendas o señalización que indica la continuidad</i>	
Distancia horizontal (km):	11		Dificultad en el Desplazamiento	3
Tipo de recorrido:	Travesía		<i>Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares</i>	
Época del año:	Tres estaciones		Cantidad de Esfuerzo necesario	3
Año de valoración de riesgos:	2020		<i>De 3 a 6 horas de marcha efectiva</i>	
Pasos de escalada:	Ninguno		Pendiente de nieve (pendiente en grados):	Ninguna
Metros de rápel:	Ninguno			
<b>Factores de riesgo contemplados en la valoración de la Severidad del medio (conforme al método MIDE):</b>				
<p>Exposición en el itinerario a desprendimientos espontáneos de piedras provocados por el propio grupo u otro</p> <p>Paso por lugares alejados a más de una hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta</p> <p>Exposición contrastada a picaduras de serpientes o insectos</p> <p>Riesgo de resbalamiento o caída en la senda.</p> <p>Senda con vegetación invasiva</p> <p>-----</p>				
<b>Observaciones:</b>				
Ténganse en cuenta los documentos: "Recomendaciones para prevenir los riesgos en la montaña" y la normativa y estatutos del Grupo de Montaña San Ignacio, así como las indicaciones dadas en el boletín de ruta				

LEYENDA (para mejor comprensión del método MIDE se recomienda la lectura del documento "Manual MIDE")

<b>Medio</b> Severidad del medio natural	1	El medio no está exento de riesgos
	2	Hay más de un factor de riesgo
	3	Hay varios factores de riesgo
	4	Hay bastantes factores de riesgo
	5	Hay muchos factores de riesgo
<b>Itinerario</b> Dificultad de orientación en el itinerario	1	Caminos y cruces bien definidos
	2	Sendas o señalización que indica la continuidad
	3	Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales
	4	Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza
	5	La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear
<b>Desplazamiento</b> Dificultad en el desplazamiento	1	Marcha por superficie lisa
	2	Marcha por caminos de herradura
	3	Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares
	4	Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio
	5	Requiere pasos de escalada para la progresión
<b>Esfuerzo</b> Cantidad de esfuerzo necesario (Tiempo calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado)	1	Hasta una hora de marcha efectiva
	2	De 1 a 3 horas de marcha efectiva
	3	De 3 a 6 horas de marcha efectiva
	4	De 6 a 10 horas de marcha efectiva
	5	Más de 10 horas de marcha efectiva

## INFORMACIÓN GENERAL

- En las excursiones en que haya un número limitado de plazas tendrán preferencia los socios. Tendrán la condición de "socios" del Grupo de Montaña los que, en cada momento, tuvieran esa condición con respecto a la Asociación de Padres de Alumnos (APA) del Colegio San Ignacio.



# BOLETÍN DE RUTAS

- Para apuntarse, conforme a lo indicado en el boletín de ruta, hay que indicar la familia y el número y tipo de asistentes, además de un teléfono de contacto por si surgiese algún cambio en la programación de las rutas (también mediante comunicación por Whatsapp).
- En el caso de que haya más solicitudes que plazas, se podrá establecer una lista de espera por orden de inscripción para suplir las bajas o, cuando las circunstancias lo permitan y el exceso de inscripción alcance un número mínimo, contratar un autobús adicional.
- **Cuando los menores no participen acompañados de sus padres o tutores** deberán contar con la correspondiente **autorización** y figurar **inscritos con el adulto a cargo de los mismos** o bien poner esta circunstancia en conocimiento de los responsables de la excursión para quedar bajo su tutela.
- El calendario de excursiones está pensado para que pueda participar en él la mayor parte del alumnado. No obstante, se considera que **una persona que va a la montaña asume que ello implica un riesgo y por tanto tendrá que contar con las condiciones necesarias y dotarse del equipo para el desarrollo de la actividad**. El equipamiento es libre, pero son recomendables las **botas de montaña**, en especial, en épocas de lluvia o para recorrer terrenos irregulares. Dependiendo de la climatología, **chubasquero y/o anorak**, pantalones de agua, gorro/gorra, guantes, sin olvidarse del protector solar. Es muy conveniente llevar **ropa y calzado de repuesto**, que se pueden dejar en el autobús para, en caso de necesidad, hacer el viaje de regreso más cómodo y, en ocasiones, más seco.
- La alimentación a gusto y necesidades de cada uno. Algo de **fruta, chocolate o frutos secos** vienen bien para **reponer fuerzas** en alguna de las paradas. Es recomendable llevar la **cantimplora llena** desde casa por si no encontrásemos fuentes para el aprovisionamiento de agua.
- Se ruega puntualidad a la hora de la salida, para poder aprovechar el día y regresar a Oviedo a una hora “prudente”.
- Las carreteras de montaña pueden provocar en personas propensas algún que otro mareo que, según el caso, podrán prevenirse con fármacos apropiados u otros remedios como sentarse en la parte delantera del autobús, no ir excesivamente abrigado, etc.
- Se encuentran a disposición de los participantes las **normas y estatutos que regulan la actividad del Grupo de Montaña**. Cualquier sugerencia se puede realizar a través de los cauces habituales del colegio o en la dirección de correo de la **APA**. En la **Junta Directiva** estamos a vuestra disposición para cualquier consulta o duda que necesitéis resolver.
- **Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales**. Las personas que participan en las actividades del Grupo de Montaña / Andarines, del APA del Colegio San Ignacio, consienten de forma voluntaria, con su participación en dichas actividades, que las imágenes tomadas durante el desarrollo de las jornadas programadas, de ellos mismos, o de los menores a su cargo, podrán ser utilizadas para promocionar estas iniciativas (y solo para este fin) a través de los siguientes medios:
  - Asociación Padres de Alumnos: Página web / Facebook / Instagram / Revista Naguar
  - Colegio San Ignacio: Página Web / Facebook / SIP

Así mismo los datos recabados (Nombre y Apellidos, Teléfono, Email), serán utilizados en el desarrollo de la actividad a fin de optimizar su organización (Grupo WhatsApp para indicaciones, mail recomendaciones última hora, cambio en la programación o su horario, etc.).

No obstante, y conforme a lo establecido en Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, cualquier persona en defensa de sus derechos legalmente reconocidos, pueden revocar esta cesión de manera verbal el día que se desarrolle la actividad (manifestando su derecho a que su imagen no sea compartida) o mediante correo electrónico a la dirección [info@apasanignacio.es](mailto:info@apasanignacio.es).

José Eduardo Muñoz de Fraga (Presidente) Tfno. **639 14 46 93**

José María Duque Alcorta (Vicepresidente) Tfno. 652 73 78 19

Fernando Braña Fernández (Vocal) Tfno. 645 78 12 43

Roberto Prieto Portugués (vocal) Tfno. 620 96 14 70