



Oxigénate

12 de Mayo... MARAÑA/LAGUNA MAMPODRE/ACEBEDO

INFORMACIÓN ÚTIL

ANTES DE INICIAR LA RUTA;

La salida será a las 8:30 de Veguellina de Orbigo (Plaza España) y partiremos dirección Maraña que será nuestro punto de partida en la ruta, pero antes haremos como es habitual una parada para café y baño, en este caso en Cistierna.

La parada prevista tendrá lugar en el Café-Hostal EL CRUCE (ya están avisados de nuestra llegada) en esta ocasión pararemos los dos buses en el mismo bar, porque tienen varios baños que como bien sabéis es donde se puede producir el retraso en la parada.

Importante tener en cuenta que esta ruta nos llevará bastante tiempo llegar al punto de inicio (Maraña) y por tanto comenzaremos a caminar relativamente tarde, con lo cual nos exigirá comer en plena ruta y eso implica que DEBEMOS llevar bocata o lo que estiméis oportuno, pero en todo caso tener en cuenta que pararemos a comer en plena ruta.

REALIZACIÓN DE LA RUTA;

Estamos ante una ruta con **muy poca exigencia física** y mucha recompensa, porque los paisajes son espectaculares.

Una vez dicho esto y entrando en el análisis de la ruta Maraña/Laguna de Mampodre/Acebedo, debemos dividirla principalmente en 3 partes;

Primera Parte (3kms)....que es la distancia que tenemos desde Maraña hasta la Laguna de Mampodre, esta parte inicial es de ligera ascensión, pero de fácil realización, porque discurre por un camino que no tiene ninguna exigencia técnica y nos llevará a la Laguna de Mampodre, donde realizaremos una pequeña parada para reponer fuerzas con fruta, chocolate o algo de frutos secos y por supuesto aprovecharemos también para realizar fotos de la laguna y de la majestuosidad del macizo que rodea a dicha laguna, donde destaca sobre todo el pico Mediodía y por supuesto el pico Mampodre, ambos por encima de los 2.000mts de altitud.

Segunda Parte (1,5kms)....una vez que hayamos tomado varias fotos de la laguna y su entorno, cruzaremos el collado que nos permitirá asomarnos al valle de Cosalines y disfrutar de su inmensidad, hasta llegar a las proximidades de la majada de Cosalines, que será el lugar elegido para hacer la parada mas larga para la comida.

Tercera Parte (4,5kms)....Esta tercera parte discurrirá por el fondo del valle de Cosalines y nos llevará en leve descenso hasta el pueblo de Acebedo, que es el final de ruta y donde estarán los buses esperándonos.

DESPUES DE LA RUTA;

Una vez finalizada la ruta partiremos hacia la localidad de Lario y haremos una parada en dicha localidad para visitar la CASA DEL PARQUE DE VALDEBURÓN, que a pesar de estar cerrada los Domingos por la tarde, tendrán el detalle de abrir solo para nosotros y explicarnos su exposición y ponernos un pequeño video que nos dará una idea mas exacta del Parque.... destacar además que harán este esfuerzo de forma gratuita. (la entrada será **GRATIS**)

REGRESO Y FIN DE JORNADA;

La salida prevista y regreso desde Lario, está prevista a las 17 horas aproximadamente y regresaremos ya sin paradas a nuestro lugar de origen.

RECOMENDACIONES PARA LA RUTA;

Aconsejable en cuanto a ropa , llevar por si acaso nos mojamos los pies calzado de recambio y en cuanto a comida aconsejable fruta, chocolate o frutos secos y **OBLIGATORIO** bocata u otra alternativa, pero tened en cuenta que se comerá en plena ruta, porque aunque aceleremos mucho al grupo para finalizar a la hora de comer, en Acebedo no hay opción de restaurantes (solo un pequeño bar) y en Lario solo hay un restaurante (La Era) pero está completo desde hace muchas semanas por que coincidimos con la celebración ese día de una carrera de montaña en dicha localidad y Riaño nos queda excesivamente lejos para llegar a comer, así que por favor **QUE NADIE OLVIDE EL BOCATA.**

TELEFONO DE INSCRIPCIÓN Y POSIBLES DUDAS..... **620 820 704 (José Manuel).**