ÍNDICE

LOS AUTORES 6
PRESENTACIÓN 7
INTERPRETACIÓN DE LA GUÍA 8
SENDERISMO EN FAMILIA 11
PECULIARIDADES DEL RELIEVE ASTURIANO 13
MAPA GENERAL 14

EXCURSIONES

PARQUE NACIONAL PICOS DE EUROPA 17
1. Olla de San Vicente 18
2. Beyu Pen 20
3. Lagos de Covadonga 22
4. Senda de la Jocica 24
5. Mirador de Ordiales 26
6. Bulnes 28
7. Vega de Ario – Pico del Jultayu 30
8. Foces del río Casaño 32

PARQUE NATURAL DE SOMIEDO 35
9. Lago del Valle 36
10. Lagos de Saliencia 38
11. Braña de la Pornacal 40
12. Braña de Mumián 42
13. Brañas de Saliencia 44

PARQUE NATURAL LAS UBIÑAS – LA MESA 47
14. Vega de Meicín 48
15. Hayedo Montegrande y cascada del Xiblu 50

PARQUE NATURAL DE REDES 53
16. Majada de Valdebezón 54
17. Desfiladero de los Arrudos 56
18. Ruta del Alba 58
19. Tabayón del Mongallu 60

RESERVA DE LA BIOSFERA RÍO EO, OSCOS Y TERRAS DE BURÓN 63
20. Ruta de A Seimeira 64
21. Ruta del Agua 66

PARQUE NATURAL DE LAS FUENTES DE NARCEA, DEGAÑA E IBIAS 69
22. Bosque de Muniellos 70

PARQUE NATURAL DE PONGA 73
23. Valle de Ponga 74
24. Bosque de Peloño 76

VALLE DEL TRUBIA 79
25. Desfiladero de las Xanas 80
26. Cascadas de Guanga 82
27. Puertos de Marabio 84
28. Senda del Oso 86

VALLE DE ALLER 89
29. Cascada del Xurbeo 90
30. Foces del Pino 92

COSTA OCCIDENTAL 95
31. Cascadas de Oneta 96
32. Hoces del Esva 98
33. Cabo Busto 100
34. Cabo Blanco 102

COSTA CENTRAL 105
35. Cabo Peñas 106
36. Senda Luanco, Moniello, Bañugues 108

COSTA ORIENTAL 111
37. Senda costera playa La Griega – La Isla 112
38. Acantilados del Infierno 114
39. Pico Pienzu 116
40. El Camín Encantáu 118

ANEXO: MAPAS DE LAS EXCURSIONES 120