



**Puente Miera – GR. 105 Ruta de las peregrinaciones – Zaramal – La Focella – El Felguerón – La Llama – Carbayal – Collado de las fuentes – Pico Cerisco (926) – La Llama – Albergue Cavadeal – Les Praeres – Varallonga (865) – Mayau Pastor – Les Vueltas PR: 45 – Puente Pendón – Foces del río Pendón – Collado Fornos – La Corba - El Empalme Nava**

MapaT.N.1:25.000: (54-I y 30-III)

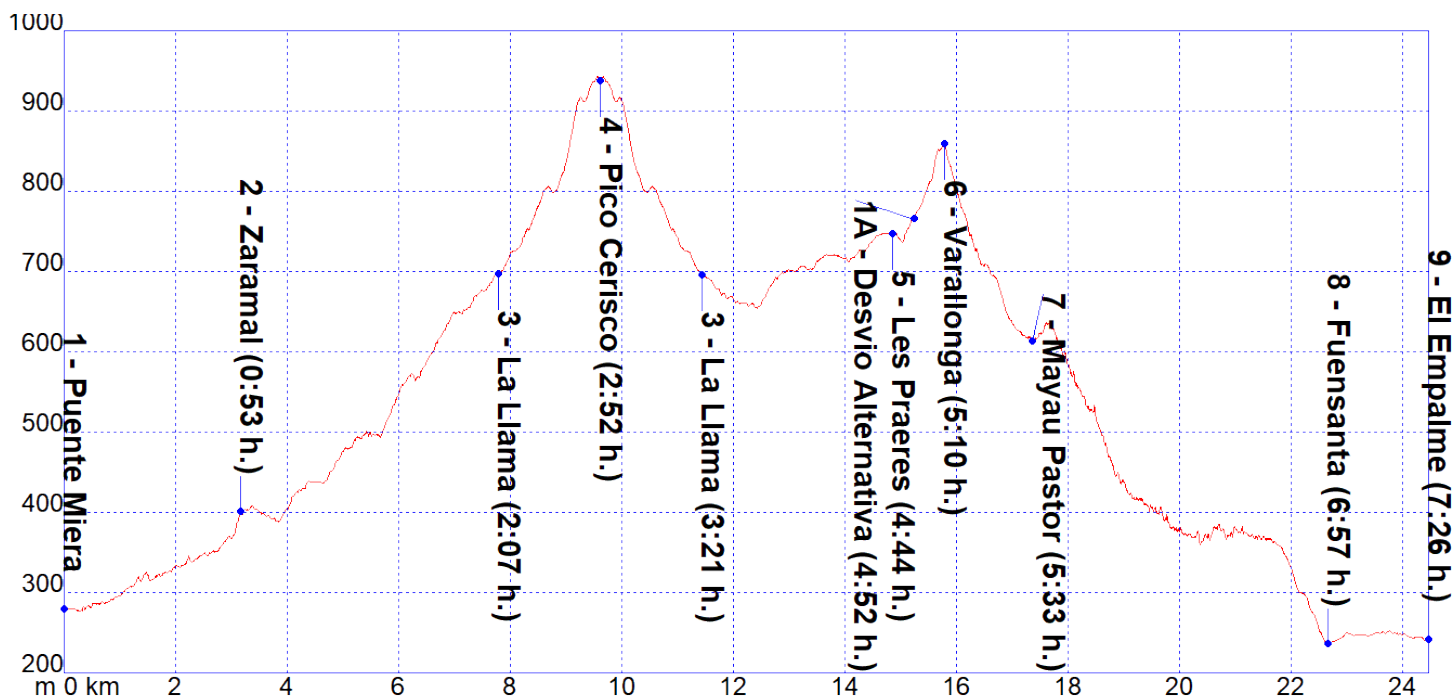
Datun European 1950

Concejo: Piloña / Nava (Asturias)

Partimos de **Puente Miera (1)** cruzando el Río Marea siguiendo el **GR. 105** hasta llegar al **punto (2) cerca de Zaramal**, aquí la pista se divide, nosotros seguimos hacia la derecha continuando por el GR. 105 hasta llegar a **La Llama (3)**, **aquí abandonamos el GR. Para seguir por una pista que sale a la derecha** hasta llegar a su final para a continuación ascender al **Pico Cerisco (4)**.

El descenso lo realizamos volviendo de nuevo al punto **La Llama (3)** y continuando por el GR. Llegamos a **Les Praeres (5)**, aquí descendemos un poco paralelos a la carretera hasta bajar a una cerrada curva de la carretera donde acometemos la subida al **Pico La Varallonga (6)**, al principio ascendemos por unos senderos hasta salir a un camino por el que continuamos hacia la izquierda hasta llegar a un collado desde el cual sin problema ascendemos a La Varallonga.

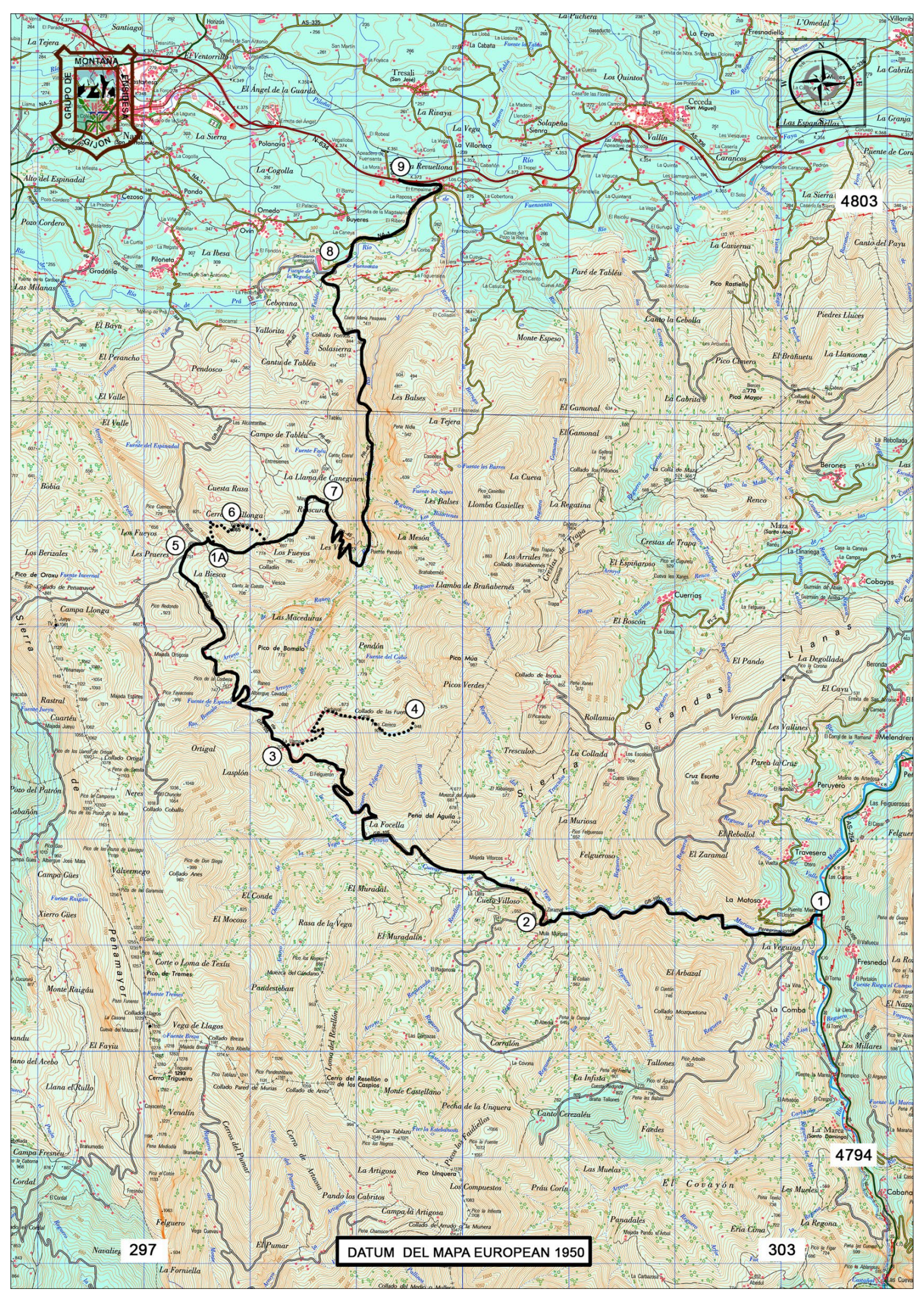
**El descenso lo realizamos hacia el “E”** sin sendero definido pero fácil de progresar hasta bajar a un sendero por el que continuamos hacia la izquierda hasta llegar al **Mayau Pastor (7)** donde llega una pista, en este punto seguimos por el camino que asciende un poco con dirección **“SE”** para comenzar el descenso; este camino tras varias revueltas nos baja al **Río Pendón** donde continuamos por el **PR. 45** que baja acompañando un tramo al río y nos lleva al **Balneario de Fuensanta (8)** y desde aquí ya por carretera llegamos al final del recorrido en **El Empalme (9)**.



**ACTIVIDAD - ALTERNATIVA**

La actividad alternativa va junto con la actividad principal, pero sin subir al Pico Cerisco hasta llegar al **punto (1A) situado en la base del Pico La Varallonga** y bordeando el pico llega a enlazar de nuevo con la actividad principal y continúa con ella hasta el final.

Datos Ruta	Subida Acumulada	Bajada Acumulada	Distancia km.	Tiempo
Principal	849 m.	881 m.	25,7	7:26 horas
Alternativa	496 m.	528 m.	21,5	5:53 horas



DATUM DEL MAPA EUROPEAN 1950

297

303

4794

4803