



R A N D O N N É E E T C Y C L O T O U R I S M E

Cantabrie



Cantabria
Infinita

SOMMAIRE

Introduction	3
Chemin de Saint-Jacques par la côte	4
Chemin de Liébana.....	6
Localisations.....	8-9
CÔTE CENTRALE:	
Chemin de la Côte nord de Santander.....	10
Chemin voie verte de Villaescusa	12
TRASMIERA:	
De Somo à Langre par la côte	14
Chemin des Marais de Joyel	16
Mont Buciero	18
ASÓN - AGÜERA:	
Chemin du Pic Cerredo	20
Chemin du Pic Candiano.....	22
Chemin des grottes de Ramales.....	24
Chemin de Valdeasón.....	26
VALLES PASIEGOS:	
Piste cyclable de San Vicente de Toranzo	28
Vallée de Yera et Vega de Pas	30
Sierra de Somo	32
LIÉBANA:	
Chemin de Piasca - Santo Toribio	34
Vallée de Valdebaró	36
Chemin de Lloroza et les Cols d'Áliva.....	38
BESAYA:	
Chemin du Mont Tejas.....	40
Chemin de la Vallée d'Anievas.....	42
Voie romaine de Cildá.....	44
Chemin du Pic Jano.....	46
CAMPOO ET VALDERREDIBLE:	
Chemin des Menhirs de Valdeolea	48
Chemin du Pic Tresmares.....	50
Chemin du Mont Hijedo	52
SAJA-NANSA:	
La Vallée de Peñarrubia	54
Chemin du Mont Corona	56
Monts d'Ucieda	58
San Sebastián de Garabandal.....	60
RÈGLES PRINCIPALES ET SIGNALISATION	62
Renseignements utiles	63

RANDONNÉE ET CYCLOTOURISME CANTABRIE

Edita: Gobierno de Cantabria (Sociedad Regional Cántabra de Promoción Turística, S.A. CANTUR)

Diseño y maquetación: © C&C Publicidad, S.A.

Fotografía: Archivo C&C Publicidad

y (Sociedad Regional Cántabra de Promoción Turística, S.A. CANTUR)

Texto: © C&C Publicidad, S.A.

Imprime: Artes Gráficas J. Martínez

Depósito legal: SA 527-2019

Impreso en España 2019



C H E M I N S

D E R A N D O N N É E

à partager

Une étude de la Fédération espagnole des sports de montagne indique que quatre millions d'Espagnols, à savoir 10% de la population, pratiquent « régulièrement » la randonnée. Dans d'autres pays, ils sont plus nombreux encore –Allemagne, 40 millions, France, 15 millions...–.

Bienvenue en Cantabrie. Une région dans laquelle les « randonneurs habituels » trouveront une infinité de possibilités, et où les « randonneurs occasionnels » ... peuvent trouver le moment et le lieu idéal pour commencer ou reprendre cette façon saine et durable de profiter du paysage.

Avec notre climat, qui n'est jamais excessivement chaud, et notre relief, qui n'est jamais monotone, parcourir des chemins en pleine nature devient un plaisir à la fois simple et extraordinaire.

Posez un pied, puis l'autre et marchez. Réglez votre selle, accrochez votre casque et pédalez. Et n'oubliez pas de boire et de laisser le chemin au moins aussi propre que vous l'avez trouvé !

Des chemins à partager, à la portée de tous.

CHEMIN DE SAINT-JACQUES

par la côte

Description : Chemin qui traverse la Cantabrie d'est en ouest, en longeant la côte et en traversant les principaux villages côtiers. La randonnée permet d'admirer de nombreux exemples d'architecture, notamment religieuse, et également de découvrir quelques-uns des plus beaux villages d'Espagne. Les contrastes entre les verts et les bleus sont à l'honneur tout le long du chemin.



DISTANCE	166 km.
DURÉE APPROX.	9 jours, en neuf étapes
DÉNIVELÉ	Non appréciable
DIFFICULTÉ	Aucune

Itinéraire : La limite territoriale entre la Cantabrie et le Pays basque à El Haya de Ontón est le point de départ de ce chemin, qui traverse la Cantabrie d'est en ouest. Après être montés par le Canal de Baltezana, l'Alto de Helguera et avoir traversé les forêts d'Otañes, nous arrivons à Castro Urdiales, en y accédant par la Plage de Brazomar. Dans cette localité, nous pouvons admirer son ensemble architectural médiéval, notamment son église gothique, son port et sa vieille ville. Le chemin continue vers Laredo, avec des sites naturels d'une grande beauté le long de son itinéraire, tels que la ria d'Oriñón, qui nous obligera à remonter jusqu'à El Pontarrón pour pouvoir la traverser.



A silhouette of a person wearing a hat and holding a walking stick, standing against a bright sunset. In the background, a city skyline is visible across a body of water, with a prominent tower or spire. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow.

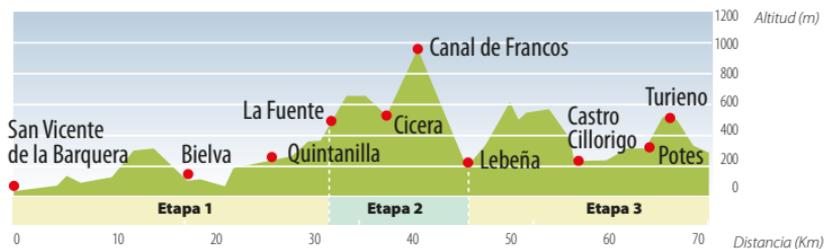
À Laredo, nous prenons le bateau qui traverse la baie vers Santoña, en profitant du paysage naturel du Mont Buciero et de ses deux phares : Faro del Caballo et Faro del Pescador.

Une fois à terre, nous traversons la ville en direction de la plage de Berria. À la fin de celle-ci, nous passerons le mont Brusco pour atteindre l'immense étendue de sable de Noja, ville touristique très prisée. À travers Castillo et Meruelo, le chemin nous mènera jusqu'à l'église romane de Santa María de Bareyo, magnifique exemple d'art roman de bord de mer. Nous continuerons ensuite vers Güemes avec la montée du col d'Ajo. De Güemes, nous continuons vers Somo en traversant Galizano et de là, nous prenons un bateau qui traverse la baie jusqu'à Santander. La ville de Santillana est la prochaine destination de ce chemin. Pour cela, nous traversons la capitale de Cantabrie à la recherche de la N-611, direction Ojáz-Peñacastillo, jusqu'à arriver à Boo de Piélagos, Puente Arce, Miengo et Cudón, en longeant la côte jusqu'à arriver à Requejada. Nous continuons jusqu'à Barreda où nous traversons le fleuve Saja en direction de Camplengo pour accéder ensuite au pied de l'Église collégiale de Santillana del Mar, à deux kilomètres de l'emblématique Musée d'Altamira. Nous mettons le cap sur Comillas, ville moderniste, en traversant Oreña et Cóbreces.

L'itinéraire du Chemin de Saint-Jacques par la côte se poursuit jusqu'à San Vicente de la Barquera, point auquel nous arrivons en traversant la Ria de la Rabia, ce trajet nous fait profiter d'un paysage naturel offrant d'impressionnants contrastes, de verts et de bleus, avec d'immenses étendues de plage telles que Gerra et le Merón ou le massif des Picos de Europa. Unquera, limitrophe avec les Asturies, village auquel nous arrivons par La Acebosa, Serdio et Pesués, est la fin du chemin en Cantabrie.

CHEMIN de Liébana

Description : Chemin qui va de la côte vers l'intérieur, en permettant de découvrir l'un des paysages les plus beaux et les plus abrupts de la Communauté autonome, les Picos de Europa. La destination de ce chemin, le Monastère de Santo Toribio de Liébana, se trouve enclavée en plein massif, et entourée de magnifiques montagnes.



DISTANCE	72 km.
DURÉE APPROX.	3 jours, en trois étapes
DÉNIVELÉ	À partir du niveau de la mer, il atteint les 940 m. pour finir à 500 m.
DIFFICULTÉ	Intermédiaire



Itinéraire : La destination du chemin est le Monastère de Santo Toribio de Liébana qui, avec Jérusalem, Rome, Saint-Jacques de Compostelle et Caravaca de la Cruz, est l'un des cinq lieux du Christianisme où il est possible d'obtenir le Jubilé par le pèlerinage, car il héberge le « Lignum Crucis », le fragment le plus grand de la Croix du Christ. C'est la raison pour laquelle, lorsque la fête de Saint Thoribe est un dimanche, les fidèles viennent pour gagner le Jubilé.

San Vicente de la Barquera, point en commun avec le Chemin de Saint-Jacques par la côte, est le point de départ de ce chemin. Quittant cette ville, nous nous dirigeons vers La Acebosa, pour entrer dans la localité de Herrerías et parcourir Gandarilla, Bielva et Cades, avec sa forge. Nous continuerons notre chemin jusqu'à Quintanilla, avec des vestiges d'art roman rural, sur le chemin menant à Cicera et au Canal de Francos, qui nous fait entrer dans la région de Liébana. La bienvenue nous est donnée par l'église mozarabe de Santa María de Lebeña et Cillorigo, Tama et Ojedo, avant d'arriver à Potes, la capitale de la région et l'un des pôles touristiques les plus importants de Cantabrie.

C'est à deux kilomètres de Potes, en direction de Turieno, que se trouve notre destination finale : le Monastère de Santo Toribio de Liébana. We are about to reach our final destination. Two kilometres away from Potes, going towards Turieno, we finally arrive at the monastery of Santo Toribio de Liébana.



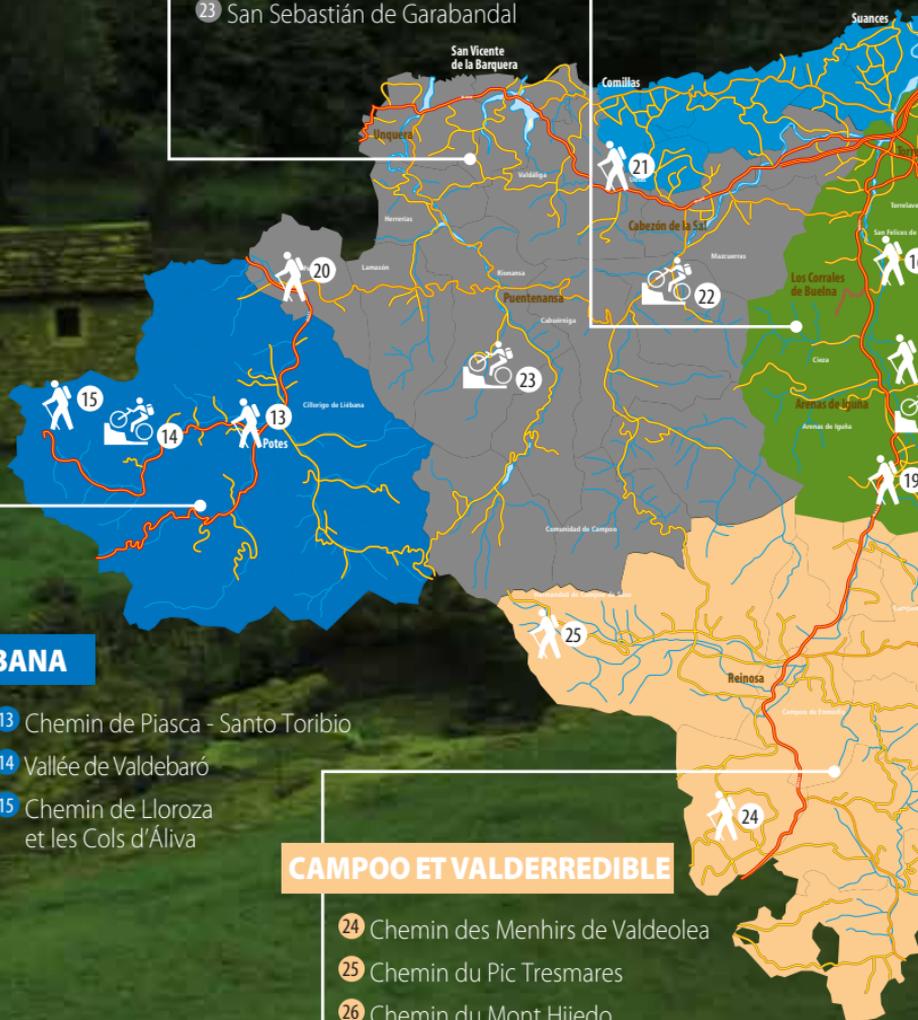
LOCALISATION SUR LE PLAN

SAJA NANSA

- 20 La Vallée de Peñarrubia
- 21 Chemin du Mont Corona
- 22 Monts d'Ucieda
- 23 San Sebastián de Garabandal

BESAYA

- 16 Chemin du Mont Tejas
- 17 Chemin de la Vallée d'Anieva
- 18 Voie romaine de Cildá
- 19 Chemin du Pic Jano



LIÉBANA

- 13 Chemin de Piasca - Santo Toribio
- 14 Vallée de Valdebaró
- 15 Chemin de Lloroza et les Cols d'Aliva

CAMPRO ET VALDERREDIBLE

- 24 Chemin des Menhirs de Valdeolea
- 25 Chemin du Pic Tresmares
- 26 Chemin du Mont Hijedo

CÔTE CENTRALE

- 01 Chemin de la Côte nord de Santander
- 02 Chemin Voie verte de Villaescusa

TRASMIERA

- 03 De Somo à Langre par la côte
- 04 Chemin des Marais de Joyel
- 05 Mont Buciero

ASÓN-AGÜERA

- 06 Chemin du Pic Candiano
- 07 Chemin du Pic Cerredo
- 08 Chemin des Grottes de Ramales
- 09 Chemin de Valdeasón

VALLES PASIEGOS

- 10 Piste cyclable S. Vicente de Toranzo
- 11 Vallée de Yera et Vega de Pas
- 12 Sierra de Somo



RANDONNÉE



CYCLOTOURISME

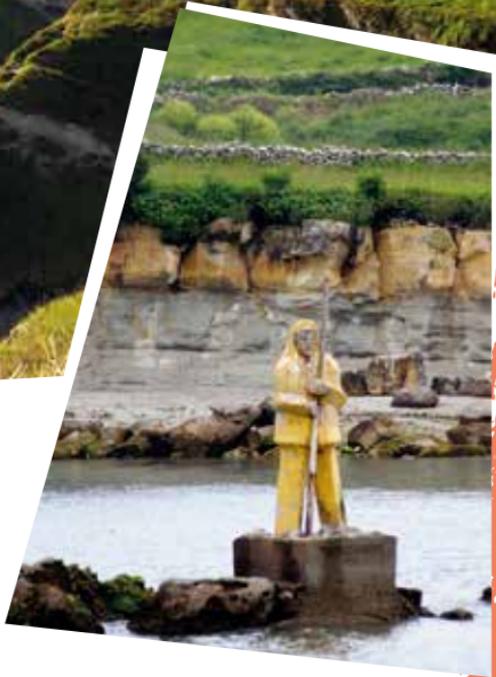


CHEMIN DE LA CÔTE NORD

de Santander



DISTANCE	7,5 km.
DURÉE APPROX.	2 heures
DÉNIVELÉ	Environ 100 m. de montées et de descentes
DIFFICULTÉ	Aucune jusqu'à Matalaías. À partir de là, il y a quelques descentes prononcées et il peut y avoir de la boue sur certains tronçons



Description : La localité de Santander occupe un vaste espace côtier avec trois zones bien délimitées : la baie, l'anse d'El Sardinero et la côte nord. Cette dernière zone est celle que nous allons parcourir avec un chemin qui part de la Segunda Playa d'El Sardinero en direction de Cabo Mayor.

Itinéraire : Le chemin commence à la fin de la Segunda Playa d'El Sardinero, d'où part un escalier qui monte vers Cabo Menor jusqu'à arriver à un chemin en dalles qui longe la falaise, le parc et le terrain de golf de Matalañas, jusqu'à arriver à la plage mi-sauvage du même nom. En suivant la route, nous arrivons à Cabo Mayor, où se trouve le phare de Santander et qui offre de larges vues dégagées de la côte nord abrupte de la municipalité, avec de nombreuses falaises et de grandes prairies. Au départ du phare, le chemin s'estompe légèrement et descend parallèlement aux falaises en offrant une extraordinaire vue panoramique sur tout l'itinéraire. Il passe près d'une petite anse et entame une montée pour arriver ensuite à un pont connu sous le nom de 'Puente del Diablo' qui était il y a encore quelques années une passerelle naturelle d'origine karstique et l'un des emblèmes de cette zone de la ville. L'érosion a eu raison de ce monument naturel. Nous continuons notre marche jusqu'à arriver à hauteur du bâtiment du Centre Météorologique de Cantabrie. Le chemin se poursuit parallèlement à la côte jusqu'à arriver au Panthéon de l'Anglais, où il pénètre dans une espèce de labyrinthe rocheux, pour mener ensuite à travers des prairies jusqu'à la plage d'El Bocal. Le chemin continue parallèlement à la mer jusqu'à la batterie côtière de San Pedro, puis à La Maruca, où se termine l'itinéraire.

CHEMIN VOIE VERTE

de Villaescusa



DISTANCE	8 km.
DURÉE APPROX.	2 heures
DÉNIVELÉ	60 m.
DIFFICULTÉ	Aucune



Itinéraire : Ce chemin, qui suit le tracé des anciennes voies du chemin de fer parcourt le tronçon entre Astillero et le Parc de la Nature de Cabárceno, l'un des attraits touristiques les plus importants de Cantabrie.



L'excursion peut être réalisée à pied ou à vélo car c'est un chemin très plat, il part de la zone de La Cantábrica, dans la localité d'El Astillero, et prend l'embranchement qui traverse la ria de Solía à travers un pont métallique. La tradition minière de la zone est à l'origine de la couleur rougeâtre de ses eaux.

À ce point, nous aurons accédé à la localité de Villaescusa.

Liaño est le premier village que nous traversons, puis le chemin entre dans un environnement plus rural et plus tranquille, dominé par le pic le plus haut de la zone, le massif de Peña Cabarga. À un peu plus de 3 kilomètres, nous traversons le

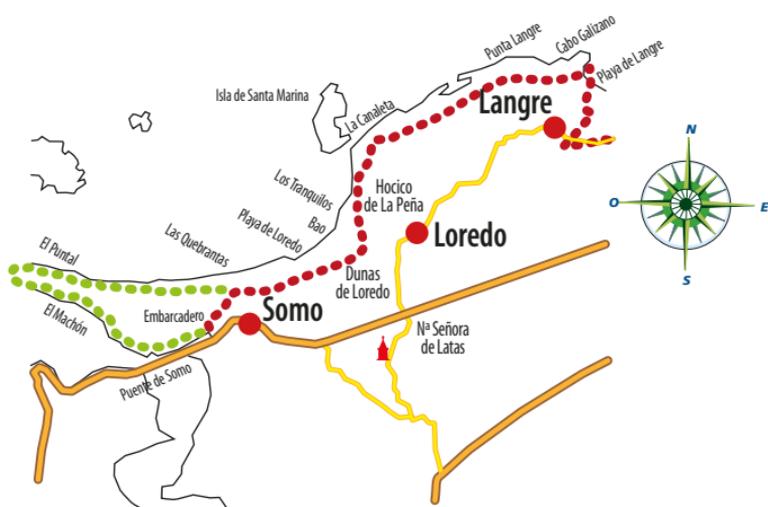
village de La Concha par le centre pour reprendre la voie verte qui nous conduira directement au Parc de la Nature de Cabárceno. Avec des animaux provenant des cinq continents distribués dans des espaces de grandes dimensions dans des conditions de semi-liberté, le parc tente de représenter l'habitat d'origine de chaque espèce, en favorisant son adaptation et sa reproduction.





DE SOMO À LANGRE

par la côte



DISTANCE	6,5 km.
DURÉE APPROX.	1 heure et 45 minutes.
DÉNIVELÉ	220 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Rare, uniquement prononcée lors de la descente à la plage de Langre



Description : Sur la côte est de Cantabrie, cette promenade s'étend entre Somo et Langre par la côte de Ribamontán al Mar, en traversant la plage El Puntal-Somo-Loredo et l'île de Santa Marina.

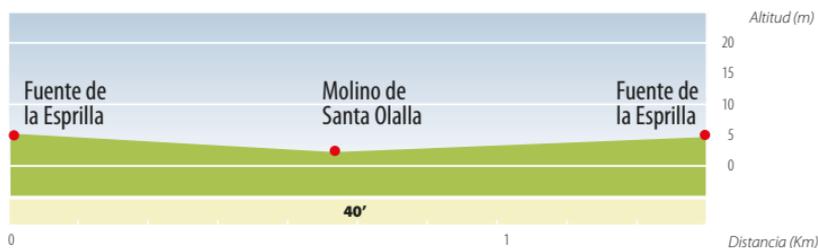
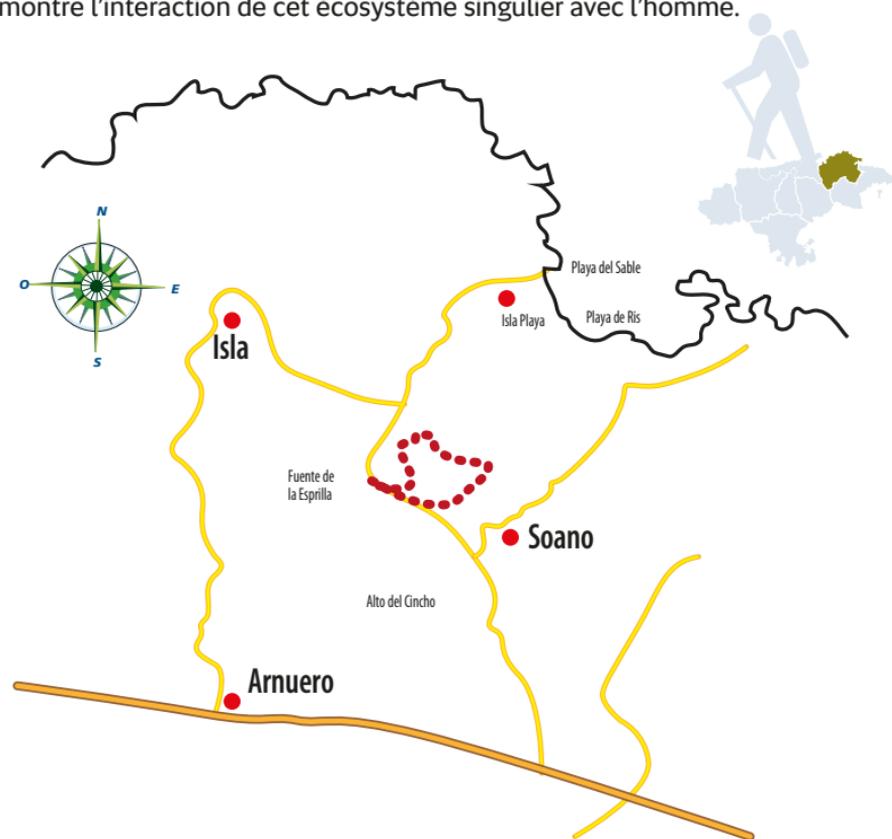
Itinéraire : La marche commence à l'embarcadère de Somo, auquel il est possible d'arriver en bateau depuis Santander. Nous traversons le village jusqu'à atteindre la plage. Une fois que nous y sommes, nous devons nous diriger vers la droite, en direction de l'est, jusqu'à Loredo. Là, nous devons traverser le petit ruisseau de Castanedo. C'est à partir de là que commencent à apparaître sur le chemin les premiers rochers, il est donc recommandé d'emprunter le sentier qui passe entre les dunes qui longent la pinède pour descendre ensuite à la plage du Bao. Il faut traverser de nouveau un ruisseau et monter le long d'un large chemin qui mène au parking de la plage de Los Tranquilos, situé en face de l'île de Santa Marina, qui est la plus grande du littoral de Cantabrie. Ensuite, le chemin passe par de hautes falaises qu'il faut longer en prenant garde à ne pas trop s'approcher du bord. Nous arriverons bientôt au mirador de Llaranza, qui offre une image spectaculaire de la bravoure de la mer Cantabrique. Lorsque nous continuerons, nous verrons la belle plage de Langre. Un chemin longe le bord de la falaise et il y a un escalier qui descend jusqu'à la plage.



CHEMIN DES

Marais de Jovel

Description : Intégré au sein de la zone humide la plus importante du nord de l'Espagne, le Parc naturel des Marais de Santoña, Victoria et Jovel, et à l'intérieur du Parc écologique de Trasmiera, le chemin à travers les Marais de Jovel nous fait pénétrer dans un espace aquatique rempli de vie et nous montre l'interaction de cet écosystème singulier avec l'homme.

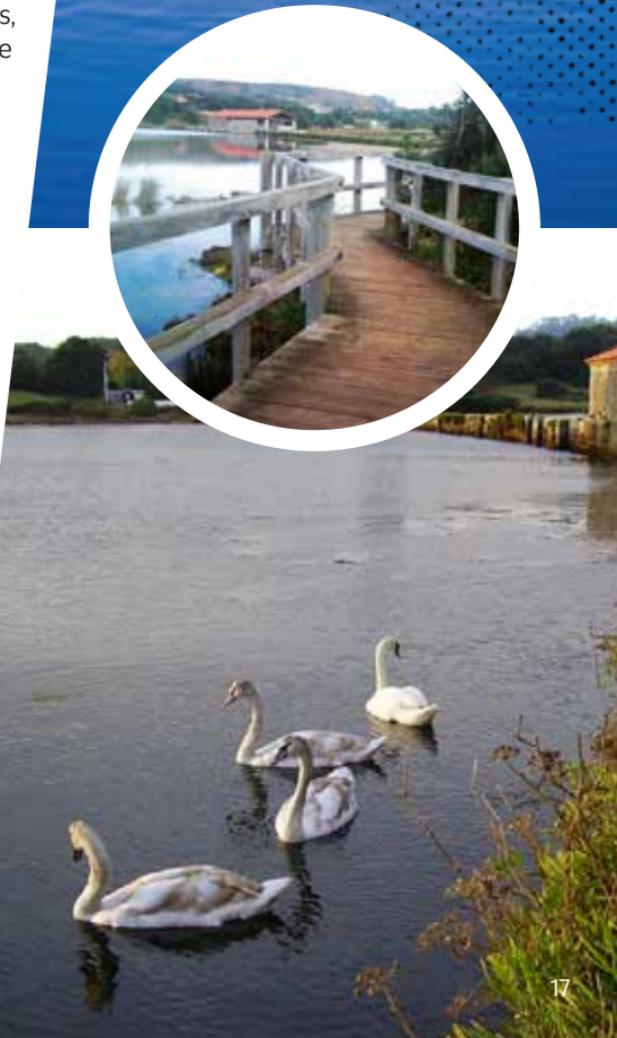


DISTANCE	1,5 km.
DURÉE APPROX.	40 minutes
DÉNIVELÉ	Non appréciable
DIFFICULTÉ	Aucune

Itinéraire : Il est circulaire et part de la Fuente de la Esprilla, une source d'eau douce qui alimente une partie des lagunes de cette zone. Nous empruntons une piste vers le marais à travers un chemin entouré de végétation de berges telle que les lauriers, les arbousiers ou les chênes verts de littoral et qui borde les lagunes d'eau douce et salée hébergeant toute l'année une riche avifaune propre au marais telle qu'anatidés, limicoles ou ardéidés. Entre roseaux et joncs, le chemin arrive au moulin à marée de Santa Olaja, une bâtisse restaurée qui montre l'ancien métier de la mouture qui était réalisé à l'aide d'un système hydraulique qui utilisait la force des marées, tel que cela se faisait au XVIIIe siècle.

Le chemin se poursuit entre les digues et à travers des passerelles qui franchissent des bras de marais et quelques prairies, et nous arrivons à la lagune où nous avons commencé le chemin, mais par la rive opposée.

Selon l'époque de l'année où nous réaliserons cette excursion, le type de faune que nous allons rencontrer changera significativement. Ces estuaires sont des zones de passage pour les oiseaux migrateurs, c'est la raison pour laquelle en hiver ceux-ci doublent leur population habituelle.

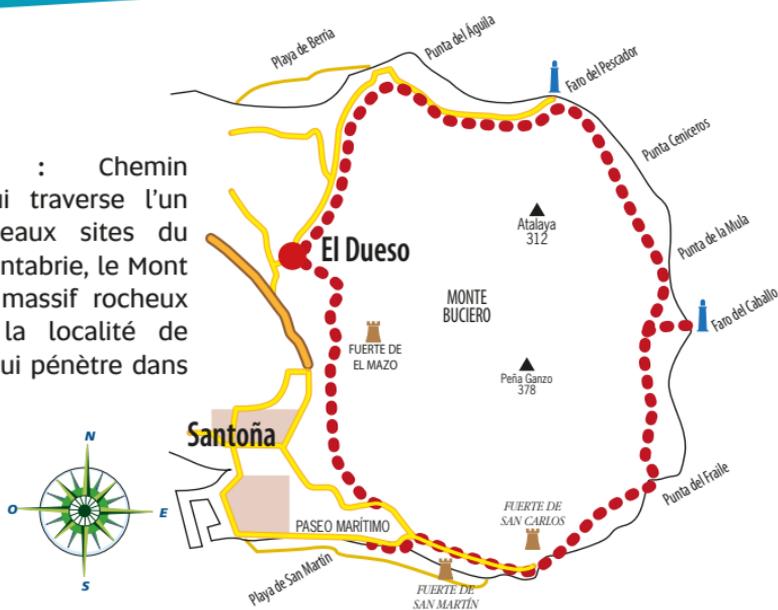




MONT

Buciero

Description : Chemin circulaire qui traverse l'un des plus beaux sites du littoral de Cantabrie, le Mont Buciero, un massif rocheux situé dans la localité de Santoña et qui pénètre dans la mer.



DISTANCE	10 km.
DURÉE APPROX.	3 heures et demie
DÉNIVELÉ	Environ 500 m. cumulés en montées et descentes
DIFFICULTÉ	Intermédiaire. La descente et la montée ultérieure des escaliers au Faro del Caballo peuvent s'avérer compliquées pour les personnes souffrant de vertige ainsi que pour les enfants.



Itinéraire : Le chemin part de la promenade maritime de Santoña, ou fin du Passage, où nous prenons des escaliers qui passent derrière le fort San Martín. À la première bifurcation, il faudra prendre le chemin de droite, et ignorer la seconde, en continuant

jusqu'à arriver à un sentier

montant à travers un paysage de plus en plus boisé,

dominé par les chênes verts, les arbusiers, les lauriers et les aubépines. Après être arrivés en haut, nous descendrons par autre sentier jusqu'à un endroit appelé croisement de chemins. Là, nous prendrons la direction de droite et nous trouverons bientôt la porte d'accès aux 760 marches qui descendent jusqu'au Faro del Caballo. Après l'avoir visité, nous revenons au chemin précédent et nous continuons jusqu'au Faro del Pescador, et nous poursuivons jusqu'à pouvoir apercevoir la plage de Berria et le centre pénitentiaire d'El Dueso. Nous accédons ultérieurement au quartier portant ce même nom. Après avoir traversé un parc et un terrain de sport, nous suivons le chemin de gauche jusqu'au Fort du Mazo, également connu sous le nom de « Fort de Napoléon », du haut duquel les vues des Marais de Santoña et sa ville sont magnifiques.

CHEMIN

du Pic Cerredo



Description : Tout près de la localité de bord de mer de Castro Urdiales, nous trouvons le Pic Cerredo, un massif calcaire, du haut duquel on peut admirer d'impressionnantes vues de la côte cantabrique.



Itinéraire : Le chemin part du village d'Allendelagua en prenant une piste étroite goudronnée jusqu'à arriver à une plantation d'eucalyptus, où nous quittons la piste pour monter le long d'un versant sur lequel nous pouvons voir des chênes verts.



DISTANCE	10 km.
DURÉE APPROX.	3 heures et demie
DÉNIVELÉ	Environ 600 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Il y a certaines pentes prononcées au début de l'ascension. Le tronçon final pénètre dans une zone rocheuse où le sentier s'estompe.

Après être passé entre deux rochers, le chemin contourne une prairie et nous ramène à une piste, qui nous mène aux ruines de l'ancien château de San Antón, qui a été une étape du Chemin de Saint-Jacques par le nord et qui est associé à l'ordre des Templiers. De là, le chemin tourne à droite pour commencer une montée entre les eucalyptus par un pare-feu. À un endroit du chemin, nous trouverons une structure mégalithique dénommée menhir d'Ilso Grande. Quelques mètres plus haut, nous quittons le pare-feu pour emprunter un sentier à droite qui nous mène jusqu'à un coteau au pied du Pic Cerredo, depuis lequel nous montons en contournant les formations rocheuses au sommet.



De là, nous avons une vue panoramique de la côte entre Santander et le cap de Machichaco, ainsi que de tout l'environnement littoral et urbain de Castro Urdiales. Le chemin descend vers le point de départ par le même sentier que celui que nous avons emprunté pour atteindre le sommet.

CHEMIN

du Pic Candiano



Description : Ce chemin est très simple à réaliser et nous mènera en un peu plus d'une heure jusqu'au pic Candiano, qui offre de magnifiques vues sur la bande côtière du Parc naturel des Marais de Santoña, Victoria et Joyel et son environnement, ou sur une partie des massifs de l'Alto Asón et des localités proches telles que Limpias ou Ampuero.



Itinéraire : Le chemin part du village de Padiérniga et franchit un dénivelé de 320 mètres jusqu'à la cote des 500 mètres du Pic Candiano. Le chemin commence en prenant la route qui mène à Carasa pendant environ 300 mètres, jusqu'à arriver à une piste qui tourne à droite, et qui rejoint une seconde piste qui nous conduit dans le sens contraire, à gauche.



Nous traversons un petit ensemble de maisons, connu sous le nom de quartier de Barriezas, et nous prenons une déviation vers la gauche qui monte le long d'un versant présentant une inclinaison peu prononcée où nous trouvons des groupes de chênes verts et quelques hêtres énormes jusqu'à arriver au dernier tronçon jusqu'au sommet. Le Pic Candiano est un mirador privilégié où il vaut la peine de prendre son temps pour contempler les vues de la côte et de la montagne, et qui permet les jours de beau temps, de distinguer les sommets, hauts et lointains, des Picos de Europa.

Le retour se fait par le même chemin, jusqu'à revenir à Padiérniga.



DISTANCE	7 km.
DURÉE APPROX.	2 heures et 15 minutes
DÉNIVELÉ	325 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Aucune

CHEMIN

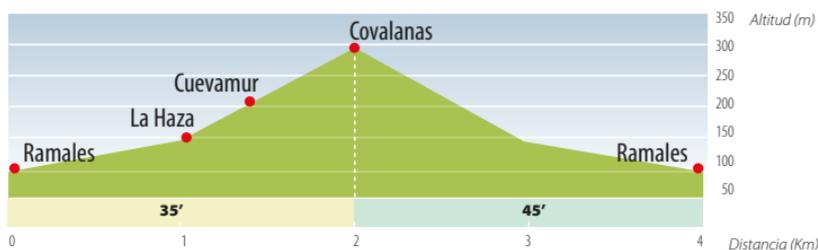
des Grottes de Ramales



Description : Chemin d'aller-retour depuis Ramales par l'ancien Chemin royal de Laredo à Burgos, dont l'itinéraire a été emprunté par Charles Quint lors de son voyage de retraite à Yuste, il a été récupéré sous forme de marche populaire.



Itinéraire : Nous prenons la première à gauche en passant par la caserne de la Garde civile sur le Paseo Barón de Adzaneta, en montant par le Quartier du Mazo jusqu'à prendre l'ancien Chemin royal qui reliait cette zone avec la province de Burgos. En traversant une forêt de chênes verts, nous arrivons après une légère montée, à des escaliers qui mènent à une porte métallique qui empêche le passage à la Grotte de la Haza, à l'intérieur de laquelle se sont conservées des peintures de figures de chevaux, cervidés ou caprins.

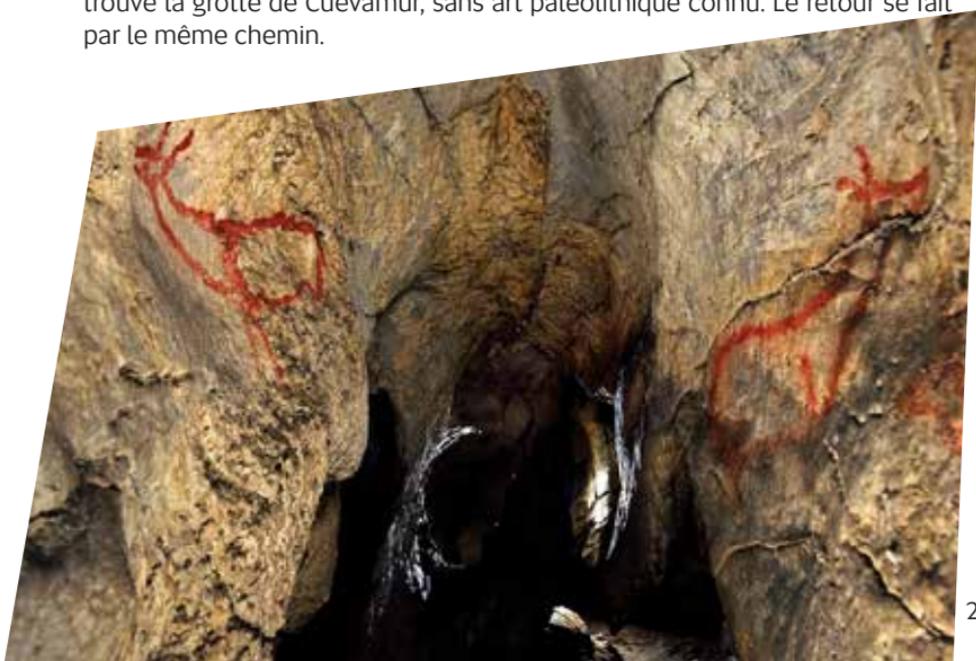


DISTANCE	4 km.
DURÉE APPROX.	1 heure et 15 minutes
DÉNIVELÉ	220 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Aucune

Nous poursuivrons le Chemin royal jusqu'à trouver un chemin de pierres à gauche menant aux grottes du Mirón et Covalanas. Depuis leur entrée, on profite d'une magnifique vue panoramique de la vallée, où nous pouvons distinguer la face Est du Pic San Vicente. Le Mirón et Covalanas constituent un site paléolithique visitable, dans lequel nous pouvons voir une fouille archéologique et un important ensemble de peintures, dans la seconde des grottes, qui comprend plusieurs biches, un cheval et un auroch.



Peu après, depuis ce même chemin, nous pourrions contempler l'impressionnant mur Pared del Eco, fréquentée par l'école d'escalade, à côté duquel se trouve la grotte de Cuevampur, sans art paléolithique connu. Le retour se fait par le même chemin.





CHEMIN

de Valdeasón



Description : Dans la région de l'Asón, ce chemin avance en parallèle entre la route d'Arredondo et la cascade de Cailaguna, de 70 mètres, la naissance de l'Asón.



Itinéraire : Le chemin part de la Mairie d'Arredondo, traverse la rivière Bustablado et continue par le chemin vieux qui mène au village de Socueva. Dans la partie basse du village, nous continuons par la gauche par un sentier qui traverse la route et le cours d'eau. Le trajet suit la rive droite du cours d'eau jusqu'à la route du Puente Nuevo. Nous traversons des prés et pouvons



DISTANCE	10 km.
DURÉE APPROX.	3 heures
DÉNIVELÉ	535 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Faible. Éviter de passer le gué avant l'arrivée à Cailagua dans les moments de crue du fleuve Asón.

admirer les cabanes typiques de bétail. Pour rendre le chemin plus intéressant, il est recommandé de prendre un sentier étroit, qui tourne à droite juste au début et fait pénétrer le visiteur dans une végétation verdoyante jusqu'à arriver à Asón. Nous traversons le village et nous montons par la rive gauche. Après avoir passé deux cabanes, nous arrivons à une esplanade remplie de hêtres impressionnants et, après un moment le long de la rive gauche, nous traversons le cours d'eau pour arriver à une zone de grande végétation, notamment d'aubépines et de pruniers épineux. Nous arrivons ensuite à un pré, depuis lequel nous commençons déjà à apercevoir le cascade sonore de Cailagua.



PISTE CYCLABLE

de San Vicente de Toranzo



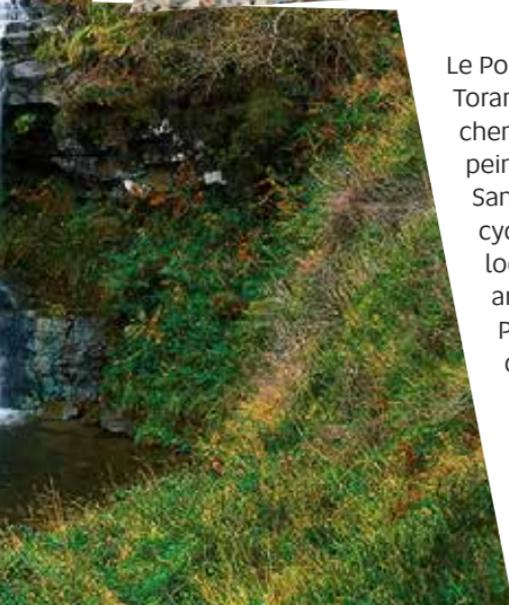
Itinéraire : Chemin apte pour les débutants et les enfants qui part du parc d'Alceda, village déclaré ensemble historique artistique, où il est possible de trouver un magnifique ensemble de palais et

casonas. Le chemin, qui a été aménagé au sein de l'espace par lequel passait anciennement les voies de la « Balastrera », le chemin de fer qui reliait Santander et Ontaneda, longe la rive du Pas.





DISTANCE	20 km.
DURÉE APPROX.	1 heure
DÉNIVELÉ	100 m.
DIFFICULTÉ	Aucune



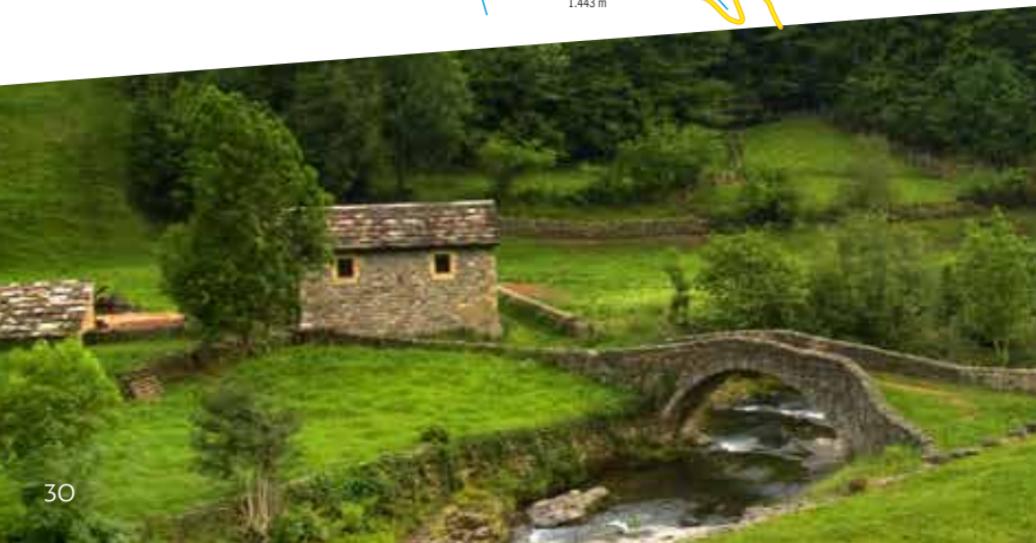
Le Pont en fer de la localité de San Vicente de Toranzo est l'un des lieux de référence de ce chemin, qui se poursuit sans difficulté à peine jusqu'à la Mairie suivante, celle de Santiurde de Toranzo. Cette même piste cyclable se poursuit en traversant des localités telles que Corvera ou Aes jusqu'à arriver à la fin de la piste, le village de Puente Viesgo, localité dans laquelle se distinguent ses grottes d'art rupestre, un ensemble artistique d'un intérêt exceptionnel et classé au Patrimoine de l'Humanité.

VALLÉE DE YERA

et Vega de Pas



Itinéraire : Le point de départ correspond à la dernière cabane d'El Campizo, ancien village de travailleurs, dont le chemin descend jusqu'à la vallée. Après avoir passé un groupe de cabanes situées près de la gare de Yera, laissée à l'abandon, nous traversons un pont et nous poursuivons le long de la rive droite du cours d'eau. Lorsque nous arrivons à l'endroit où se rejoignent le Yera et son affluent, l'Aján, qui naît au niveau de l'entrée nord du tunnel de la Engaña, nous avançons jusqu'à El Avellanal, l'une des zones les plus typiques de La Vega avec de nombreuses cabanes traditionnelles.





DISTANCE	6 km.
DURÉE APPROX.	1 heure et 30 minutes
DÉNIVELÉ	250 m. de descente
DIFFICULTÉ	Aucune. Le sol constitué de pierres de certains tronçons peut s'avérer glissant s'il est mouillé.

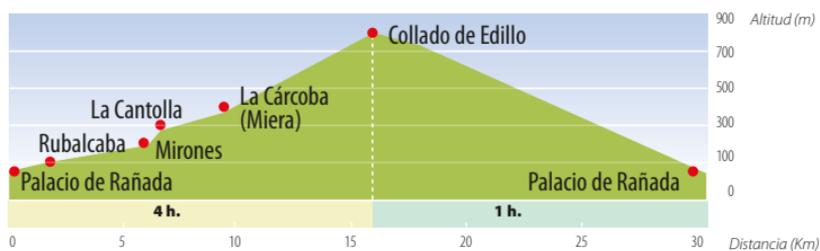
Lors du trajet descendant le long de la vallée, il y aura de nombreuses constructions de ce type, d'anciens ponts en pierre et quelques constructions récentes. Le chemin monte ensuite jusqu'à la route et après 200 mètres, nous l'abandonnons pour descendre par un chemin situé à gauche vers Sel de la Canal, un autre quartier de cabanes situées près du cours d'eau.

Nous arrivons de nouveau à la route et, après avoir avancé près d'un kilomètre jusqu'à la Vega de Pas, nous traversons le cours d'eau par le dernier des ponts en pierre et nous suivons le sentier en montant jusqu'à arriver à une piste qui nous conduit le long d'une pente peu prononcée jusqu'au croisement de La Vega de Pas. Une fois arrivés, il est recommandé d'arriver jusqu'à sa place, située au cœur de le village et qui constitue le point de rencontre des visiteurs.





SIERRA de Somo

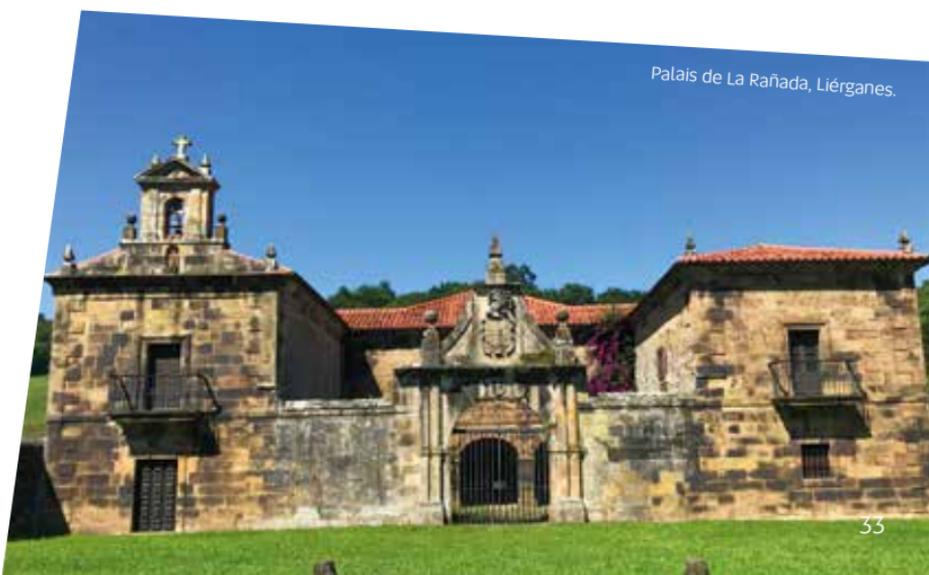


DISTANCE	26 km.
DURÉE APPROX.	4-5 heures
DÉNIVELÉ	700 m.
DIFFICULTÉ	Élevée, notamment la montée jusqu'au Coteau d'Edillo et à la Cantolla à Miera, dont le terrain exigera de faire certains trajets à pied.



Itinéraire : Le point de départ et final de ce chemin est le Palais de la Rañada à Liérganes. De là, nous prenons la route en direction du col de Lunada, nous traversons le village de Rubalcaba et en suivant la direction de San Roque de Riomiera, nous arrivons à un pont, à partir duquel nous suivons la déviation de la droite. Nous ignorons une autre déviation et nous continuons le chemin de Mortesante, point auquel nous arrivons après être montés par un sentier qui traverse un pré. À Mortesante, le chemin devient une piste, qui conduit jusqu'à une route par laquelle, après avoir tourné à droite, nous arrivons au village de Mirones. C'est dans ce village que commence la route escarpée qui mène à la Cantolla. Le trajet qui monte à la tour est de 260 mètres. Au niveau de la tour, nous empruntons un chemin à gauche à destination de Miera, chemin qui, par sa dureté, nous oblige à épargner nos forces. Le défi suivant est d'arriver à Noja. Le chemin passe par le versant sud de la colline en direction du Coteau d'Edillo, auquel nous arrivons par un sentier, qu'il est recommandé de faire à pied sur certains tronçons. C'est à partir de là que commencera le retour, en suivant cette fois le versant ouest de la Colline de Noja jusqu'à la descente de la Sierra de Somo, qui sépare les bassins du Miera et du Pisueña. Au niveau de la bifurcation suivante, nous suivons le chemin de la droite, en direction de Liérganes. Le final du trajet est, de nouveau, le Palais de la Rañada.

Palais de La Rañada, Liérganes.



CHEMIN DE PIASCA

Santo Toribio



Description : Itinéraire dans la vallée de Valdeprado, la zone de Liébana la plus proche de la Castille. Nous traversons le village de Piasca, avec son monastère roman, et le point de départ est Santo Toribio de Liébana.



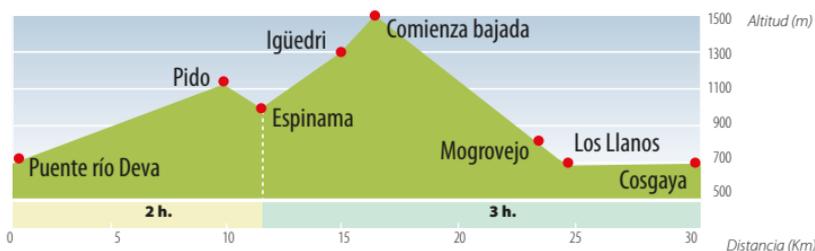
DISTANCE	20 km.
DURÉE APPROX.	4 heures et 35 minutes
DÉNIVELÉ	Montée cumulée 300 m. et descente 450 m.
DIFFICULTÉ	Aucune

Itinéraire : Depuis le village de Lomeña, nous suivons la route qui mène à sa partie la plus haute, pour accéder ensuite à un croisement. À cet endroit, nous empruntons le chemin vers la droite, en arrivant jusqu'à la partie basse de Yebas. Nous traversons ce hameau et un chemin de terre qui nous fera arriver à l'ermitage de San Roque et à la localité de Los Cos. Par la route d'accès au village, et en passant la déviation d'Ubriezo, nous empruntons le chemin qui mène à Piasca. Nous y trouvons l'un des monastères les plus célèbres de Cantabrie, qui a eu une grande importance au Moyen Âge. Nous suivons la route, en montant en face au niveau du croisement du cimetière, nous laissons le chemin goudronné à droite et nous empruntons le chemin jusqu'à Aceñaba, se situant au niveau du premier virage que nous rencontrons. Dans ce village, nous arrivons aux maisons situées dans la zone la plus haute d'où, après avoir franchi un passage, nous traversons un chemin de terre. Nous montons ensuite par la droite jusqu'à trouver un pare-feu qui descend le long du versant du mont. Après avoir parcouru une partie de celui-ci, nous trouvons une déviation à gauche, chemin qui descend vers la vallée et sur lequel nous pouvons apercevoir en face le village de Frama et le massif est des Picos de Europa. Une fois que nous arrivons à Cabariezo par ce même sentier, nous suivons un chemin de terre vers Frama, en longeant la rivière Buyón. Après avoir traversé ce village, nous continuons par cette même voie jusqu'à Ojedo puis jusqu'à Potes. Une fois dans la capitale de la région de Liébana, il ne manquera plus que 3 kilomètres jusqu'au monastère de Santo Toribio, auquel nous arriverons en suivant les nombreuses indications existantes.



VALLÉE

de Baldebaró



DISTANCE	30 km.
DURÉE APPROX.	4-5 heures
DÉNIVELÉ	820 m.
DIFFICULTÉ	Durété au niveau de la piste qui monte par Espinama jusqu'à Igüedri, qui obligera, dans de nombreux cas, à réaliser ce trajet à pied

Itinéraire : L'itinéraire part du pont sur le fleuve Deva, sur la route Potes-Espinama km. 15, qui mène jusqu'au village de Pido, appartenant à la région de Liébana. Depuis ce pont, à travers une piste, le trajet présente une inclinaison peu prononcée jusqu'à arriver à un croisement, au niveau duquel nous tournons à droite pour arriver à Pido.



Nous traversons la localité par la partie la plus haute jusqu'au quartier est de ce village, qui mène l'arrière d'une maison. À cet endroit, nous trouvons un chemin en descente qui nous mène au village d'Espinama, que nous traversons jusqu'à arriver à une piste qui se termine sur un pont, et après une montée, nous arrivons au passage d'Igüedri. Après avoir passé deux abreuvoirs et un autre passage, apparaît une bifurcation, au niveau de laquelle nous empruntons le chemin qui monte à droite. Peu après, la montée se transforme en descente, à destination du joli village de Mogrovejo. Là, nous suivons la route de droite qui nous fait descendre jusqu'à Los Llanos. Commence ensuite la partie finale du chemin, et c'est à 4 kilomètres seulement, en direction de Fuente Dé, que se trouve la fin de cette excursion, dans le village de Cosgaya.



CHEMIN DE LLOROZA

et les Cols D'Áliva



Itinéraire : Le Téléphérique de Fuente Dé constitue la meilleure option pour accéder au point de départ. Une fois en haut, nous empruntons la piste qui part de la station supérieure du téléphérique, qui monte en contournant les dépressions de Lloroza.

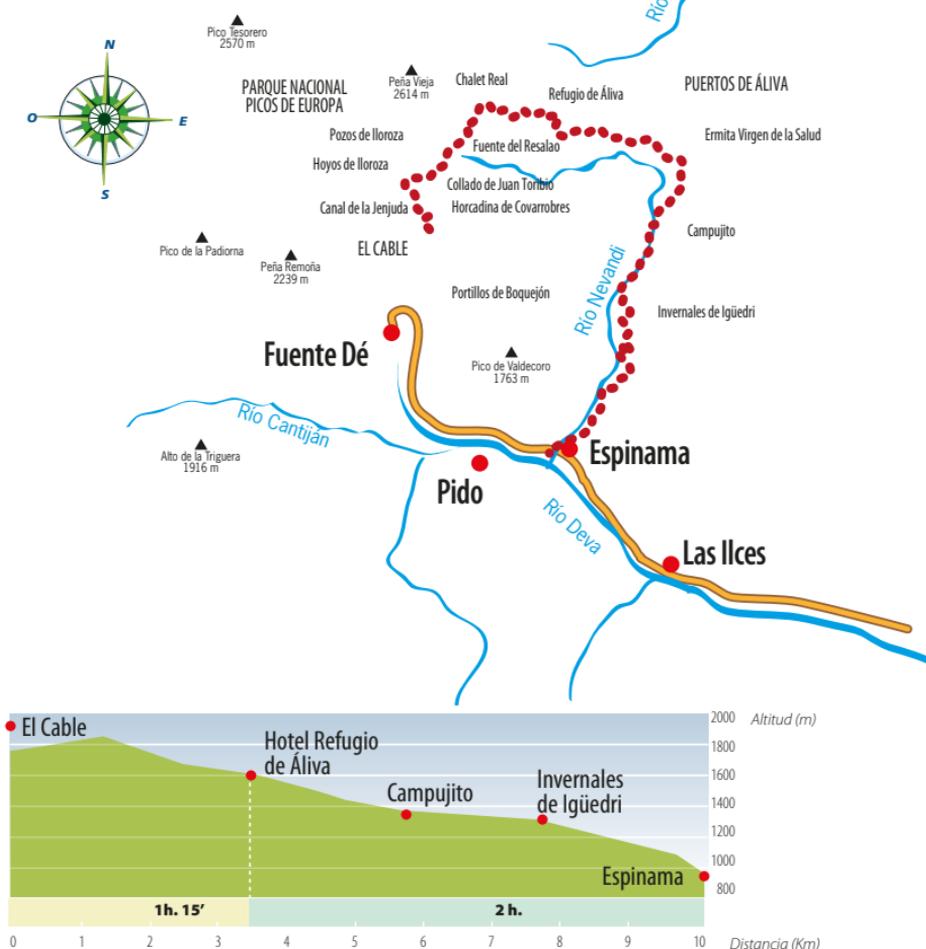


De là, nous ne quittons plus le chemin qui avance en bifurquant vers un embranchement à gauche qui monte au massif de Horcados Rojos et Cabaña Verónica, et qui traverse les lacs Pozos de Lloroza. Notre piste descend à l'abri des contreforts de Peña Vieja où nous trouvons la fontaine du Resalao, où émerge le cours d'eau Duje et, des deux côtés du chemin, les pâturages où monte paître en été le bétail des vallées avoisinantes. Sur l'un des versants à gauche de la piste, nous trouvons le Chalet Real, bâti par la Real Compañía Asturiana de Minas pour héberger le Roi Alphonse XIII lors de ses parties de chasse sur ces cols.

Un peu plus bas, nous rencontrons l'Hôtel Refugio de Áliva, appartenant au Gouvernement de Cantabrie. Dans cette zone, il est

fréquent de voir des troupeaux de brebis, de chèvres et de vaches Tudanca ou grises alpines. Lors de la descente, nous trouvons un refuge pour le bétail.

De là, nous apercevons le petit ermitage de la Virgen de la Salud, patronne de la vallée, à côté duquel passe un chemin qui mène à Sotres. La piste se poursuit jusqu'aux passages Portillas del Boquejón, et la côte devient plus prononcée. L'étape suivante nous fait découvrir les constructions hivernales d'Igüedri, un ensemble de cabanes destinées à conserver les herbes sèches offrant de magnifiques vues de la zone. Le chemin se termine à Espinama. Ce n'est pas un chemin circulaire, pour le retour, il est nécessaire de faire le chemin dans le sens inverse ou bien d'avoir un véhicule nous attendant à Espinama qui se trouve à quatre kilomètres de Fuente Dé.

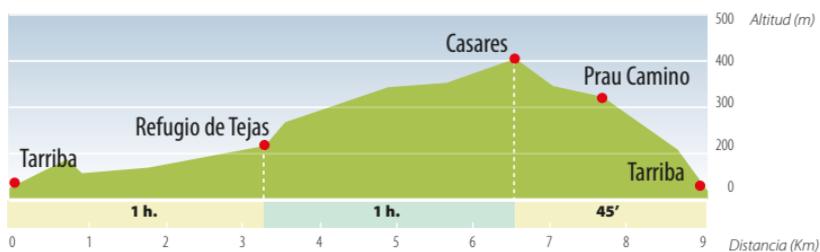


DISTANCE	10,5 km.
DURÉE APPROX.	3 heures et 15 minutes
DÉNIVELÉ	100 m. de montée et 1 050 m. de descente
DIFFICULTÉ	Le chemin passe par une piste et, s'il n'y a pas de neige et s'il fait beau, il ne pose aucune difficulté, toutefois l'altitude rend indispensable une tenue de pluie et des vêtements chauds à n'importe quel moment de l'année



CHEMIN

de Monte Tejas



DISTANCE	9,5 km.
DURÉE APPROX.	2 heures et 50 minutes
DÉNIVELÉ	Environ 300 m.
DIFFICULTÉ	Aucune, il peut toutefois y avoir quelques tronçons de descente avec de la boue



Description : Le chemin du Mont Tejas nous mène jusqu'à la plaine de la rivière Besaya, concrètement à la vallée de Buelna, pour arriver jusqu'à une magnifique forêt de chênes et hêtres, à un peu plus de 200 mètres au-dessus du niveau de la mer, et connaître l'une des grottes classées Patrimoine de l'Humanité par l'Unesco en 2008.

Itinéraire : Le chemin part du village de Tarriba, que nous traversons en passant devant une bâtisse du XVIIe siècle, et nous arrivons à une piste goudronnée qui nous mènera jusqu'au fond de la vallée du cours d'eau Tejas. Le chemin quitte la voie principale pour tourner à gauche, où nous empruntons une piste qui nous fait pénétrer au cœur du mont. Là, nous arrivons jusqu'à un rocher escarpé d'où part un sentier qui monte jusqu'à la grotte Hornos de la Peña, où se trouve l'une des plus importantes représentations de gravures paléolithiques. Après avoir passé la grotte, le chemin continue vers le refuge de Tejas, qui se trouve près du cours d'eau du même nom et auquel nous arrivons en le traversant à plusieurs reprises. Les chênes et les hêtres maintiennent leur présence et la vallée devient plus étroite. Nous continuons à monter pour contempler de magnifiques vues des monts Dobra et Ibio, y compris de monts plus lointains tels que Peña Sagra ou Alto Campoo ainsi qu'une vue panoramique incomparable de la vallée de Buelna. C'est là que nous commençons le retour. Nous empruntons pour cela le chemin qui tourne à gauche, notre point de destination est de nouveau le village de Tarriba, auquel nous descendons le long de chemins et de pistes goudronnées.

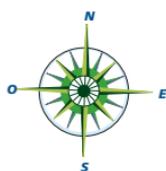




CHEMIN DE LA

Vallée D'Anievas

Description : Circuit qui part de Barriopalacio, village le plus bas de la vallée d'Anievas au sein du bassin du Besaya, avec une architecture typique des montagnes de Cantabrie.





DISTANCE	9 km.
DURÉE APPROX.	2 heures et 50 minutes
DÉNIVELÉ	Environ 300 m.
DIFFICULTÉ	Aucune

Itinéraire : Le chemin part de Barriopalacio, par un chemin qui se dirige vers le sud et depuis lequel on peut admirer la vallée. Nous traversons le cours d'eau jusqu'à arriver à une bifurcation, au niveau de laquelle nous prenons la piste de gauche, qui devient très vite un chemin escarpé montant le long de la partie gauche d'un vallon, trajet sur lequel nous longeons la zone basse d'une pinède. Nous passons deux hameaux et une piste et nous arrivons à une nouvelle bifurcation. Nous descendons maintenant par la droite jusqu'à apercevoir Cotillo. Nous passons ensuite devant l'église romane de San Andrés, nous quittons le village et nous arrivons à un tronçon de pierres à destination de Villasuso.

Une fois dans ce village, nous montons jusqu'à l'église où nous rejoignons la route, le long de laquelle nous marchons pendant un peu plus d'un demi-kilomètre. Nous prenons la déviation vers la droite pour monter au dernier village de la vallée. Au niveau de la bifurcation suivante, nous montons vers la gauche, jusqu'à arriver à un nouveau croisement où nous reprenons le chemin de la gauche, donnant sur des prairies et offrant de magnifiques vues de la vallée et des villages de Cotillo et Barriopalacio. Sur le versant de la vallée, nous trouvons Calga, dont la descente nous mène jusqu'à la route principale, au même endroit où a commencé cet itinéraire.



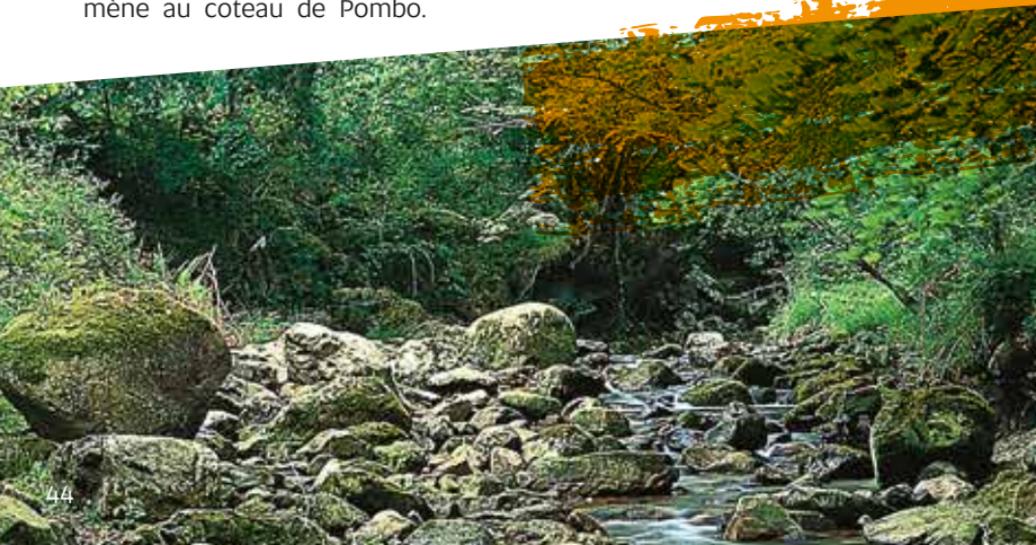
VOIE ROMAINE de Cildá



DISTANCE	30 km.
DURÉE APPROX.	4-5 heures
DÉNIVELÉ	815 m. de montée et 902 m. de descente.
DIFFICULTÉ	Intermédiaire

Itinéraire : À Molledo, localité située dans la Vallée d'Iguña, nous prenons l'ancienne route Santander-Palencia jusqu'à la déviation à Silió, village que nous traversons.

À la fin de celui-ci, nous trouvons le début de la piste qui mène au coteau de Pombo.



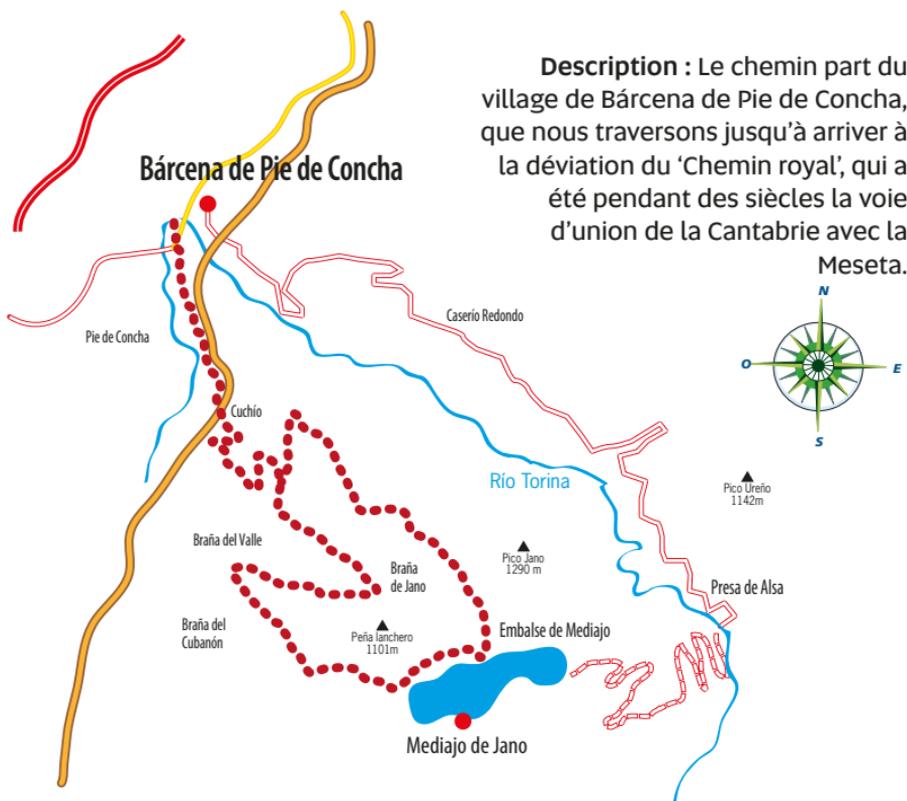
Nous traversons le cours d'eau et nous le suivons par la gauche jusqu'à parvenir à un tronçon avec une inclinaison prononcée. Nous ignorons une piste qui descend jusqu'au cours d'eau, puis en arrivant à une nouvelle déviation, nous quittons le sentier et nous en prenons un autre à droite. Il nous mène au coteau de Pombo, auquel nous arrivons avec des efforts en raison du mauvais état de la piste. Là, nous remontons le long du pare-feu du Mont Cildá. Lorsque nous arrivons à l'antenne que nous trouvons à cette hauteur, nous tournons à gauche pour emprunter le chemin qui descend au centre d'une large colline. La destination ultérieure est la Perizueta, qui conserve encore des vestiges de la voie romaine de l'Escudo. Nous continuons par la sierra qui divise les vallées d'Iguña et de Toranzo, en direction du village de Quintana de Toranzo. Sur le chemin, nous trouvons la cabane d'Extremado, actuellement détruite et une tour à haute tension, au niveau de laquelle il faut emprunter la déviation vers la gauche. Nous longeons des prés et nous empruntons maintenant le chemin de droite. À la bifurcation suivante, nous continuons vers la gauche. Nous prenons ensuite deux déviations à droite, puis nous continuons tout droit, nous tournons une nouvelle fois à droite, puis à gauche, et enfin à droite jusqu'à arriver à la route qui mène à Arenas de Iguña.





CHEMIN

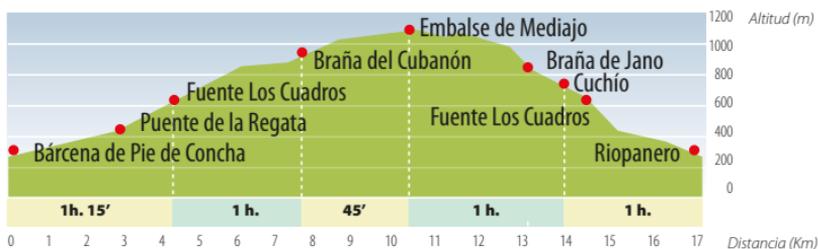
du Pic Jano





Itinéraire : Le chemin traverse un passage avance parallèlement à l'ancienne route nationale sur les Hoces de Bárcena avec une légère inclinaison qui nous mène jusqu'à la fontaine de La Regata. Là, nous traversons un petit cours d'eau et nous atteignons une bifurcation, où nous empruntons le chemin de gauche qui monte par une piste escarpée. Il nous faut de nouveau traverser le ruisseau de la Regata pour suivre l'embranchement droit jusqu'au sommet. L'étape suivante est la fontaine des Cuadros, à partir de laquelle commence une montée prononcée jusqu'à ce que nous traversions une troisième fois le cours d'eau. Le chemin nous fait traverser des zones boisées de noisetiers, chênes, hêtres, boulots, houx... Nous arrivons aux pâturages du Cubanón, qui offrent de magnifiques vues sur la Sierra del Cordel. Nous empruntons le chemin de droite pour monter doucement jusqu'à un croisement où nous nous dirigeons en face jusqu'à arriver à un talus terreux, qui nous indique que nous nous trouvons au pied du Pic Jano, près du lac de barrage de Mediajo, qui alimente la centrale hydroélectrique de Torina. À quelques mètres, nous trouvons le sommet du pic, où se situe un grand nombre d'antennes de radio et de télécommunications, et du haut duquel nous avons de magnifiques vues de Lunada, Peña Sagra, el Cordel...

Du sommet, nous commençons la descente par les pâturages de Jano, où nous trouvons des houx et des hêtres, et après avoir passé les virages de Cuchío, nous nous retrouvons à la fontaine des Cuadros, où nous reprenons le chemin qui nous ramènera à Bárcena de Pie de Concha.



DISTANCE	17 km.
DURÉE APPROX.	5 heures
DÉNIVELÉ	870 m., atteignant 1000 m. si nous faisons l'ascension du Pic Jano
DIFFICULTÉ	Bon état du sol pour la marche mais avec quelques tronçons avec une inclinaison prononcée.

CHEMIN DES MENHIRS



de Valdeolea

Itinéraire : Cet itinéraire de 11 kilomètres nous permettra de connaître un ensemble de menhirs vieux de 5000 ans.

Nous commençons à Mataporquera, capitale du district municipal, près du menhir connu sous le nom de « Cañón » ou « Piedrahita », de 3,68 mètres de haut. Cet endroit offre une vue panoramique sur toute la vallée. Non loin de là, près du village de Bercedo, nous trouvons le « Peñuco », de quatre mètres de haut. Il semblerait qu'il a été traîné sur plus de deux kilomètres jusqu'à son emplacement actuel. Nous trouvons ci-après « El Cabezudo », de cinq mètres et l'un des plus hauts d'Espagne. En poursuivant le chemin, sur le territoire de la Cuadra, nous trouvons « La Llaneda », de quasiment 4 mètres de hauteur. L'un des menhirs les plus petits est appelé « La Puentecilla », de 2,35 mètres de hauteur. En suivant l'itinéraire fixé, nous trouvons « La Matorra I » et « La Matorra II », les menhirs les moins hauts (1,60 et 2,20 mètres, respectivement) et les seuls qui se trouvent ensembles.





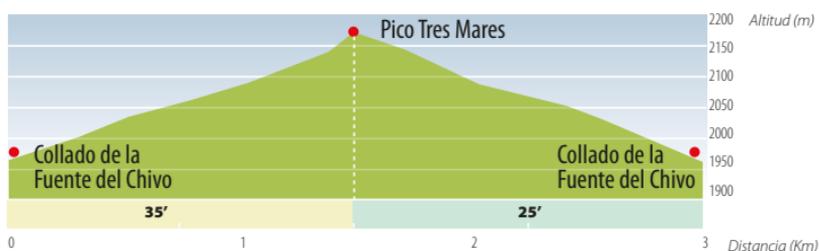
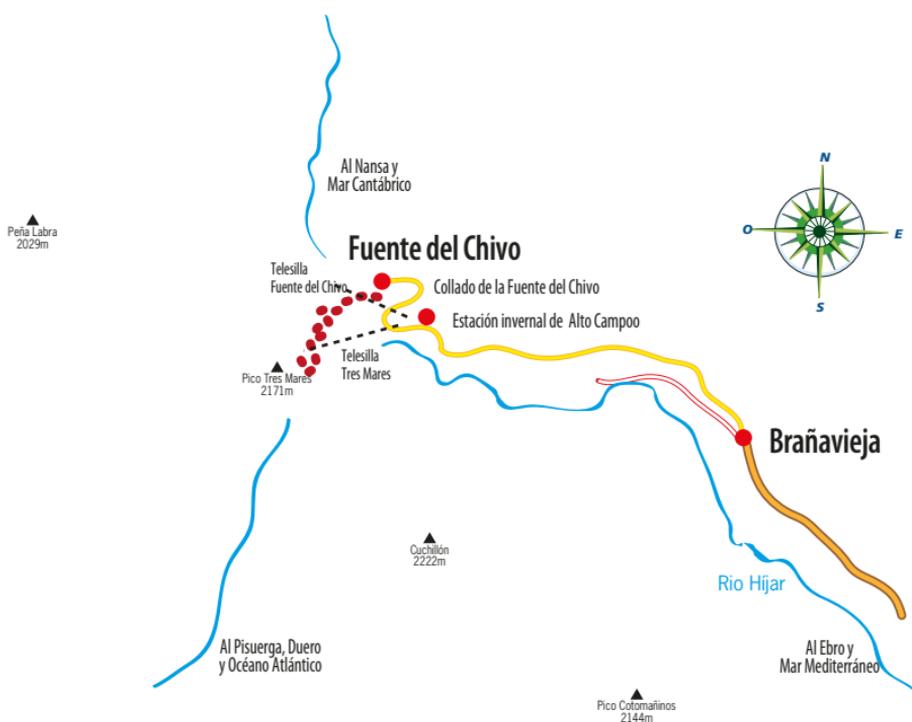
Dans la localité de Reinosilla, nous trouvons la « Laja megalítica » ou « Menhir puente », dont on pense qu'il s'agirait à l'origine d'un dolmen qui, après avoir été détruit, aurait été transporté jusqu'à son emplacement actuel pour servir de « pont » au-dessus d'un cours d'eau. Le dernier est le menhir dénommé « Peñahincada » ou « Piedra de Sansón », de 3 mètres de haut. Une légende populaire assure qu'il a été lancé par ce personnage depuis un lieu en hauteur à proximité.



DISTANCE	11 km.
DURÉE APPROX.	3 heures et 30 minutes
DÉNIVELÉ	Environ 250 m. de montée et presque 400 de descente
DIFFICULTÉ	Aucune, il faut toutefois passer par certains tronçons à travers champs pour accéder aux mégalithes. Il y a également de nombreux croisements mais ils sont bien signalisés

CHEMIN

du Pic Tres Mares



DISTANCE	Un peu moins de 3 km.
DURÉE APPROX.	1 heure
DÉNIVELÉ	200 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Aucune avec de bonnes conditions climatologiques



Description : Pour faire ce chemin, il faut aller au sud de la Cantabrie, à la station de ski et de montagne d'Alto Campoo, et si possible pendant les mois du milieu de l'année lorsqu'il y a peu de neige.

Itinéraire : Par route, il faut accéder au coteau de la Fuente de El Chivo, point de départ du chemin et lieu qui offre d'impressionnantes vues sur les vallées de Polaciones et le col de Piedrasluengas, qui donne accès à Liébana.

Au niveau du refuge de la Fuente de El Chivo, nous prenons le sentier qui avance le long de la cime de la montagne jusqu'à arriver à la station supérieure du télésiège de la piste d'El Chivo.

Le chemin continue le long de la cime de la montagne en direction du Pic Tres Mares, auquel nous accédons sans grande difficulté. Après avoir laissé derrière nous la partie supérieure de la remontée de la piste de ski, nous trouvons une petite côte avant d'arriver au sommet. Une fois en haut, les vues sont extraordinaires car nous apercevons les montagnes de Palencia et les Picos de Europa et s'il fait beau, au loin, la mer.

La particularité de ce pic est qu'il donne naissance à trois fleuves qui déversent leurs eaux dans deux mers et un océan : le Nansa qui se jette dans la mer Cantabrique ; l'Híjar qui est un affluent de l'Èbre et se jette dans la Méditerranée et le Pisuerga qui déverse ses eaux dans l'Atlantique.

La descente se fait par le même chemin.



du Mont Hijedo



Itinéraire : Cette excursion nous amène jusqu'à l'une des forêts les plus spectaculaires de Cantabrie, située au sud de la région. Le chemin part de Rioplanero, lieu où se trouve le Centre d'interprétation du Mont Hijedo. Les premiers mètres du chemin sont très faciles, et nous arrivons ensuite dans la forêt où nous trouvons les premiers exemples de chêne des Pyrénées ou de chêne faginé.





DISTANCE	12 km.
DURÉE APPROX.	3 heures et demie
DÉNIVELÉ	150 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Les gués de la fin deviennent compliqués lors des crues du fleuve Hijedo



Après avoir franchi un passage, nous arrivons à la confluence du fleuve Hijedo et du ruisseau des Breñas, et après avoir laissé derrière nous un refuge de forêt, nous empruntons la piste qui avance parallèlement à la rive gauche du fleuve Hijedo et nous entrons dans une grande zone boisée où prédomine le chêne sessile, et où il y a également de nombreux hêtres, sans oublier une réserve d'ifs centenaires. La piste se termine au milieu de la forêt, mais peu avant sa fin, il faut prendre une déviation vers la gauche qui nous mène au cours d'eau, où nous devons passer le gué pour continuer à avancer. Après l'avoir traversé, nous arrivons à la Cruz de la Raya, qui marque la limite avec la province de Burgos. Le chemin nous fait passer entre les chênes, les noisetiers, les saules, les sorbiers et les ifs. Le Mont Hijedo est l'un des espaces naturels les plus étendus de cette partie du pays.

Le chemin se termine dans la localité de la Province de Burgos de Santa Gadea, et pour revenir au début, à Riopanero, nous devons faire tout le chemin en sens inverse et profiter une nouvelle fois d'un environnement naturel unique et singulier.

LA VALLÉE de Peñarubia



DISTANCE	10 km.
DURÉE APPROX.	3-4 heures
DÉNIVELÉ	400 m. de montée et de descente le long du défilé
DIFFICULTÉ	Il peut arriver qu'un sentier soit difficile à repérer





Itinéraire : Le croisement d'entrée aux villages de Piñeres et Cicera depuis la route CA-282, dans la Vallée de Peñarrubia, constitue le point de départ. Là, nous prenons la direction du village de Cicera, que nous traversons. Nous traversons le cours d'eau et nous prenons le chemin qui descend le long de sa rive gauche. En suivant le cours d'eau, nous arrivons au cœur du défilé de La Hermida, tout un spectacle géologique. L'itinéraire continue par un chemin de pierres qui rejoint la Nationale 621 que nous prenons en direction d'Unquera. Il faut faire attention car la route est étroite et fréquentée. Après avoir parcouru quasiment deux kilomètres le long du défilé de La Hermida, nous arrivons au pont passant au-dessus du Navedo, où commence un ravin latéral, dont le chemin montant longe la rive gauche de ce cours d'eau et mène jusqu'au village du même nom. C'est ici que commence le retour vers le point de départ, soit en remontant la route soit à travers la campagne. Les amateurs de nature choisissent généralement la seconde option, le chemin à travers les forêts et les champs nous ramenant au croisement de Piñeres, point de départ de cette excursion.



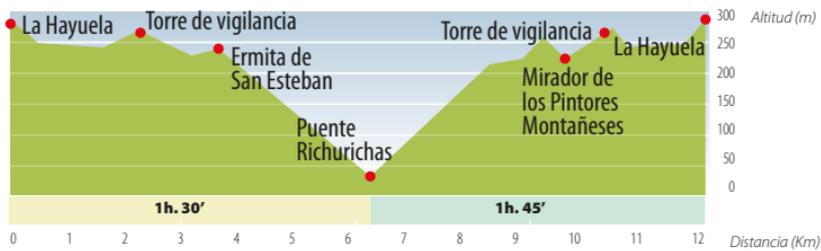


CHEMIN

du Mont Corona



Description : Ce chemin va nous faire prendre des sentiers sur le Mont Corona, dans une grande zone boisée au sein du Parc naturel d'Oyambre.

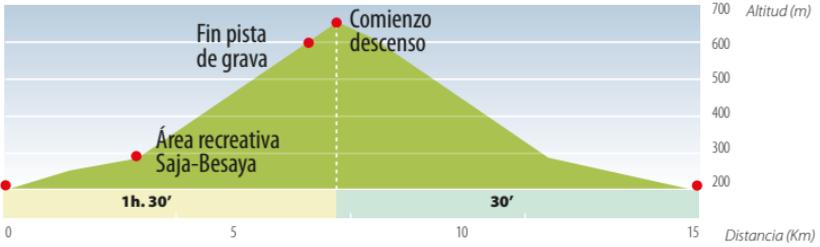


DISTANCE	12 km.
DURÉE APPROX.	3 heures et 30 minutes
DÉNIVELÉ	350 m. de montée et de descente
DIFFICULTÉ	Aucune. L'itinéraire suit des chemins forestiers avec des dénivelés légers



Itinéraire : Le point de départ est le village de La Hayuela, à partir d'où nous prenons la déviation signalisée à droite vers la maison des gardes forestiers et la tour de surveillance des incendies. Le sentier descend, jonché de chênes américains, jusqu'à un coteau où nous trouvons des espèces telles que hêtres, cyprès, pins, frênes, mélèzes et sapins. En suivant le chemin, nous arrivons à une petite colline où se trouve l'ermitage de San Esteban et du haut de laquelle nous pouvons contempler le littoral de Comillas et de San Vicente de la Barquera, qui sont indiquées sur un ancien mirador. Nous prenons la déviation qui descend entre châtaigniers et eucalyptus et nous arrivons au fond de la vallée jusqu'au cours d'eau Turbio, que nous traversons par le pont Richurichas. Là, nous pénétrons dans la forêt et nous pouvons apprécier une variété surprenante d'arbres, essentiellement des chênes, mais également des châtaigniers, des noisetiers, des boulots, des houx... Lorsque nous arrivons à la déviation, nous prenons le chemin de droite en direction de Caviedes, qui nous mènera jusqu'à l'ermitage de San Antonio situé parmi une zone étendue de pins de Monterrey. Le sentier continue jusqu'à une déviation que nous prendrons à droite jusqu'au mirador de los Pintores Montañeses (les peintres de la region de Cantabrie, également appelé < La Montagne >), qui offre une très belle vue de la montagne et de la chênaie. À 700 mètres à peine, nous retrouvons la maison des gardes, à partir de laquelle nous rejoignons notre point de départ, La Hayuela.

MONTS d'Ucieda



DISTANCE	13 km.
DURÉE APPROX.	2 heures
DÉNIVELÉ	380 m.
DIFFICULTÉ	Rampes escarpées aux kilomètres cinq et six





Itinéraire : L'espace de loisir du Parc naturel Saja-Besaya est le point de départ de cette excursion. Là, nous prenons une piste qui traverse toute la vallée et depuis laquelle nous montons à l'Ermitage du Moral, situé à Entrerríos. Une fois que cette même piste prend fin, nous prenons une déviation à gauche, son terrain en mauvais état impliquant un effort supplémentaire pour les cyclistes. Nous continuons par la droite puis, en face. Peu après, il faut ignorer une déviation vers une piste sur la gauche. Apparaît ensuite une autre piste avec un meilleur sol, où nous commençons la descente vers le parking du Parc, où se termine ce chemin.





SAN SEBASTIÁN

de Garabandal



DISTANCE	20 km.
DURÉE APPROX.	3-4 heures
DÉNIVELÉ	600 m., environ
DIFFICULTÉ	Aucune



Itinéraire : Au départ de San Sebastián de Garabandal, localité proche de Peña Sagra, située dans la vallée de Rionansa, nous descendons le long de la route en direction du village de Cosío. La destination suivante est le coteau d'Abellán, qui apparaîtra après la première piste que nous verrons sur la gauche. Une côte modérée nous mènera jusqu'aux constructions hivernales de Tánago. Nous suivons cette même piste, en ignorant les déviations, et nous arrivons jusqu'au coteau à partir duquel commencera une pente douce.

En suivant le chemin, nous accédons à des pâturages que nous traversons en allant vers la gauche pour emprunter de nouveau une piste. Nous continuons tout droit par cette voie, où nous profiterons du paysage, et nous arriverons à la fin du chemin, à San Sebastián de Garabandal, dont il est possible de visiter la célèbre pinède où, affirme-t-on, il y a eu dans les années 60 des

apparitions de la Vierge, ainsi que l'ermitage situé à proximité, construit à l'initiative de l'écrivaine Mercedes Salisachs en l'honneur de cette Vierge. Son architecture populaire est un autre de ses attraits.



Règles principales et signalisation

La randonnée et le cyclotourisme sont des activités simples et accessibles à tous, mais il est toujours recommandé d'aller dans la nature avec l'équipement adéquat et en faisant preuve d'une grande prudence.

- Il est recommandé de compléter l'information de cette brochure avec une cartographie civile ou militaire qui peut être acquise dans les librairies spécialisées ; de disposer du chemin téléchargé sur le portable à travers Wikiloc ; d'utiliser une appli de GPS, et même d'amener un GPS spécifique de montagne pour les chemins les plus difficiles. N'oubliez pas de charger les batteries au maximum avant de partir.
- Une tenue adéquate est très importante : chaussures nous protégeant des entorses et nous empêchant de glisser, des vêtements adaptés à la saison de l'année, imperméables, etc.
- Le sac à dos doit être adapté au dos et ne pas être trop volumineux.
- Avant de partir, il faut s'informer des prévisions météorologiques.
- Amener de l'eau potable et ne pas boire l'eau de ruisseaux, canaux ni d'eaux stagnantes.
- Manger peu à peu, en évitant de trop manger ou de manger trop vite. Les fruits secs et le chocolat sont une grande source de calories.
- Maintenir un rythme constant.
- Groupes avec une préparation physique similaire. Le rythme doit être adapté aux personnes les plus lentes.
- Ne jamais partir seul, car tout contretemps peut s'avérer dangereux. Pour rendre possible une éventuelle opération de sauvetage, il faut informer au sein de l'hébergement ou des tierces personnes de l'itinéraire et des horaires prévus.

RÈGLES PRINCIPALES DE COMPORTEMENT EN MILIEU RURAL

- Éviter les bruits non nécessaires.
- Ne pas faire de feu sauf dans les zones aménagées à cet effet.
- Ne pas jeter de poubelle par terre.
- Respecter les us et coutumes de la population rurale ; respecter la propriété privée, ne pas déranger le bétail, fermer les passages une fois ceux-ci franchis.

SENTIERS AVEC ITINÉRAIRE COURT

Signalisés avec des marques de peinture blanche et jaune, leur durée peut être une promenade courte, des excursions d'une demi-journée et d'une journée.



SENTIERS AVEC ITINÉRAIRE LONG

Leur itinéraire se mesure en centaines de kilomètres. Signalisés avec de la peinture rouge et blanche, ils parcourent des régions locales, des régions plus grandes et même des pays.



ADRESSES UTILES

OFFICES D'INFORMATION TURISTIQUE DU GOUVERNEMENT DE CANTABRIE

SANTANDER

Office Régional du Tourisme
Mercado del Este. Hernán Cortés, 4. 39003
Tel. 942 310 708 Fax 942 313 248
Teléfono Vacaciones: 901 111 112
Infocantur: 902 210 112
turismosantander@cantur.com

CASTRO URDIALES

Parque Amestoy, s/n. 39700
Tel. 942 871 512 Fax 942 871 337
turismoastro@cantur.com

LAREDO

Alameda Miramar, s/n. 39770
Teléfono y Fax 942 611 096
turismolaredo@cantur.com

SANTILLANA DEL MAR

Jesús Otero, 20. 39330
Tel. 942 818 251 Fax 942 840 265
turismosantillana@cantur.com

SANTANDER SEVE BALLESTEROS AÉROPORT

Terminal des arrivées
39600 Camargo. Tel. 942 250 904
turismoaerpuerto@cantur.com

STATION MARITIME DE SANTANDER

Estación Marítima, s/n. 39003
Abierta en días de Ferry/cruceros

GARE ROUTIÈRE DE SANTANDER

Plaza de las Estaciones, s/n. 39002
Tel. 629 910 440
Abierta en verano, Semana Santa y puentes
turismoestacionbus@cantur.com

UNQUERA

San Felipe Neri, s/n. 39560
(junto a Casa de Cultura Villa Mercedes)
Tel. 690 602 107
turismounquera@cantur.com
Ouvert à Pâques et en été

TORRELAVEGA

Plaza José María González Trevilla
(Pequeñeces)
39300 - Tel. 942 133 077
turismotorrelavega@cantur.com

PARC DE LA NATURE DE CABÁRCENO

(À côté des reptiles)
Ouvert à Pâques et en été
Tel. 606 592 281
infoturcabarceno@cantur.com

INFORMATIONS POUR LES PÈLERINS

CENTRE D'ETUDES LEBANIEGOS,
AIDE AUX PÈLERINS
Tel. 942738 126

OFFICES MUNICIPAUX DU TOURISME OUVERTS TOUT L'ANNÉE

SANTANDER

Jardines de Pereda, s/n. 39002
Tel. 942 203 000 - Fax 942 203 005
turismo@ayto-santander.es

CABEZÓN DE LA SAL

Botín, 1. 39500. Tel. 942 700 332
turismo@cabezondelasal.net

CASTILLO (ARBUERO)

Antiguas Escuelas Castillo 7 Villas. 39193.
Tel. 942 637 915
museohedilla@ecoparque.info

COMILLAS

Rez-de-chausée de la mairie
Joaquín del Piélagos, 1. 39520
Tel. 942 722 591 Fax 942 720 037
oficinadeturismo@comillas.es

FONTIBRE

Château d'Argüeso
Hermandad de Campoo de Suso. 39212.
Tel. 942 779 607
cunadelebrofontibre@gmail.com

LIENDO

Rez-de-chausée de la mairie
Barrio Hazas, 53. 39776
Tel. 942 643 026
turismo@aytoliendo.org

NOJA

Plaza de la Villa s/n, 79-81. 39180
Teléfono y Fax 942 630 306
oficinadeturismo@ayuntamientodenoja.com

POLIENTES

(Devant le Musée Ethnographique)
Barrio La Huertota. 39220
Tel. 942 776 146 Fax 942 776 155
cultura@valderredible.es

POTES

Centre d'Etudes Lebaniegos. 39570.
Tel. 942 730 787
turismopotes@yahoo.es

RAMALES DE LA VICTORIA

Fundación Orense
Paseo Barón de Adzaneta, 8. 39800
Teléfono y Fax 942 646 504
turismo@cantabrioarientalrural.es

REINOSA

Avda. del Puente de Carlos III, 23. 39200
Tel. 942 755 215 Fax 942 751 147
turismo@aytoreinosa.es

SANTOÑA

Palacio de Manzanedo. 39740
Teléfono y Fax 942 660 066
oficinadeturismo@turismosantona.com

SAN VICENTE DE LA BARQUERA

Avda. del Generalísimo, 20. 39540
Tel. 942 710 797 Fax 942 712 251
oficinadeturismo@sanvicentedelabarquera.es

SUANCES

Mirador Vuelta Ostrera. 39350
Teléfono y Fax 942 810 924
turismo@aytosuances.com

VILLACARRIEDO

Pl. Jacobo Roldán Posada, 1-2pl. 39640
Tel. 942 591 999
agencia@vallespiesegos.org

ATTRACTIONS TOURISTIQUES

MUSÉE D'ALTAMIRA

39330 Santillana del Mar
Tel. 942 818 815 / 942 818 005
museodealtamira.mcu.es

GROTTE DE EL SOPLAO

Rábago. Tel. 902 820 282.
www.elsoplao.es

CENTRE D'INTERPRÉTATION DES GROTTES DE MONTE CASTILLO

Puente Vieogo. Tel. 942 598 425
cuevas.culturadecantabria.com

GROTTE DE HORNOS DE LA PEÑA

S. Felices de Buelna.
Tel. 942 598 425
cuevas.culturadecantabria.com

GROTTE DE COVALANAS

Ramales de la Victoria
Tel. 942 598 425
cuevas.culturadecantabria.com

GROTTE DE EL PENDO

Escobedo de Camargo
Tel. 942 598 425
cuevas.culturadecantabria.com

GROTTE DE CHUFÍN

Riclonos. Tel. 942 598 425
cuevas.culturadecantabria.com

MUSÉE DE LA PRÉHISTOIRE ET DE L'ARCHÉOLOGIE - MUPAC

C/ Bailén s/n. 39003
Tel. 942 209 922
www.museosdecantabria.com

MUSÉE ETHNOGRAPHIQUE DE LA CANTABRIE

Muriedas. Tel. 942 251 347
www.museosdecantabria.com

MUSÉE MARITIME DE LA MER CANTABRIQUE

S. Martín de Bajamar s/n. Santander
Tel. 942 274 962. www.cantur.com

MUSÉE RÉGIONAL DE LA NATURE

Carrejo. Tel. 942 701 808
www.museosdecantabria.com

PARC DE LA NATURE DE CABÁRCENO

Tel. 942 563 736
www.parquedecabarceno.com

GOLF ABRA DEL PAS

Mogro. Tel. 942 577 597.
www.cantur.com

GOLF NESTARES

Las Eras s/n. Tel. 942 771 127.
www.cantur.com

STATION DE SKI ET DE MONTAGNE

ALTO CAMPOO
Brañaveja. Tel. 942 779 223
www.altocampo.com

TÉLÉFERIQUE DE FUENTE DÉ

Tel. 942 736 610 www.cantur.com

CASONA DE TUDANCA

Tel. 942 598 425
www.museosdecantabria.com

CENTRE D'INTERPRÉTATION

DOMUS DE JULIÓBRIGA
(Retortillo). Tel. 626 325 927
culturadecantabria.com/juliobriga.asp

ARCHÉOSITE ROMAIN ET MÉDIÉVAL

DE CAMESA REBOLLEDO
Tel. 626 325 932
culturadecantabria.com/camesa.asp

www.turismodec



GOBIERNO
de
CANTABRIA



Cantabria
Infinita

Téléphone Vacances
(+34) 901 111 112