

## PROGRAMA

### Día 23, Sábado

- 6,00 h. Salida autobús de Santander, Valdecilla, Correos.
- 6,30 h. Salida autobús de Torrelavega, estación de Feve.
- 7,30 h. Concentración y desayuno en Rest. El Brial (Soto de Cangas).
- 8,30 h. Traslado de los montañeros a los Lagos de Covadonga.
- 9,30 h. Comienzo de la primera etapa.
- 21,00 h. Vivac en Vegahuerta.

### Día 24, Domingo

- 6,30 h. Diana.
- 7,30 h. Comienzo de la segunda etapa.
- 13,30 h. Salida autobús de Oseja de Sajambre.
- 15,00 h. Comida en Restaurante le Brial (Soto de Cangas).  
Homenaje a la Fed. Cántabra de Deportes de Montaña y Escalada  
Entrega de recuerdos.
- 17,30 h. Salida de regreso.

La organización procurara ajustarse a los horarios previstos, cosa que no siempre se consigue, debido a diversas causas que pueden afectar al desarrollo de la Marcha.

### INSCRIPCIONES

En la Sociedad Deportiva Torrelavega, Pabellón Vicente Trueba , TORRELAVEGA.  
En horario de 8,30 a 9,30 de la tarde de miércoles a viernes o en los teléfonos  
942 882 437 – 626647207. N° Cuenta Caja Cantabria 2066-0074-07-0200043845.

### En la inscripción se incluye :

- \* Transporte de ida y vuelta en autobús.
- \* Desayuno del sábado y comida del domingo.



# XXXVII Marcha Interprovincial con VIVAC

## EL CORNIÓN 23 y 24 de Julio

**ORGANIZA : SOCIEDAD DEPORTIVA TORRELAVEGA**  
INSCRIPCIONES : Pabellón Vicente Trueba - TORRELAVEGA - Tfnos. 942 882 437  
[www.sdtorrelavega.es](http://www.sdtorrelavega.es)

# Recorrido

## PRIMERA ETAPA, Sábado 23 de Julio:

Lago Enol 1.063 m – Vegarredonda – Ordiales – Pico Cotalba 2.026 m – Torre de la Canal Vaquera 2.040 m – El Requexon 2.174 m – Cumbre de Cebollada 2.246 m – Hoyo y Horcada de Pozas 2.030 m – La Llerona – Vegahuerta 2.010 m. Opcional : Torres de Cotalbin 2.187 m y la Punta Extremera 2.134 m.

**Tiempo Aproximado :** 11 horas. **Desnivel acumulado.** **Ascenso :** 2.000 m. **Descenso :** 1.000 m.  
**Vivac en los aledaños del Refugio**

**Alternativas :** Lago Enol – Vegarredonda – Mosquil de cebollada – Hoyo y Horcada de Pozas – La Llerona - Vegahuerta . Desnivel Ascenso 1.000 m, descenso 300 m, 6 horas aprox.

## SEGUNDA ETAPA, Domingo 24 de Julio:

Vegahuerta 2.010 m – Canal del Perro – Puerto de Dobres 1.500 m – Pica Somaya – Picos de Valdelafuente – Pico Jario 1.913 m – Collado Miradoiro – Oseja de Sajambre 742 m.

**Tiempo aproximado :** 6 horas. **Desnivel acumulado.** **Ascenso :** 600 m. **Descenso :** 1.700 m.  
**Alternativas :** Se puede acortar bajando desde la Horcada del Frade a Vegabaño y de allí por el bosque a Oseja de Sajambre (4 horas y 1.300 m de desnivel)

## **Modalidad**

Marcha de montaña por terreno escabroso, la mayor parte del recorrido sin caminos, teniendo que usar las manos en algunos pasajes, con largo recorrido y fuerte desnivel, tanto en ascenso como en descenso, guiada por montañeros de la Sociedad Deportiva Torrelavega y dividida en dos duras etapas de 11 y 6 horas.

## **Normas de Participacion**

- 1 – Ser mayor de edad o ir acompañado de una persona responsable.
- 2 – Poseer el carné de federado del año 2011.
- 3 – Tener un buen entrenamiento.
- 4 – Respetar la fauna y flora.
- 5 – Llevar la basura hasta el final de la etapa.
- 6 – No abandonar el recorrido sin avisar a la organización.
- 7 – La organización no se responsabiliza de ningún accidente, por lo que es obligatorio cumplir la norma número dos.
- 8 – La organización se reserva el derecho a variar el programa y recorrido si las circunstancias así lo requieren.
- 9 – Cualquier imprevisto será solucionado de la manera más conveniente para el grupo.
- 10 – Todos los participantes recibirán un recuerdo conmemorativo de la Marcha.
- 11 – La inscripción implica el conocimiento de estas normas y su cumplimiento.
- 12 – Los participantes que incumplan alguna de estas normas quedarán fuera de la Marcha.

## **Materiales Obligatorios**

- \* Ropa y calzado adecuado para la montaña
- \* Mochila, cantimplora y linterna.
- \* Saco de dormir y esterilla aislante.
- \* Protección contra el sol (gorro, gafas, crema, ...)
- \* Protección contra el frío (anorak, guantes, ...)
- \* Alimentos adecuados (ligeros y energéticos)

**Saludos** a todos los amantes de los Picos de Europa.

Os presentamos la 37 edición de la Marcha Interprovincial con Vivac. Como siempre, el escenario son los Picos de Europa y este año, el Macizo del Cornión.

Un espectacular recorrido nos llevará desde el Lago Enol hasta Vegahuerta. En este lugar privilegiado, con la imponente presencia de Peña Santa, haremos vivac junto al histórico refugio, ahora reconstruido.

Al amanecer, seguiremos hasta el Pico Jario, mirador sublime sobre los Picos. Y descenderemos por los magníficos hayedos del Valle de Sajambre.

Leed bien el itinerario, los desniveles y los tiempos. Si creéis que estáis en condiciones de afrontarlos, no dudéis en animaros. En la Sociedad Deportiva Torrelavega, nos esforzaremos para que paséis un fin de semana muy montañero.

El homenaje en esta 37 Edición, esta dedicado a la **Federación Cántabra de Montaña y Escalada** por haber colaborado desde el comienzo y durante todos estos años a que esta actividad pueda ser realizada.

José Antonio Ríos Espinosa