

RUTA ANCARES 22 y 23 JUNIO DE 2013

Sábado 22 Junio - Valdés Salas: 7:00 AM

Retomamos después de unos años, la marcha especial de 2 días que tan buen recuerdo tienen los socios que participaron en ellas. El desplazamiento en autobús será menor que otros años, lo que permitirá realizar una dura marcha el sábado de 121 kms desde San Antolín de Ibias a Ponferrada, y una más sencilla el domingo de 130 kms desde Ponferrada hasta Villamanín.

La marcha del sábado se plantea con una comida por libre en Tejedo de Ancares km75. No existe hora de llegada fijada ya que tenemos tiempo suficiente hasta llegar a cenar en el Hotel. Se establecen dos salidas oficiales, una desde San Antolín de Ibias y otra desde el primer control en el km30.

Nos alojaremos en el Hotel Temple **** de Ponferrada (a 200metros del centro de la ciudad y 500metros del casco histórico (<http://www.hoteltempleponferrada.com>)). Tendremos tiempo para hacer una visita por la ciudad y nos reuniremos para cenar todos juntos.

El domingo la ruta consistirá en 130 kms desde Ponferrada hasta Villamanín. Se podrá acortar en 30 kms para salir de Matarrosa del sil, o bien en Piedrafita de Babia, para hacer 56 kms. La ruta no tiene puertos en si a excepción de Las Cubillas, que comparte carretera con Aralla. Retomaremos fuerzas en Casa Ezequiel para volver a casa en Autobús.

El club aportará una buena parte del coste real de la marcha, estableciendo un precio de **inscripción de 50eur** que incluye:

- ✓ Desplazamientos en autobús.
- ✓ Cena del primer día en Hotel Temple de Ponferrada y comida el domingo en Casa Ezequiel.
- ✓ Noche en Hotel Temple de Ponferrada en habitación compartida.

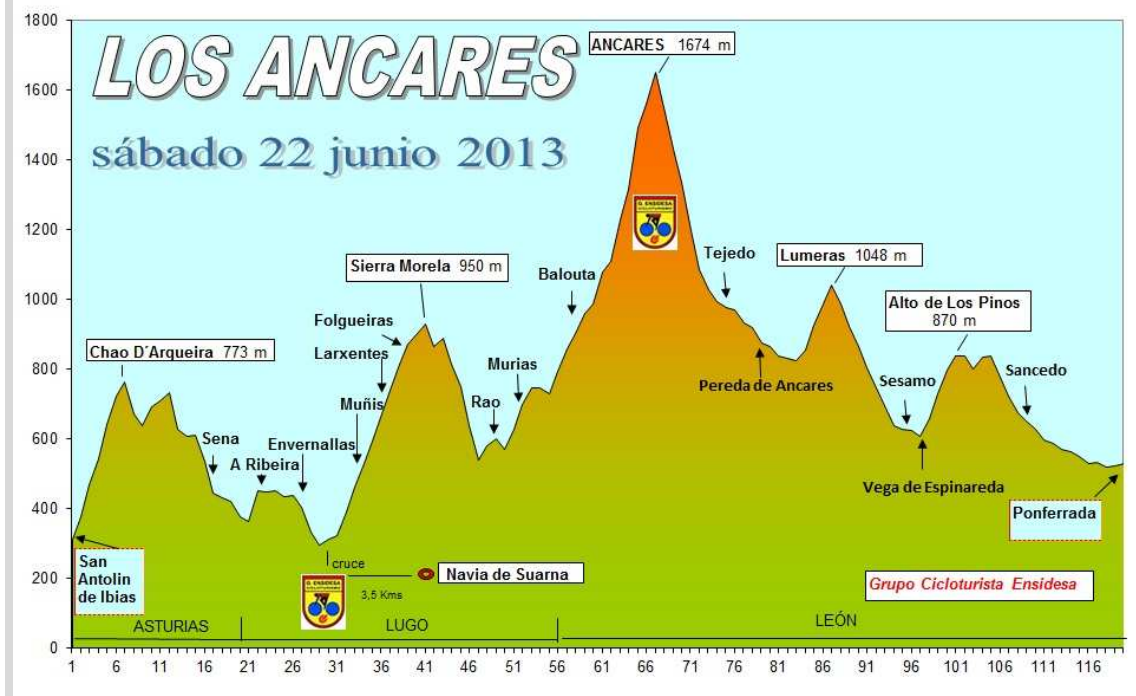
La inscripción hasta el 14 de Junio en la sede del club (viernes de 20:00 a 21:00) o haciendo un ingreso en la cuenta del club (cajastur 2048 0079 41 3400018899).



Grupo Cicloturismo Ensidesa-Avilés – inscrito en la Sección 2ª del Registro de Entidades Deportivas del Principado de Asturias, con nº 719

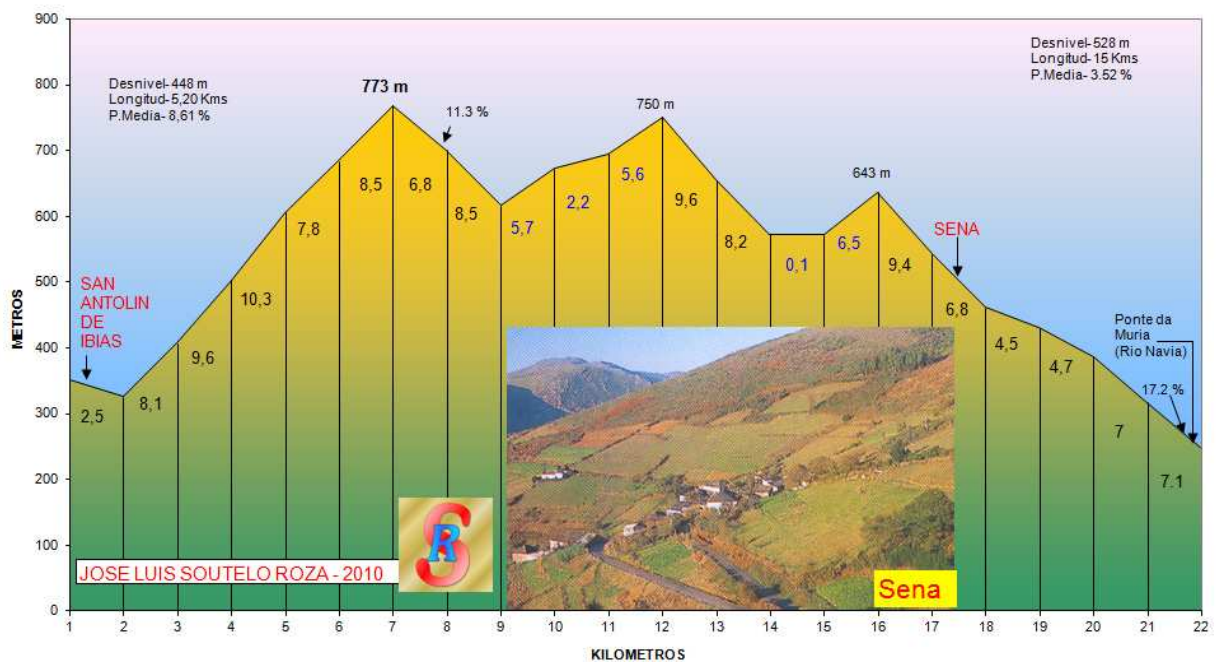
Email: gcensidesa@gmail.com Página web: www.gcensidesa.es

Sábado 22 de Junio (121km San Antolín de Ibias – Ponferrada):



- Salida en autobús a las 7:00.
- Inicio grupo 1 de la marcha en San Antolín de Ibias.
- La primera Ascensión de la jornada, justo al salir, El Chao d'Arqueira , 5.2 kms al 8,6% que nos llevara dirección a Sena. **En Barca, tomaremos dirección a A Ribeira-Navia de Suarna**, para adentrarnos en la Provincia de Lugo. Llegaremos al **desvío hacia Larxentes-Murias-Balouta (control)**.

CHAO D'ARQUEIRA



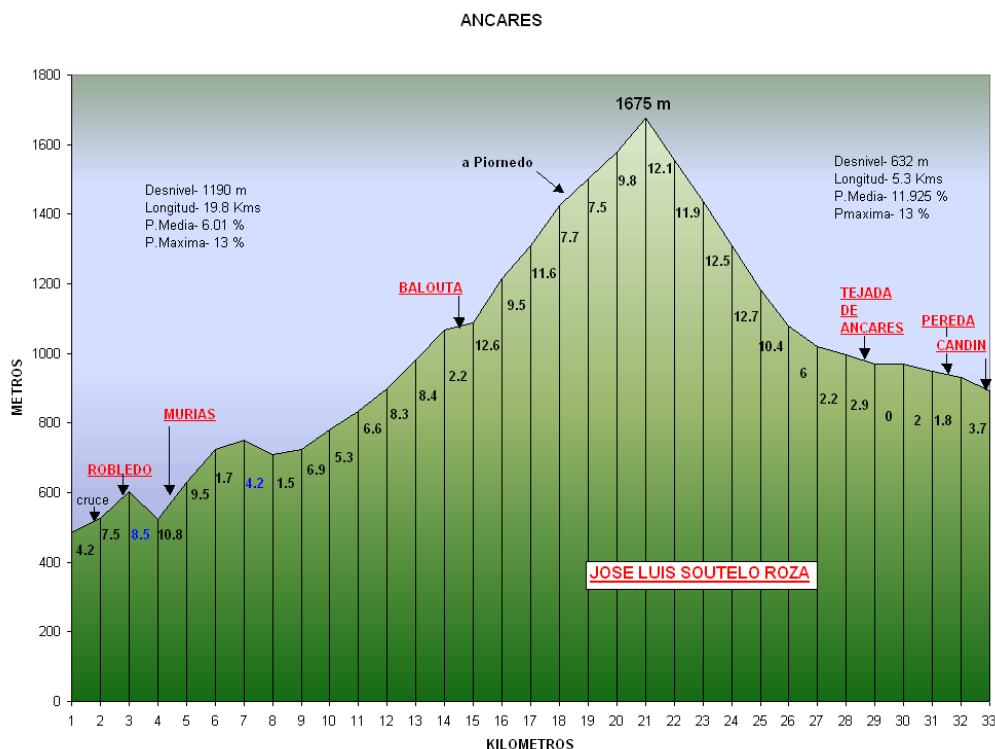
Grupo Cicloturismo Ensidesa-Avilés – inscrito en la Sección 2ª del Registro de Entidades Deportivas del Principado de Asturias, con nº 719

Email: gcensidesa@gmail.com Página web: www.gcensidesa.es

- Inicio grupo 2 de la marcha en primer control (km30).
- Tras el avituallamiento, **Sierra Morela-Folgueiras de Auga, 10.2 kms al 6,25% de media.** Carretera de reciente arreglo.



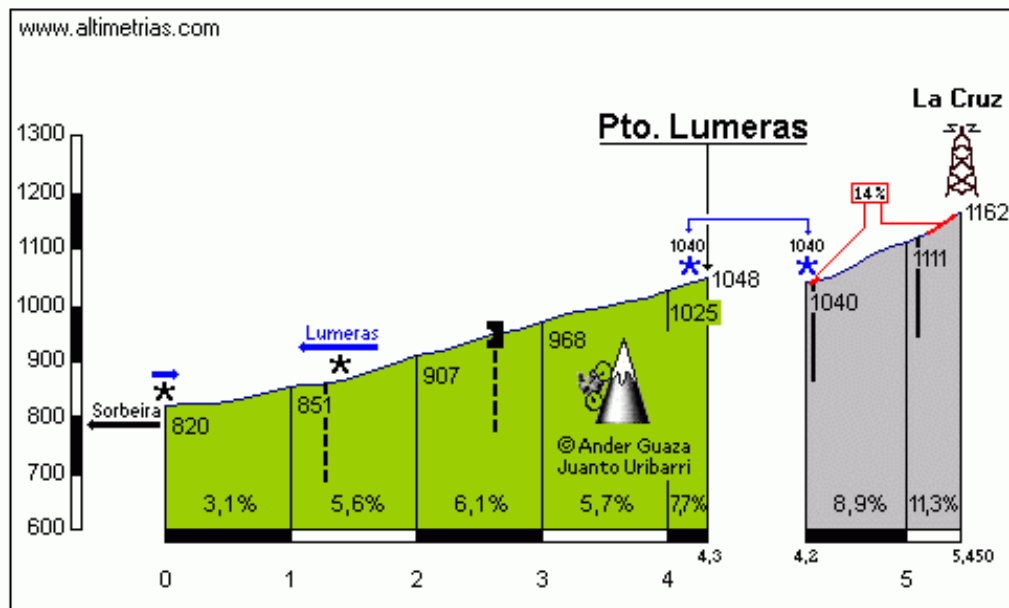
- Tras una bajada de 7 kms , comienza el **puerto de Ancares, 20 kms al 6%**. El puerto tiene sus dificultades por lo que se recomienda hacerlo tranquilamente. Tras una bajada con fuerte pendiente (5.3 kms al 12%), haremos el **control en Tejedo de Ancares**, lugar donde haremos un control más largo para poder comer y avituallarse.



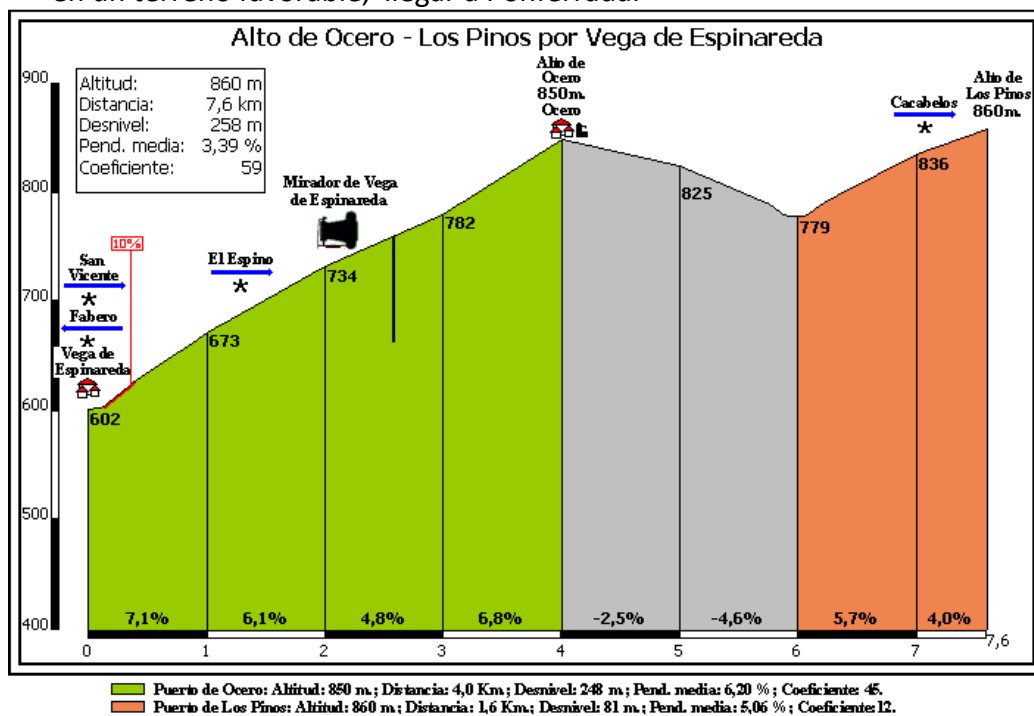
Grupo Cicloturismo Ensidesa-Avilés – inscrito en la Sección 2ª del Registro de Entidades Deportivas del Principado de Asturias, con nº 719

Email: gcensidesa@gmail.com Página web: www.gcensidesa.es

- Continuaremos la marcha para ascender Lumeras, 4.3 kms al 5,3%



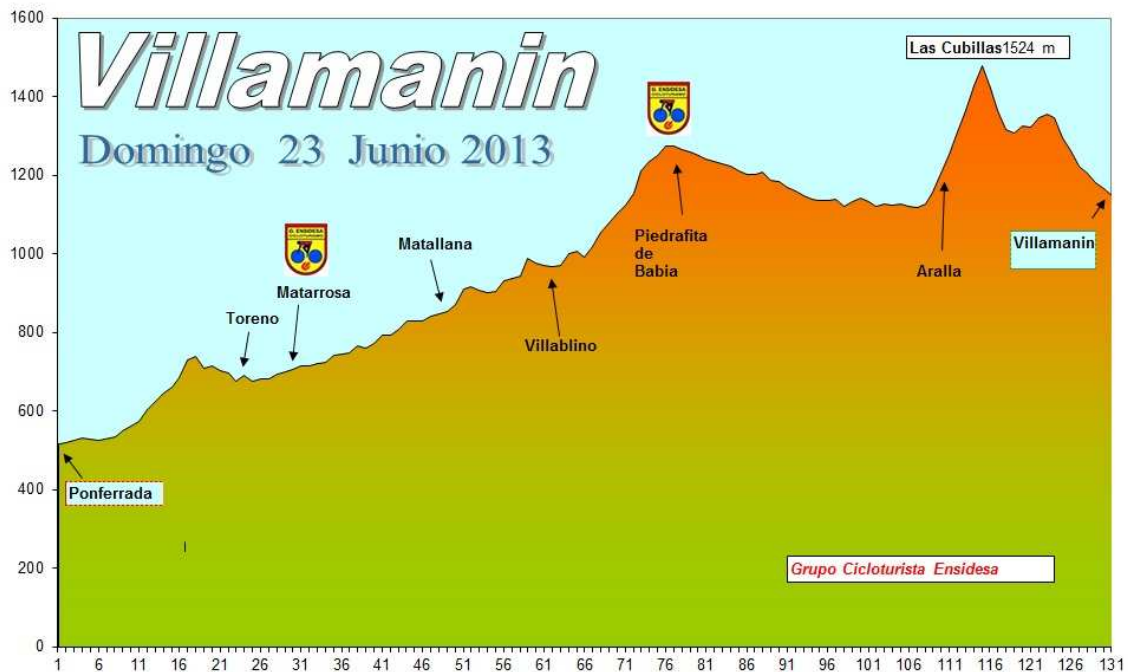
- Después de Vega de Espinareda el Alto de Los Pinos-Ocero, 4 kms al 6.2% para ya en un terreno favorable, llegar a Ponferrada.



Grupo Cicloturismo Ensidesa-Avilés – inscrito en la Sección 2ª del Registro de Entidades Deportivas del Principado de Asturias, con nº 719

Email: gcensidesa@gmail.com Página web: www.gcensidesa.es

Domingo 23 de Junio (130km Ponferrada – Villamanín):



La ruta consistirá en 130 kms desde Ponferrada hasta Villamanín. Se podrá acortar en 30 kms para salir de Matarrosa del sil, o bien en Piedrafita de Babia, para hacer 56 kms. La ruta no tiene puertos en si a excepción de Las Cubillas, que comparte carretera con Aralla.

Comeremos en Casa Ezequiel para después volver a Asturias en Autobús.

La directiva.



Grupo Cicloturismo Ensidesa-Avilés – inscrito en la Sección 2ª del Registro de Entidades Deportivas del Principado de Asturias, con nº 719

Email: gcensidesa@gmail.com Página web: www.gcensidesa.es