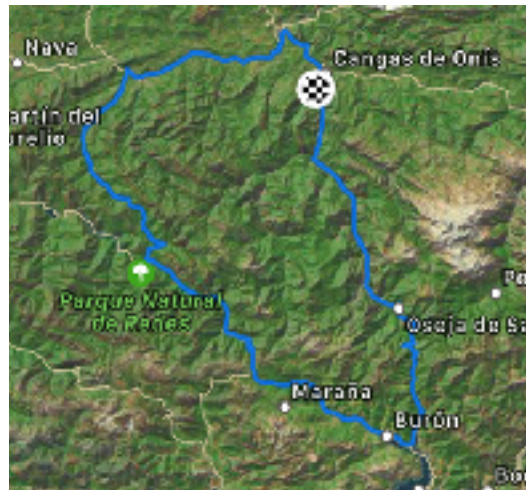


VUELTA AL CORDAL DE PONGA



La denominación “vuelta al cordal de Ponga” se debe a que la ruta circunvala todo el concejo de Ponga sin entrar en ningún momento en él, pero en varias ocasiones, desde los puntos mas altos, se puede observar su territorio.

DATOS TÉCNICOS

Distancia: 166 Km.

Desnivel Acumulado: 4.983 m.

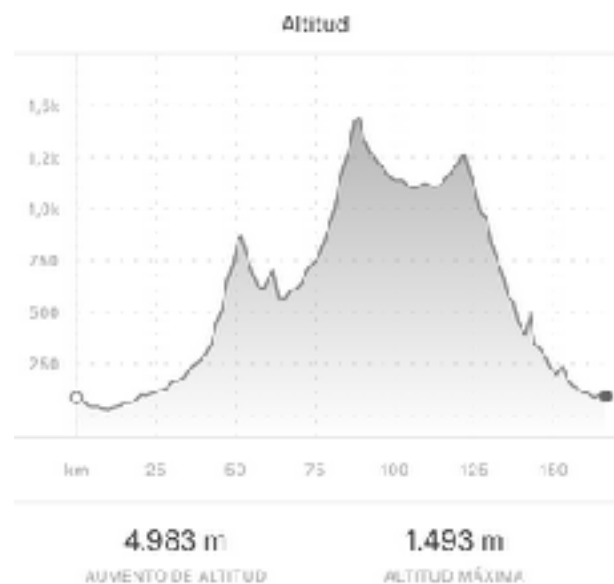
Altura máxima: 1493 m.

Duración: 8 horas sin parar a una media de 20 km/h.

Principales centros urbanos: Cangas de Onís, Arriondas, Infiesto, Campo de Caso, Oseja de Sajambre.

Puertos de montaña: Collada de Arniciu (915 m); Puerto de Tarna (1.493m.) y Puerto del Pontón (1.280 m)

Carreteras: N-625; N-634; AS-254; AS-117; CL-635.



Aunque existen Bares, Restaurantes, Fuentes y gasolineras donde abastecerse es necesario llevar comida y bebida normales, energéticas, isotónicas... Es recomendable llevar un coche de apoyo para no cargar on tanto peso y para tener una vía de escape en caso de abandono.



LA RUTA

El recorrido al ser circular puede comenzarse en cualquier punto de la etapa, pero nosotros hemos decidido comenzar en Cangas de Onís por su accesibilidad y localización estratégica.

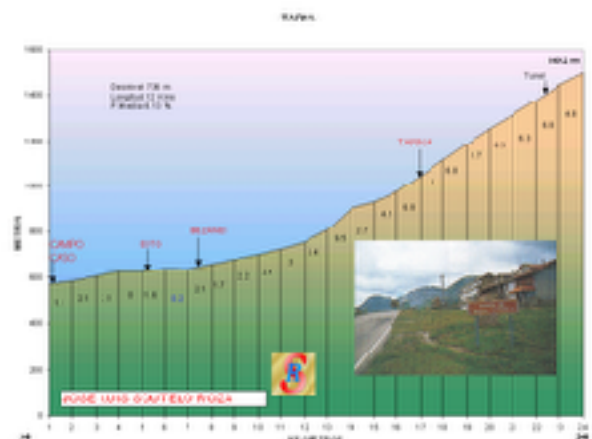
El punto de

partida será el Ayuntamiento del pueblo. Justo detrás de él tenemos un parking donde podemos dejar el coche. Comenzaremos a rodar por la avenida Covadonga hacia la derecha, en dirección *Arriondas, Oviedo*. Cruzaremos el río

Sella contemplando el famoso Puente Romano a nuestra izquierda. A partir de aquí circularémos por la N-625. Tras una recta llegaremos a una glorieta donde tomaremos la segunda salida en dirección *Arriondas, Oviedo, Santander*. Tras unos seis kilómetros, habiendo pasado por los pueblos *La Vega de los Caseros y Les Rocés*, llegaremos a una glorieta donde tomaremos la segunda salida en dirección *Arriondas, Oviedo*. Pocos metros después tomaremos una bifurcación a la derecha en dirección Oviedo por la carretera N-634. Recorreremos unos 20 km pasando por *Ozanes, Arobes, Soto Dueñas, Sevares y Villamayor*. Tras este último pueblo, más adelante tomaremos la salida a la derecha en dirección *Infiesto, Campo de Caso*, abandonando así la N-634. Continuamos por la avenida Orrin cruzando todo el pueblo hasta llegar a una bifurcación, en la que tomaremos la vía de la izquierda en dirección *La Marea, Campo de Caso* por la AS-254. Poco después nos adentraremos en el valle del río de La Marea. Atravesaremos los pueblos de *Vegarrionda, La Marea y Las Cuevas*. A partir de este último pueblo comenzará la fuerte subida de 7 km más o menos. Coronaremos entonces la Collada de Arniciu, obteniendo una visión del valle de Caso.

Continuaremos bajando por la carretera, aunque nos encontraremos una subida. Pasaremos por los pueblos de Bueres y Nozaleda hasta llegar a Campo de Caso. Allí descenderemos hasta una glorieta donde tomaremos la tercera salida en dirección *Soto, Bezares y Pto. de Tarna* por la AS-117. A partir de aquí no nos desviaremos hasta coronar la cima del puerto a unos 24 km de distancia. Pasaremos por los pueblos de Soto, Bezares y La Foz, último pueblo y donde comienza la ascensión al puerto.

Tras la dura subida coronaremos el puerto y entraremos en la comunidad autónoma de Castilla y León. Tomaremos la carretera CL-635 a mano izquierda y comenzaremos la bajada no muy pendiente de unos 20 Km.. Pasaremos por La Uña, Lario, Burón, Hasta llegar al cruce con la N-625 donde giraremos a la izquierda en dirección



Cangas de Onís, Puerto del Pontón. Desde aquí tenemos 16 km mas o menos de subida hasta el pontón. No es muy pronunciada, pero desgasta más de lo que parece.

Cuando coronemos el Pontón será el último puerto del día. Ya solo nos quedarán 45 km de bajada y de llanto hasta Cangas de Onís por la misma carretera. Pasaremos por Oseja de Sajambre, Ribota, el desfiladero de los Beyos, Ceneja, Vega de Cien, Camporriondi, Precendi, Santillán, Vega de Pervís, Corigos, Miyares, Tornín, Cañu y por fin Cangas de Onís.

DISTANCIAS:

Cangas de Onís - Infiesto: 27 Km.

Infiesto - Collada de Arniciu: 12 Km.

Collada de Arniciu - Campo de Caso: 14 Km.

Campo de Caso - Puerto de Tarna: 24 Km.

Puerto de Tarna - Puerto del Pontón: 44 km

Puerto del Pontón - Oseja de Sajambre: 12 Km.

Oseja de Sajambre - Cangas de Onís: 33 Km.

Total: 166 Km.