

*Vuelve al*  
**PARAÍSO**

---

*Ecoturismo en Asturias*





---

# Introducción

*#EcoturismoAsturias*

EDITA: SOCIEDAD PÚBLICA DE GESTIÓN Y PROMOCIÓN TURÍSTICA Y CULTURAL DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS, SAU

Diseño: Arrontes y Barrera Estudio de Publicidad

Maquetación: Paco Currás Diseñadores

Cartografía: Da Vinci Estudio Gráfico

Textos: Alfonso Polvorinos Ovejero

Fotografía: Portada: Amar Hernández. Interiores: Alejandro Badía, Alfonso Polvorinos, Amar Hernández, Antonio Vázquez, Aurelio Rodríguez, Fernando Jiménez, Geoface, Jose M<sup>a</sup> Díaz-Formentí, Juan de Tury, Juanjo Arrojo, Julio Herrera, Mar Muñoz, Noé Baranda, Pablo López, Paco Currás Diseñadores, Pelayo Lacazette, Ribadesella Turismo, y archivo propio.

Imprenta: Imprenta Noval

D.L.: AS 03472-2018

© CONSEJERÍA DE EMPLEO, INDUSTRIA Y TURISMO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



Observación de la naturaleza

Frondosos bosques y escarpadas montañas aderezados con una costa plácida y accidentada a la vez; no falta detalle en la naturaleza asturiana para los amantes del ecoturismo. Somos privilegiados y queremos compartirlo mostrándote un verdadero paraíso para observar, mezclarte y sentir el mundo natural: sus paisajes, su flora y su fauna salvaje que, en nuestro territorio, integra una gran muestra de la mejor naturaleza ibérica, con pinceladas mediterráneas y, sobre todo, atlánticas. Así es el Paraíso Natural que tenemos reservado para ti y que irás descubriendo en estas páginas.

El **ecoturismo**, un turismo de naturaleza realizado de manera respetuosa con el medio ambiente y sostenible, que contribuye al desarrollo local y con claro enfoque principal en la observación de los recursos naturales ayudando además a preservar la geología, la flora y la fauna locales, es una modalidad turística incipiente en España pero que ha irrumpido con fuerza. Asturias alberga una magnífica representación de los principales atractivos naturales de la península Ibérica.

Bajo el prisma de la **conservación** y ejerciendo como buen ecoturista en este auténtico museo al aire libre que es Asturias (te apuntamos para ello algunas indicaciones en el Manual de Buenas Prácticas), verás que la madre natura ha querido que la lista de posibilidades para tu visita sea ilimitada. Especies únicas, paisajes insuperables y experiencias inolvidables.

Como podrás comprobar en las páginas de este catálogo, **no hay nada mejor para realizar turismo de naturaleza que un Paraíso Natural. ¡Bienvenido a Asturias!**





---

# Índice

- 04. *Asturias, Paraíso Natural para el ecoturismo*
- 08. *Fotografía de naturaleza*
- 10. *Grandes avistamientos. Osos, lobos y otros mamíferos terrestres asturianos*
- 14. *Whale watching, tras los mamíferos marinos del Cantábrico*
- 16. *Birdwatching. Observación de aves*
- 20. *Por los bosques asturianos*
- 24. *La costa de los dinosaurios*
- 26. *Ventanas al paraíso*
- 28. *Camino Natural de la cordillera Cantábrica. Asturias Interior*
- 30. *Otras experiencias en la naturaleza*







Pocas veces un eslogan define mejor y más fielmente las posibilidades ecoturísticas de un territorio como el de Paraíso Natural. Eso es exactamente lo que el visitante va a encontrar en Asturias, un lugar con todos los ingredientes para disfrutar del mejor turismo de naturaleza.

Parque Natural de Somiedo

## Asturias, Paraíso Natural para el ecoturismo

Bañado por el mar Cantábrico, el Principado de Asturias es sobre todo forestal y montañoso. Su intrincado relieve alberga las más altas montañas de la cordillera Cantábrica, con variada geología tapizada en buena parte por densos bosques y regada por una generosa red fluvial que baña el Principado de sur a norte.

*Asturias alberga una representación sobresaliente de la flora y la fauna eurosiberiana, también de pinceladas mediterráneas que elevan sobremanera los índices de biodiversidad.*



Erizo (*Erinaceus europaeus*)



En Asturias te espera **fauna y flora que es poco común en el resto de España** y aunque nuestro territorio apenas representa el 2% de la superficie del país, aquí viven **el 67% de las especies de vertebrados nacionales** (incluida península e islas), destacando las aves y los mamíferos con alrededor del 75% de las especies presentes en España. En cuanto a **flora** vascular contamos con alrededor de **2.200 especies autóctonas**.

---

*No tienes más que dejarte cautivar por una de las listas de espacios naturales protegidos más completas de Europa, que cubre más de la tercera parte de la superficie del Principado.*

---

El Paraíso Natural te espera con sus **7 reservas de la biosfera** -la provincia española que mayor número de reservas de la biosfera aporta a la Red Mundial del programa MAB y una de las regiones con mayor densidad de ellas a nivel mundial- (Las Ubiñas-La Mesa, Muniellos, Picos de Europa, Ponga, Redes, Somiedo, y Oscos-Eo), **1 parque nacional** (Picos de Europa), **5 parques naturales** (Fuentes del Narcea, Degaña e

Búho real (*Bubo bubo*)

Crocus entre hojarasca

Ibias, Las Ubiñas-La Mesa, Ponga, Redes y Somiedo), **1 reserva natural integral** (Muniellos), **6 reservas naturales parciales**, **2 paisajes protegidos** y **39 monumentos naturales**. También la primera reserva marina declarada en España (El Cachucho).

---

*Ubicación privilegiada, paisajes de ensueño y un vasto catálogo de recursos naturales que hacen que la lista de atractivos para el turismo de naturaleza sea casi ilimitada.*

---

Desde fauna pretérita (**icnitas de dinosaurios**) hasta la fauna ibérica más emblemática, como el **oso pardo cantábrico**, el **lobo ibérico**, el **urogallo cantábrico**, el **quebrantahuesos**, la **nutria**, el **águila real**, el **treparriscos**, el **ciervo**, el **rebeco cantábrico**, etc. y una flora sin parangón comandada por bosques como el de Muniellos, el mayor y mejor robledal de

Ciervo (*Cervus elaphus*)

la península Ibérica y una de las manchas forestales más importantes de Europa. Un mapa forestal donde el **haya** domina nuestras montañas, donde los **tejos** y los **acebos** alcanzan portes insospechados y en el que la presencia de **encinas** y **alcornoques** recuerdan las ligeras influencias continentales.

Tierra pródiga en especies bioindicadoras que denotan la buena salud ambiental que espera al ecoturista. **Nutrias**, **salmones** o el pequeño **desmán ibérico** reflejan la calidad de las aguas dulces y en el mar nadan tortugas marinas y hasta 25 especies de cetáceos.

---

*En el bosque, los líquenes crecen por doquier, símbolo de la pureza del aire, mientras osos y lobos campan entre abundantes ungulados.*

---

## *Manual de buenas prácticas del ecoturista:*

Asturias es un Paraíso Natural para los amantes del turismo de naturaleza. A distancia prudencial y respetando la normativa ambiental y las normas del buen observador, disfrutarás como nunca viendo cómo una osa camina con sus cachorros por una escarpada ladera, cómo retumban los bramidos del venado en otoño, cómo los lobos disfrutan plácidamente de su hábitat en libertad o gozarás con el vuelo de alguna de las muchas aves observables en el cielo asturiano. Hombres, osos, lobos y el resto de animales, viven juntos en las montañas desde tiempos inmemoriales y queremos que así siga siendo, que el ecoturista disfrute con la experiencia de verlos, de compartir ecosistema con ellos. Para ello te invitamos a realizar un **turismo responsable con el medio ambiente, respetuoso con las especies animales y vegetales**. Observándolos en libertad o siguiendo sus rastros, pero sin dejar huella de tu paso.

Halcón peregrino (*Falco peregrino*)

A continuación te exponemos algunas recomendaciones para sacar el máximo partido de tu visita, realizando un turismo de naturaleza **responsable** y **sostenible**. El ecoturismo/turismo de naturaleza ha de entenderse siempre como una herramienta de **conservación**:



- **Conoce y respeta las normas** de los espacios naturales visitados y de las actividades de ecoturismo en el caso de que exista normativa regulada. La Ley de Protección de los Espacios Naturales (Ley 5/1991, de 5 de abril; BOPA de 17 de abril), la Ley del Patrimonio Natural y la Biodiversidad (Ley 42/2007, de 13 de diciembre; BOE de 14 de diciembre de 2007 y posteriores modificaciones), el Plan de Ordenación de los Recursos Naturales del Principado de Asturias (PORN, Decreto 38/1994, de 19 de mayo) y las normas de gestión de los espacios protegidos, son las principales herramientas legales para preservación, planificación y gestión de los recursos naturales. El Catálogo Regional de Especies Amenazadas de Flora del Principado de Asturias (Decreto 65/1995, de 27 de abril) y el Catálogo Regional de Especies Amenazadas de Fauna del Principado de Asturias (Decreto 32/1990, de 8 de marzo) revisado en 2005 (BOPA núm. 232 de 6 de octubre de 2005), al que se suma el Listado de Especies Silvestres en Régimen de Protección Especial y el Catálogo Español de Especies Amenazadas (Real Decreto 139/2011, de 4 de febrero; BOE 23 de febrero de 2011) recogen el conjunto de especies bajo diversas figuras de protección.
- **Atiende a la zonificación** del espacio protegido pues existen zonas con limitaciones en el tránsito.
- **Recuerda que muchas especies están protegidas** por ley. Además de la normativa nacional, existe un Catálogo Regional de Flora y Fauna Amenazadas de Asturias.
- **Está prohibido dar muerte**, dañar, molestar o inquietar intencionadamente a los animales silvestres, sea cual fuere el método empleado o la fase de su ciclo biológico. Esta prohibición incluye su retención y captura en vivo, la destrucción, daño, recolección y retención de sus nidos, de sus crías o de sus huevos, estos últimos aun estando vacíos, así como la posesión, transporte, tráfico y comercio de ejemplares vivos o muertos o de sus restos, incluyendo el comercio exterior.
- **No alteres el comportamiento de los animales**, especialmente en época de cría, ni intentes atraer su atención. Cuando están con crías, los animales pueden mostrarse agresivos.
- **En el caso de aves**, no te acerques a nidos ni colonias de cría.



Frutos del tejo

- **El estado de conservación** de algunas especies amenazadas, como es el caso del urogallo cantábrico, no permite en la actualidad el desarrollo de actividades turísticas en torno a esta especie.
- **No recolectar** especies animales ni vegetales. La fotografía es el mejor recuerdo.
- **El bienestar** de las especies observadas es lo primero.
- **Guarda silencio** y mantén siempre una distancia prudencial de seguridad.
- **Usa ropa y calzado adecuado**. Siempre acorde con la época del año. Permanece atento a las previsiones meteorológicas.
- **Evita el uso de perfumes** y colonias que delaten tu presencia. Sitúate siempre que sea posible, en zonas con el viento de cara.
- **Utiliza material óptico adecuado**, prismáticos o telescopio terrestre son siempre recomendables.
- **Realiza las observaciones de fauna en grupos pequeños**, de no más de 8-10 personas.
- **Realiza la actividad en compañía** de empresas locales profesionales. Sigue las instrucciones y consejos del guía.
- **Realiza la actividad en las zonas destinadas a ello**. Utiliza los observatorios ornitológicos y los observatorios de fauna acondicionados y señalizados. En el caso del avistamiento de oso, existen diferentes enclaves acondicionados como miradores-puntos de observación de fauna y se están realizando mejoras y ampliación de estos puntos. No realices esperas fuera de estas zonas, al borde de carreteras o en zonas que pueden entrañar un riesgo para ti y para otras personas.

- **No tirar basura ni desperdicios**. Respeta el medio natural. No alterar el hábitat es fundamental para la pervivencia de las especies.
- **Las aproximaciones** a los cetáceos y otras especies marinas, incluidas aves, han de realizarse de forma lenta y manteniendo una distancia de seguridad que debe ser de un mínimo de 100 metros para los barcos y de 30 metros para embarcaciones pequeñas tipo zodiac, etc. No permanecer junto a los animales mucho tiempo (Espacio Móvil de Protección de Cetáceos).
- **Si observas concentraciones de aves** marinas sobre la superficie, bordéalas.
- **Evita dar a conocer las localizaciones exactas** y en tiempo real de las especies observadas ni la ubicación de nidos. Las redes sociales y nuevas tecnologías tienen un efecto llamada inmediato que poder ser muy perjudicial para la especie.
- **Si encuentras un animal herido** o en peligro, avisa al 112.
- **No uses cebos, alimentos, ni reclamos** para atraer a la fauna. Suponen futuros problemas asociados al comportamiento de la especie y constituyen una mala praxis para fotografía o actividades de ecoturismo. Denuncia estos comportamientos llamando al 112.
- **Respeta los derechos de los propietarios de las fincas**. No entrar en dichas fincas sin permiso y no salirse de los recorridos permitidos.
- **Evita realizar salidas de observación de fauna en compañía de perros**. En caso contrario, mantenlo siempre atado.
- **Si existen centros de información** o de interpretación en el espacio natural, una visita previa siempre ayuda a sacar el mejor provecho de la actividad.
- **Respeta los procesos biológicos** de agua y suelo. Bajo una simple piedra se esconde todo un hábitat para invertebrados.
- **Recuerda que en la naturaleza**, la mejor huella de tu paso es no dejar ningún rastro de tu presencia.
- **Consulta también el Manual de Buenas Prácticas** para la Observación de Oso, Lobo y Lince en España publicado por el Ministerio para la Transición Ecológica..



<http://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas>



# Fotografía de naturaleza

La fotografía de naturaleza presenta mil y una oportunidades en Asturias, tantas como especies y paisajes tenemos. A la hora de salir al campo con la cámara te recomendamos seguir los consejos del Manual de Buenas Prácticas en turismo de naturaleza (página anterior) y además te sugerimos las siguientes indicaciones fotográficas.

*Paisaje de la Costa occidental*



## Fotos que no te puedes perder

Los rincones a fotografiar son casi infinitos en Asturias y además están siempre en relación directa con las afinidades personales del fotógrafo, sus gustos, el momento a inmortalizar, etc. Resulta por tanto muy complicado elaborar una lista de recomendaciones pero permítenos sugerirte algunas fotos que no puedes dejar de hacer en el Paraíso Natural:

- ▶ El Picu Urriellu o Naranjo de Bulnes desde alguno de los diferentes miradores desde los que se observa la cima más emblemática de Picos de Europa (Camarmeña, Pozo de la Oración, Pedro Udaondo, etc.)
- ▶ Fotografiar el hábitat de especies tan emblemáticas como el oso, el lobo, etc.
- ▶ Los paisajes de la Costa Oriental y de la Costa Occidental, tan diferentes y tan espectaculares. ¿Cuál? Mejor los dos, desde alguno de los miradores estratégicamente dispuestos sobre playas, acantilados, etc.
- ▶ ¿Una playa diferente? Acércate a la playa interior de Gulpiyuri.

*Zorro (Vulpes vulpes)*





## Consejos fotográficos

- Las especies animales están protegidas por ley y algunas, bajo un régimen de protección y/o catalogadas, requieren permisos especiales para su observación, fotografía y filmación, de forma permanente o en determinadas zonas o épocas del año sensibles para la especie.
- Evita usar el flash cuando fotografíes primeros planos de animales. Recuerda que está prohibido manipularlas.
- En la montaña el tiempo puede cambiar repentinamente. Lleva contigo siempre ropa adecuada, calzado de montaña y material para proteger tu equipo fotográfico ante las inclemencias del tiempo.
- Lleva baterías/pilas siempre cargadas y de repuesto (los cargadores solares outdoor son muy útiles). También suficientes tarjetas de memoria. Durante una excursión de observación de fauna o safari fotográfico, seguro que harás muchas más fotos de las que imaginas.
- En las cámaras réflex, evita cambiar de objetivos en la medida de lo posible y hazlo siempre con la cámara

Fotografiando osos



apagada y protegida para minimizar la entrada de polvo y partículas en el sensor.

- Un trípode es un magnífico compañero de ruta para la fotografía de naturaleza. Existen bastones de trekking adaptados como monopie y viceversa.
- Para la fotografía de fauna es recomendable un teleobjetivo con una distancia focal mínima de 300 mm. (réflex) o el equivalente en cámaras compactas.
- El Digiscoping es una técnica cada vez más implantada en la fotografía

de fauna. Existe una gran oferta de lentes y adaptadores para el telescopio terrestre.

- Escoge siempre los objetivos necesarios (tele, macro, etc.). Un paraguas es útil para la fotografía en el campo; también como parasol.
- Evita cargar con pesados equipos fotográficos, especialmente si vas a realizar largas marchas de montaña o aproximaciones a las zonas de observación de fauna. Los objetivos tipo zoom te darán más juego y evitarán portar varias lentes fijas.

- ▶ Será imposible resistirse a una fotografía panorámica desde el mirador del Fitu (Caravia).
- ▶ En cualquiera de nuestros robledales o hayedos en otoño lo complicado será sacar solo una foto....
- ▶ ¿Te gustan los lagos? Los de Somiedo, Saliencia o Covadonga, entre otros, no pueden faltar en tu colección fotográfica.
- ▶ Una imagen que resistirá el paso del tiempo es la de alguna de las muchas icnitas que hallarás en la costa de los dinosaurios.
- ▶ Si te gusta la fotografía de aves, llévate una buena imagen de recuerdo de la observación de treparriscos en Picos de Europa o de las aves acuáticas en las rías de Villaviciosa y el Eo.

Parque Nacional de los Picos de Europa





# Grandes avistamientos

*Osos, lobos y otros mamíferos terrestres asturianos*

El oso pardo es sin duda el emblema animal de Asturias, pero en nuestras montañas viven también lobos y otros mamíferos como ciervos, rebecos, corzos, zorros, gatos monteses, etc. Si te gustan los grandes avistamientos en la naturaleza, Asturias es uno de los mejores lugares para la observación de la gran fauna ibérica.

Esperando a los grandes mamíferos

Pocas sensaciones son comparables a la observación de los grandes de la fauna ibérica. El avistamiento de animales salvajes es una de las experiencias en la naturaleza más fascinantes y cautivadoras, y **Asturias posee los mejores ingredientes para disfrutar con la contemplación de los grandes mamíferos ibéricos**. Desde carnívoros como el oso o el lobo, hasta diferentes especies de ungulados: ciervos, corzos, gamos, rebecos, y otros mamíferos como el gato montés, la gineta o la nutria, por citar sólo algunos ejemplos, forman parte del privilegiado catálogo faunístico asturiano.

*Las montañas meridionales del Principado encierran una vida natural sin parangón, con el oso pardo cantábrico -el mayor mamífero terrestre presente en España-, como máximo exponente, y la presencia del carnívoro por excelencia: el lobo ibérico.*

Completan el pódium de experiencias la sonora berrea del venado en la Montaña Central o la gran densidad de rebecos en las montañas calizas del oriente asturiano.



Nutria (*Lutra lutra*)

Diferentes empresas locales ofrecen salidas de campo para avistamiento de fauna, así que nada mejor que ponerte en sus manos profesionales para cumplir el sueño de ver un oso o un lobo en estado salvaje, ver sus rastros y huellas, y conocer su hábitat natural.

Entre los endemismos cantábricos destaca la liebre de pijalet. En Asturias viven además numerosas especies de micromamíferos y quirópteros. Entre estos últimos, existen especies de murciélagos que presentan en nuestro territorio, algunas de las mayores poblaciones ibéricas.



## Oso pardo cantábrico, nuestro icono



Oso pardo (*Ursus arctos arctos*)

El oso pardo (*Ursus arctos arctos*) está presente en buena parte del continente europeo. La subespecie ibérica presenta dos poblaciones separadas geográfica y genéticamente: la pirenaica (algo más de 40 ejemplares que se encuentran casi exclusivamente en el Pirineo Central) y la que habita en la cordillera Cantábrica (aproximadamente 300 individuos), que a su vez está dividida en dos subpoblaciones.

*Buena parte de los osos cantábricos vive en territorio asturiano.*

A pesar de ser una especie forestal no sencilla de censar (método basado fundamentalmente en el seguimiento de osas con crías), recientes estudios cifran la subpoblación



Osa con esbardos

### Encuentros con osos

El oso es un animal salvaje y por tanto su observación ha de realizarse siempre a una distancia prudencial. Si caminas por una zona osera lo mejor es hacerlo con atención, hablando y haciendo algún ruido, ya que su potente olfato y oído (vista corta) hará que el oso se aleje ante nuestra presencia, evitando así el encuentro fortuito.

oriental (Palencia-Cantabria-Asturias) en más de 40 osos y la subpoblación occidental (Galicia-León-Asturias) en más de 250 osos. **Los parques naturales asturianos de Somiedo y de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, albergan la mayor cantidad de osos pardos de la península ibérica**, así que, si lo que te gusta es observar en libertad a este poderoso plantígrado, Asturias es tu destino. Como comprobarás, también el oso pardo ha encontrado en Asturias su Paraíso Natural. En los últimos 20 años se ha pasado de los 70 osos pardos cantábricos censados en 1994 a alrededor de 300 contabilizados en 2018, observándose además un incipiente contacto entre ambas poblaciones cantábricas. Fruto de diversos proyectos y actuaciones encaminadas a la conservación y recuperación de la especie, con acciones centradas en buena parte en la mejora del hábitat, han permitido en los últimos años, no sólo el aumento del número de osos en la cordillera, sino el contacto entre las poblaciones occidentales y orientales, ampliando la dispersión de la especie y posibilitando el intercambio genético gracias a corredores biológicos que sirven de pasillos naturales a la fauna.

Así pues, desde la vertiente de sensibilización, conservación y protección cabe señalar la labor de la **Fundación Oso de Asturias**, [www.osodeasturias.es](http://www.osodeasturias.es), la **Fundación Oso Pardo** [www.fundacionosopardo.org](http://www.fundacionosopardo.org) y del **Fondo para la Protección de los Animales Salvajes (FAPAS)** [www.fapas.es](http://www.fapas.es)



### No te pierdas...

- El avistamiento de oso pardo en los parques naturales de Somiedo y de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias.
- La “Casa del Oso” en Proaza y “Somiedo y el Oso” en Pola de Somiedo, centros de interpretación dedicados al gran plantígrado.
- Un asomo al cercano cercado osero en la Senda del Oso (Proaza), donde podrás ver a nuestro símbolo faunístico en semilibertad.



En primavera y a comienzos del otoño son los mejores momentos para poder disfrutar de estos avistamientos oseros. Diferentes empresas locales de turismo de naturaleza ofrecen actividad de observación de oso e interpretación de su hábitat en las principales zonas oseras. Existen también diferentes observatorios de fauna acondicionados y señalizados en los parques naturales de Somiedo y de las Fuentes del Narcea,

Degaña e Ibias (*El Connio* en zona Muniellos, *Brañas de Arriba* en zona Cueto de Arbás, *Fondos de Veiga* en Degaña, etc.). Otros miradores a los que llegar caminando y desde los que puedes disfrutar con la observación de fauna son por ejemplo el del Castiello o el de La Peral (Somiedo) o el del Centro de Interpretación de Muniellos (Oubachu/Oballo, Cangas del Narcea).

## Lobo ibérico



Lobo ibérico (*Canis lupus*)

Tras superar el cuello de botella poblacional de los años 70, con su mínimo histórico de distribución, el lobo ibérico (*Canis lupus signatus*) vive una época de expansión. **Los lobos asturianos forman parte de la población noroccidental de la península Ibérica, la más numerosa.** Se calcula en más de 2.000 los lobos

que viven al norte del río Duero, en el cuadrante noroccidental de la piel de toro. Varias manadas (**alrededor del 10% de las 300 manadas** o grupos de la población noroccidental) **están afincadas en territorio asturiano** y otros ejemplares realizan movimientos de dispersión por nuestras montañas. Acércate a observar al superpredador asturiano por antonomasia: el lobo, presente en buena parte del territorio excepto la rasa costera, la depresión central, los valles medios del Caudal y el Nalón, y las sierras prelitorales del oriente.

*En sus movimientos de agosto-septiembre y posteriormente en diciembre, enero y febrero, coincidiendo con su época de celo, son los mejores meses del año para observarlos en libertad, pues están más activos.*

Es un animal esquivo y difícil de observar pero tan interesante es llegar a verlo como detectar sus huellas, rastros y conocer el hábitat, biología y etología de la especie acompañados por alguna de las empresas de turismo de naturaleza.



### No te pierdas...

- ▶ Tras la huella del lobo en el parque natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias.
- ▶ La Casa del Lobo, en Belmonte de Miranda, te mostrará todo acerca del gran cánido ibérico, uno de los buques insignia de la fauna ibérica.
- ▶ Completa tu visita a la Casa del Lobo con una visita guiada al cercado de los lobos emplazado en el bosque cercano a este centro de interpretación.







Corzo (*Capreolus capreolus*)

## Ungulados

Más fáciles de observar que el oso y el lobo son las diferentes especies de ungulados que viven en Asturias, desde cérvidos como el **venado**, el **gamo** o el **corzo**, hasta bóvidos como el **rebeco** o suidos como el **jabalí**.

*De entre ellos destaca sin duda el espectáculo natural de la berrea de los venados, que tiene lugar entre mediados de septiembre y mediados de octubre (algo variable dependiendo de las condiciones meteorológicas).*



### No te pierdas...

- La berrea del venado en Aller, Ponga, Somiedo y Las Ubiñas-La Mesa.
- Las montañas calizas en el parque natural de Redes y en el parque nacional de Picos de Europa albergan la mayor densidad de rebecos.
- La Sierra del Suevo es el único enclave asturiano donde poder ver gamos.

La naturaleza ha querido que sea en Asturias donde la banda sonora más espectacular de la fauna ibérica ofrezca uno de sus mejores conciertos. ¿Por qué? Porque la orografía astur de la parte alta de los valles donde se desarrolla actúa como caja de resonancia, amplificando el sonido del bramido de los ciervos en época de celo. En Asturias la berrea se escucha a todo volumen. No tienes más que acercarte a las montañas de Ponga, Redes, Aller, Las Ubiñas-La Mesa o Somiedo para comprobarlo.

Zorro y jabalí son abundantes en nuestros bosques y montañas, también el corzo—el cérvido europeo más pequeño—, pero éste por su carácter más esquivo y solitario, no se deja ver con facilidad. Si prefieres disfrutar de la presencia del gamo acércate a la Sierra del Suevo, el único enclave asturiano donde es posible observar a estos cérvidos moteados. La ronca del gamo, en otoño, es otro sonoro espectáculo natural que no te puedes perder.

Las zonas rocosas de alta montaña constituyen el hábitat idóneo para los miles de rebecos cantábricos. El macizo occidental de Picos de Europa y las cumbres calcáreas del parque natural de Redes albergan la mayor densidad de este esbelto bóvido salvaje.

## Oso y Ciervo. Senderos interpretativos

En torno al oso pardo y al venado existen una serie de senderos temáticos que te recomendamos realizar.

Tres son las sendas interpretativas diseñadas para conocer diferentes aspectos del oso pardo cantábrico. El primero de los dos senderos enclavados en el Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, se sitúa en las inmediaciones del puerto de Leitariegos. Se llama **“Caminando al ritmo de las estaciones”** y gira en torno al calendario de los osos de Leitariegos. Se trata de un recorrido lineal de 6,2 km. (ida y vuelta) y dificultad baja, que arranca en Brañas d'Arriba y finaliza en Cabuezos. El segundo sendero en este parque natural se enclava en el entorno de Muniellos. **“Los refugios del oso pardo”** es un sendero que descubre las claves para la conservación del oso mediante un trazado circular de 4,3 km. y dificultad media que se inicia en el Centro de Interpretación de Muniellos.

El tercer sendero interpretativo osero lo encontramos en Valle de Lago, en el parque natural de Somiedo. Desde esta localidad un recorrido de

6,2 km. (ida y vuelta a la Braña de Sousas) y dificultad media, te muestra **“La vida familiar de los osos”** y las claves de la reproducción y la cría de estos mamíferos.

Por su parte, el sendero interpretativo **“El ciervo y la berrea”** te propone conocer la vida de los venados en un recorrido por las brañas alleranas. Se trata de un sendero de 9,4 km. (ida y vuelta; dificultad media) entre el Área recreativa Las Moyás (Cuevas-Aller) y El Pinganón.



Más información en:  
[tierradeosos.es](http://tierradeosos.es)



En el mar Cantábrico, en las aguas que separan la costa gallega y la costa vasca en el golfo de Vizcaya, se pueden avistar hasta 25 especies de cetáceos ya sean residentes o en paso migratorio. Estas especies se mueven por tanto frente a la costa asturiana, situada en el privilegiado corazón de esta franja marítima. El mar Cantábrico, con aguas frías y ricas en alimento disponible para los cetáceos, es uno de los mejores spots de whale watching en el sur de Europa.



Delfines mulares

## Whale watching,

### *tras los mamíferos marinos del Cantábrico*

Entre las principales especies observables se encuentran el delfín común, delfín listado, delfín mular, calderón común, calderón gris, marsopa común, cifo de Cuvier, rorcual aliblanco, rorcual común. Más difícil de avistar por ser menos comunes son la ballena Minke, la ballena piloto, los caldero-

nes de Aleta Larga, los cachalotes, los delfines de Rissio y el cifo nariz de botella del Norte. Un repóquer de especies raras en la zona son la ballena azul, la ballena jorobada, el cifo de Sowerby (o del Atlántico norte), la orca y el delfín atlántico (o de flancos blancos). Por su parte, la ballena franca glacial (o de los vascos), el cifo de Balinville, el cifo de True, los cachalotes pigmeos, los cachalotes enanos, la orca pigmea, la falsa orca, el delfín de pico blanco y el delfín manchado, completan la lista de especies raras.



Ballena Piloto

*7 de las 20 especies de cifios o ballenas picudas existentes en el planeta están presentes en aguas cantábricas si bien son difíciles de avistar debido a que llegan a permanecer más de una hora sumergidos.*



Y recuerda que además de cetáceos, en las salidas marinas con suerte puedes observar tortuga boba, tortuga laúd, o mucho más raramente, la tortuga verde. Incluso sorprenderse con la presencia de foca gris, generalmente ejemplares juveniles en dispersión procedentes de colonias de origen situadas en Irlanda, Escocia e Inglaterra y cuya presencia en las costas del norte de España ha experimentado un notable aumento en los últimos años. De forma mucho más esporádica puede verse en la costa en Asturias la foca de casco.

*Dos de las mejores zonas para avistar cetáceos, especialmente delfines de diferentes especies y calderones son el cañón de Lastres y, mucho más alejada de la costa, la espectacular reserva marina del Cachucho, situada a 65 kilómetros de la costa de Ribadesella.*

A esta última no se realizan salidas organizadas de avistamiento pero sus 2.350 kilómetros cuadrados son el estandarte de la biodiversidad marina asturiana. El Cachucho es la primera reserva marina declarada en España.

Los meses de primavera y veranos constituyen la mejor época para avistamiento de cetáceos en Asturias. Existen empresas que organizan salidas de whale watching desde los puertos de Gijón y Lastres/Lastres.

Cabo Peñas



Centro de Experimentación Pesquera

## Museos y centros sobre el mar

Además del **Parque de la Vida** (Valdés) y de los **Centros de Interpretación del Medio Marino de Peñas** (Gozón) y **de la Ría del Nalón** (L'Arena/San Juan de la Arena; Soto del Barco), existen otros museos y centros ligados al mar que no debes dejar de visitar:

- > **Centro de Interpretación de la Ría de Villaviciosa.**  
[www.turismovillaviciosa.es](http://www.turismovillaviciosa.es)
- > **Centro de Interpretación de la Ría del Eo, en Castropol.**  
[www.castropol.es](http://www.castropol.es)
- > **Acuario de Gijón.** [www.acuario.gijon.es](http://www.acuario.gijon.es)
- > **Museo de las Historias del Mar, en Puerto de Vega, Navia.**
- > **Museo Marítimo de Asturias, en Gozón.**  
[www.museomaritimodeasturias.com](http://www.museomaritimodeasturias.com)
- > **Centro de Experimentación Pesquera, en Gijón.**  
<http://tematico.asturias.es/dgpesca/din/exper.php>



## No te pierdas...

- ▶ Una visita al **Parque de la Vida**, en L.Luarca/Luarca, un espacio en pro de la recuperación, conservación, educación y divulgación de ecosistemas marinos y terrestres, donde poder conocer especies únicas como los calamares gigantes. ([www.parquedelavida.org](http://www.parquedelavida.org)).
- ▶ Una visita al **Centro de Interpretación del Medio Marino** y el **Centro de Recepción de Visitantes del Cabo Peñas** (Gozón). ([www.ayto-gozon.org](http://www.ayto-gozon.org))
- ▶ En el **Centro de Interpretación de la Ría del Nalón**, **Puerta del Mar** (L'Arena/San Juan de la Arena; Soto del Barco) podrás descubrir características medioambientales de la ría del Nalón ([www.bajonalon.es](http://www.bajonalon.es)) y la importancia de la angula.



# Birdwatching

## Observación de aves

Desde el nivel del mar hasta la alta montaña, la gran cantidad de ecosistemas y hábitats presentes en Asturias permiten la existencia de casi 400 especies de aves. La joya alada es el escaso urogallo cantábrico, al que en los últimos años se ha unido el quebrantahuesos. Por méritos propios el Principado se ha convertido en una de las referencias nacionales para la observación de aves. Prepara los prismáticos y acércate a nuestros espacios naturales protegidos para comprobarlo.



Águila real

El turismo ornitológico cuenta cada vez con más adeptos y Asturias, una vez más, se encarga con sus paisajes, de ofrecer algunos de los mejores enclaves o spots para la observación de aves. El binomio mar y montaña cobra más relevancia que nunca a la hora de albergar unos paisajes que se traducen en una rica biodiversidad de ecosistemas y hábitats para las aves, manifestada igualmente en una gran variedad de especies de aves marinas, acuáticas (rías, estuarios, embalses, lagos), de ribera, de campos abiertos, forestales, urbanas, de montaña, etc. En total se han listado **385 especies entre residentes y migratorias**.

Varias ZEPAS (Zonas de Especial Protección para las Aves) confirman la importancia ornitológica de la costa asturiana

para muchas aves residentes y, en época migratoria, para infinidad de especies que utilizan suelo (o agua) asturiano para alimentarse antes de seguir viaje entre Europa y África a través de la Ruta Migratoria del Atlántico Oriental. Son los pasos migratorios de primavera (prenupcial) hacia sus áreas de cría en el norte y de otoño (post nupcial) de regreso con su prole hacia el sur. El Principado de Asturias cuenta con **13 ZEPAS** que ocupan una extensión total de 223.102 hectáreas terrestres y 16.574 hectáreas marinas. Ocupan el 21,03% del territorio y son: Somiedo, Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, Ubiña-La Mesa, Penarronda-Barayo, Cabo Busto-Luanco, Ría de Ribadesella-Ría de Tinamayor, embalses del centro (San Andrés, la Granda, Trasona y la Furta), Picos de Europa, Muniellos, Ría de Villaviciosa, Redes, Ponga-Amieva, Ría del Eo.



Observatorio ornitológico



### No te pierdas...

- ▶ La vida y seguimiento del Quebrantahuesos en Picos de Europa (Benia de Onís).
- ▶ La Reserva Natural Parcial de la ría de Villaviciosa, es uno de los spots de birdwatching más importantes de España. No debe faltar una visita a los centros de interpretación de la ría de Villaviciosa (Villaviciosa) y de la ría del Eo (Castropol).
- ▶ Nocturnia, un espectáculo de aves rapaces nocturnas del Jardín Botánico de Gijón.





Pechiazul

En Asturias puedes observar casi el 70% de las aves existentes en España.

Las **aves acuáticas** (gaviotas, garzas, patos, cormoranes, limícolas, etc.) son aquellas que habitan humedales en rías, estuarios, embalses y lagos. También las aves marinas que residen o pasan frente a nuestra costa.

Muchas de nuestras especies más emblemáticas son **aves de bosque**, desde pequeños pájaros hasta pájaros carpinteros, aves de presa o el urogallo, viven en ambientes forestales. Los vastos y bien conservados bosques asturianos son su hogar.

Las **aves rapaces** despiertan siempre una admiración especial. Desde el águila pescadora hasta el águila real o el quebrantahuesos, estas aves predatorias, viven desde el nivel del mar hasta la alta montaña cantábrica.

## *La ría del Eo y la ría de Villaviciosa están declaradas Humedales de Importancia Internacional RAMSAR.*

La costa ofrece “puerto seguro” a gaviotas (láridos), álcidos, limícolas, cormoranes, anátidas, passeriformes y rapaces, fundamentalmente, en lugares como la ría de Tina Mayor, la sierra del Cuera, la ría de Ribadesella, la ría de Villaviciosa, el Cabo Peñas, la reserva de Barayo, la costa acantilada de Navia, Isla la Deva, Isla Tapia, o la ría del Eo. Rías, estuarios, cursos fluviales, bosques, montañas y un buen número de islotes y acantilados inaccesibles ofrecen hábitat idóneo a un buen número de aves. Entre las **aves marinas** destacan cormoranes moñudos, paíños europeos, araos, alcas, alcatraces y varias especies de gaviotas.

En cuanto a **aves acuáticas**, los limícolas, ardeidas, rálidos y anátidas copan una larga lista en la que observar, entre otras aves: colimbos, zampullines, garzas, espátulas, cigüeñue-

las, ánsares, ánades, cercetas, rascones, zarapitos, agujas, archibebe, andarríos, chorlitejos, correlimos, agachadizas, ostreros euroasiáticos, gaviotas, etc.

*La rapaz más destacada del litoral es el águila pescadora, mientras que en los cursos fluviales abundan el martín pescador y el mirlo acuático, y en el bosque las especies más emblemáticas a la vez que escasas son el urogallo cantábrico -joya ornitológica- y el pico mediano.*

En cuanto a aves de montaña sobresalen entre otras muchas el treparriscos, que incluso se observa en los acantilados de la rasa costera, el águila real y el quebrantahuesos, que ha vuelto a sobrevolar las montañas de los Picos de Europa. El más bello de los cuatro buitres ibéricos ha regresado para quedarse.

Gracias a la actividad de “**Vida y Seguimiento del Quebrantahuesos**” podrás conocer todo sobre la biología, historia y ecología de esta rapaz en Asturias. La desarrolla la Fundación para la Conservación del Quebrantahuesos desde el Centro “Las Montañas del Quebrantahuesos”, situado en Benia (Onís), un centro para la biodiversidad y el desarrollo sostenible en Picos de Europa.

En el territorio asturiano existen diferentes equipamientos medioambientales en los espacios naturales protegidos, como centros de visitantes y de interpretación, que ofrecen información sobre las aves de cada lugar. También existen rutas señalizadas y observatorios ornitológicos en los principales enclaves de birdwatching, así como empresas que ofrecen rutas guiadas.



Urogallo cantábrico

El urogallo cantábrico es sin duda una de nuestras aves más emblemáticas, pero su delicada situación poblacional hace que su conservación prime sobre su interés como recurso turístico.





Cernícalo



Treparriscos



Azor



Focha Común

## Lugares de avistamiento

### ■ Mirador de la Reina

Punto de aporte alimentario para aves necrófagas en épocas de escasez. Inaugurado en julio de 2015, este célebre mirador ubicado en la subida a los Lagos de Covadonga ofrece, además de panorámicas excepcionales, información y la oportunidad de observar aves rapaces necrófagas como buitre leonado, quebrantahuesos, alimoche común, águila real, milano real o cuervo.

### ■ Ría de Villaviciosa

La Reserva Natural Parcial de la ría de Villaviciosa (ZEC, ZEPA, Humedal RAMSAR) es el principal enclave para la observación de aves en Asturias. Entre las aves más destacables se encuentran el águila pescadora, el martín pescador, cormorán grande, gaviotas reidora y patiamarilla, ánsar común, cerceta común, ánade azulón, garceta común, garza real, ostrero euroasiático, andarríos chico, correlimos común, zarapito real, archibebe común, archibebe claro, agachadiza, chorlito gris, chorlito grande, chorlito dorado, avefría común, el escaso alcaraván común y aguja colipinta. Existen diferentes puntos de observación de aves en esta reserva: *El Puntal* (gaviota reidora, gaviota patiamarilla y gaviota sombría, limícolas y, en invierno, charranes, colimbos, alcas, negrones, etc.), *Centro Interpretación* (limícolas, garzas, cormoranes y en invierno concentraciones de pato cuchara, ánade real o pato azulón, cercetas, gansos, avefrías, etc.), *El Cierrón* (limícolas, garzas y

patos, milano negro, cernícalo vulgar, etc.), *El Gaitero* (limícolas, garzas y garcetas, cormoranes, gaviota reidora, etc.), *Sebrayu* (focha común, gallineta, zampullín común, y varias especies de patos, garceta común, garcilla bueyera, gansos, etc.), *La Ancienona de Seloriu* (focha común, gallineta, rascón, martín pescador, limícolas, pato azulón, etc.), *El Picu* (limícolas, pato azulón, silbón europeo, zampullín, focha común, etc.) y *Misiegu* (limícolas y aves marinas). En la ría de Villaviciosa se observan otras aves como el cuchara europeo, al ánade rabudo, zampullín chico, zampullín cuellinegro, somormujo lavanco, colimbo grande, y zancudas como la garza real, garcilla bueyera, espátula europea, y mucho más raramente garza imperial, avetoro y garcilla cangrejera. El ánsar común encuentra en la ría el único punto de invernada de la región. Incluso se pueden llegar a ver cigüeñas blancas, cigüeñas negras y grullas.



Pico Mediano

Para ver aves en esta reserva te recomendamos la ruta PR-AS231 (ruta de la Ría de Villaviciosa), el sendero autoguiado "1.100 pasos para descubrir la Ría", y por supuesto una visita al centro de interpretación de la reserva donde, si necesitas, te prestarán unos prismáticos para disfrutar al máximo tu visita.

### ■ Ría del Eo

En invierno la ría del Eo (ZEC, ZEPA, Humedal RAMSAR) es uno de los lugares más interesantes para los amantes de las aves acuáticas, sobre todo para las anátidas (hasta el 80% de las anátidas que invernan en Asturias utiliza principalmente la ría del Eo). En la parte asturiana de esta Reserva de la Biosfera, destacan tres zonas para la observación: *La Linera* (As Salías y Rozos) para ver anátidas, limícolas, garcetas, cormoranes, garzas y gaviotas; el *muelle de Castropol* para observar zampullines, cormoranes y gaviotas, y el *área de descanso de A Ribeira* para ver anátidas y limícolas alimentándose en los canales de A Xunqueira. Entre las aves acuáticas más sobresalientes de la ría se encuentran las anátidas como el ánade rabudo, silbón europeo y cerceta común, y los limícolas como el correlimos común, zarapito real. A éstas habría que añadir: ánade friso, pato cuchara, focha común, garceta común, aguja colipinta, chorlito grande, andarríos chico, chorlito gris, ostrero, archibebe común, garza real, cormorán grande, gaviota reidora, zampullín cuellinegro y gaviota sombría.

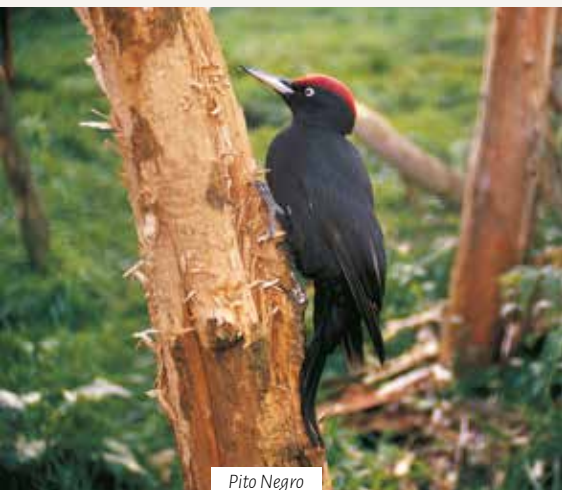


Garza Real



### Costa de Gijón

La franja que va entre el Cabo de San Lorenzo y el Cabo Torres, es una de las áreas más importantes del norte de España para las aves marinas. Allí encontramos hábitat de mar, costa acantilada y rasa, así como playas y desembocaduras. *La ruta ornitológica Costa de Gijón* (a pie y en vehículo) permite contemplar el espectáculo de la migración post nupcial desde mediados de agosto hasta diciembre. Muchas especies se quedan a pasar el invierno en la zona como el colimbo grande, el colimbo chico, pardela capiroxada, pardela sombría, pardela pichoneta, pardela balear, paño boreal, alcatraz, eider común, negrón



Pito Negro

común, negrón especulado, esmerejón, ostrero, correlimos oscuro, zarapito real, págallo pomarino, gaviota cana, gavión atlántico, alca común, arao común, frailecillo, bisbita costero, estornino pinto o el escribano nival. Además de éstos, en paso migratorio se ve serreta mediana, chorlito carambolo, chorlito dorado, chorlitejo grande, correlimos tridáctilo, correlimos menudo, correlimos zarapitín, aguja colipinta, zarapito trinador, falaropo picogruoso, págallo parásito, gaviota cabecinegra, gaviota enana, charrán común, charrán ártico, bisbita campestre, tarabilla norteña, curruca mosquitera y mosquitero ibérico. Entre las especies residentes encontramos algunas tan interesantes como el cormorán moñudo, el paño europeo, la gaviota patiamarilla, el milano real, los aguiluchos lagunero y pálido o el halcón peregrino, y, en verano, alcotán europeo, autillo, curruca zarcera y alcaudón dorsirrojo.



Alcatraz Atlántico



Perdiz



Chova Piquigualda



Alimoche

### Cabo Peñas

El Paisaje Protegido del Cabo Peñas es otro de los lugares de referencia en cuanto a aves marinas se refiere. Destacan sus poblaciones nidificantes de gaviota patiamarilla, cormorán moñudo y paño europeo. Entre las aves terrestres destaca el halcón peregrino. El Cabo Peñas es un buen lugar para observar alcatraces atlánticos en época migratoria. La Punta de la Vaca es probablemente el lugar más destacado para ver aves en este espacio natural costero.



Quebrantahuesos

### Montaña Central de Asturias

Los hábitats de alta montaña y bosque atlántico de los concejos de Aller, Mieres, Lena, Morcín, Riosa y Ribera de Arriba son uno de los mejores territorios para observar aves ligadas a estos hábitats, entre las que destacan: águila real, búitre leonado, aguilucho pálido, azor común, halcón peregrino, perdiz pardilla, chocha perdiz, lechuza campestre, pito negro, pico mediano, avión roquero, lavandera cascadeña, mirlo acuático, acentor alpino, curruca rabilarga, carbonero palustre, treparriscos, agateador norteño, chova piquigualda, chova piquirroja, gorrión alpino, camachuelo común, escribano cerillo, escribano montesino. Aves residentes todas ellas a las que se unen en verano otras como abejero europeo, alimoche común, culebrera europea, águila calzada, chotacabras europeo, torcecuello euroasiático, bisbita ribereño alpino, colirrojo real, tarabilla norteña, collalba rubia, roquero rojo, mirlo capiblanco, curruca zarcera, mosquitero papialbo, mosquitero ibérico y alcaudón dorsirrojo. Milano real, esmerejón, avefría, chorlito dorado común, alondra común y bisbita pratense engrosan la lista en invierno. Ocasionalmente bisbita campestre, tarabilla norteña, collalba gris o papamoscas cerrojillo se dejan ver en paso migratorio. Una ruta circular (Ruta ornitológica Montañas y Bosques de la Montaña Central Asturiana) en vehículo de 253 kilómetros con paseos a pie por caminos y senderos permite recorrer diferentes enclaves de interés ornitológico.

### Otros espacios naturales de montaña

como Somiedo, Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, Ponga u otras zonas de Las Ubiñas-La Mesa (además de las incluidas en la Montaña Central) son magníficos enclaves donde encontrar estas especies forestales y montanas reseñadas en la Montaña Central. El escaso pico mediano, el águila real, el alimoche, el halcón peregrino, el azor, la perdiz pardilla o el avión zapador, se encuentran entre las más importantes. Además, las altas montañas calizas de Picos de Europa, son el hábitat perfecto para el quebrantahuesos.



# Por los bosques asturianos

Nuestros árboles y bosques constituyen uno de los sellos de identidad del Paraíso Natural que te espera. Robledales y hayedos, fundamentalmente, tapizan el manto verde asturiano formando algunos de los bosques más importantes de la península Ibérica y del continente europeo.

*El Bosque de Muniellos es el mayor robleal de España*

**Asturias no es verde por casualidad.** Pertenece a la Región fitogeográfica Eurosiberiana (superprovincia Atlántica), caracterizada por climas húmedos y suaves, atemperados por la presencia del mar Cantábrico, aunque la proximidad de la región Mediterránea, con climas mucho más drásticos (inviernos muy fríos y veranos muy cálidos) se deja sentir al sur de la provincia, en zonas como la cuenca alta del Navia.

*Gracias a su ubicación geográfica, confluyen en nuestra comunidad autónoma tres tipos de elementos biogeográficos: euroasiático, afro mediterráneo y lusitano.*

El resultado se traduce en una **alta biodiversidad de flora:** 200 especies de algas, más de 2.500 taxones de hongos macromicetos, unas 1.000 especies de líquenes, más de 600 especies de briófitos y alrededor de 2.200 especies de plantas vasculares autóctonas.

Tipo de suelo, orientación e inclinación de la ladera, altitud, y sobre todo el clima (pluviosidad y temperatura), son parámetros que marcan la presencia de unas u otras especies de flora y por ende, la distribución de las comunidades vegetales (fitosociológicas). La variedad geológica del territorio asturiano y su accidentada orografía, con altitudes que van desde el nivel del mar hasta cimas de más de 2.500 metros de altitud, sierras, cordales y macizos montañosos dispuestos hacia los



Acebo



cuatro puntos cardinales, permiten el crecimiento de **una gran variedad de bosques**. **Carbayedas, robledales de roble albar, bosques de ribera, y hayedos son las formaciones boscosas naturales principales**, aunque en nuestros montes también crecen árboles perennes típicamente mediterráneos como **encinas y alcornoques**, y otros tan ligados a nuestra historia como el **tejo** y el **acebo**, que junto al carbayo, eran los árboles de mayor carga sagrada para los astures.

*La distribución de los grandes bosques de montaña en Asturias se caracteriza en general por la presencia de hayedos en el oriente y centro de la provincia y robledales en el occidente.*

Junto a los ríos y cursos de agua crecen alisos, sauces, álamos, fresnos, arces, avellanos, etc. formando densos bosques riparios. En zonas de montaña crece también el **castaño**, el **abedul**, y otros como el acebo y el tejo, que llegan a formar bosquetes relictos.

Son bosques en su mayoría caducifolios y que, salvo en los bosques de ribera (constituídos por diferentes especies que crecen junto al agua, en la orilla de ríos y arroyos) y los bosques mixtos (integrados también por diferentes árboles), reciben su nombre en función de la especie de árbol dominante.

Bosque en Redes



Amanita muscaria

## Setas

Si eres aficionado a las setas, estás de enhorabuena. En el aspecto micológico contamos con **más de 2.500 especies** de taxones macromicetos (hongos) de los cuales la mayoría son setas.

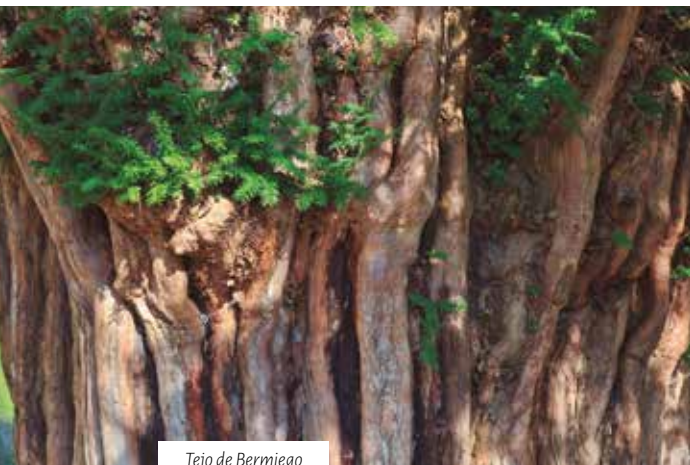
El otoño es la época estrella, pero el clima y la variedad de bosques permiten disfrutar de la presencia de setas prácticamente todo el año. Abren la temporada micológica las setas de primavera o de San Jorge (una de las más afamadas del norte de España), en verano aparecen cantharellus, algunos boletos y russulas y en el otoño la mayoría de boletos, lepistas, tricolomas, lactarios, etc. Incluso en invierno podemos disfrutar de algunas especies como *Flammulina velutipes*. Un paraíso micológico 365 días al año si tenemos en cuenta además que **dos de las tres setas más apreciadas por los aficionados se encuentran en Asturias**: *Boletus edulis* y *Amanita cesarea*.

Profundizando algo más, en Asturias puedes encontrar los siguientes tipos de bosques: las carbayedas (dominadas por el roble carbayo), que las encontramos en lugares como las Hoces del río Esva (Valdés), Ajuyán y Brañes (Oviedo), Cuadonga/Covadonga (Cangas de Onís), Bergueres y Lieres (Siero), etc.; los encinares en Pimiango (Ribadedeva), Llanes o Soto de los Infantes (Salas) y carrascales (subespecie de encina denominada carrasca) en Castro y La Malva, ambos en Somiedo; los alcornocales en las localidades de San Esteban de los Buitres (Illano) y sobre todo en Boxu (Allande); los bosques de ribera (alisedas, saucedas de los valles y bosques montanos de ribera sin alisos) a lo largo de cualquier curso fluvial astur; los bosques mixtos de arces, fresnos, avellanos





Carbayón de Valentín



Tejo de Bermiego

y abedules (Muniellos); los rebollares (Muniellos, Belmonte y en laderas de solana en Degaña); los robledales albares, con el roble albar como protagonista como Muniellos, Valdebueyes, Degaña, La Fuente (Aller), Caliao/Caleao (Caso), el desfiladero de los Beyos o Tielve (Cabrales), etc.; los hayedos (bosques muy húmedos dominados por el haya) entre los que destacan los bosques de Monasterio de Hermo-Gedrez (Cangas del Narcea), Redes (Caso), Peloño (Ponga), Monte Palomberu y Pome (Picos de Europa), El Gumial (Aller), Montegrande (Teverga); y finalmente los abedulares, cuyas mejores manifestaciones se localizan en Valdebueyes (Ibias), Muniellos y Monesteriu d'Ermu/Monasterio de Hermo (Cangas del Narcea), Degaña, Montegrande y Puerto Ventana (Teverga).



## No te pierdas...

- ▶ El Bosque de Muniellos, el mayor y mejor conservado robledal de España y uno de los más extensos de Europa.
- ▶ El Hayedo de Monasterio de Hermo es el mayor bosque de hayas del Principado.
- ▶ Acércate hasta alguno de los árboles centenarios que crecen en nuestro territorio bajo la figura de Monumento Natural.



Hayedo de Montegrande

A lo largo y ancho del territorio existen **diferentes bosques y árboles centenarios declarados Monumento Natural**: entre las formaciones boscosas son monumentos naturales el Alcornocal de Boxo (Boxo; Allande), las Saucedas de Buelles (Peñamellera Baja) y la Carbayera de El Tragamón (Gijón). Como árboles monumentales el Carbayón de Valentín (Valentín; Tineo), el Carbayón de Lavandera (Tueya; Gijón) y los tejos de Pastur (La Bobia; Illano), Santa Coloma (Santa Coloma; Allande), Lago (Lago; Allande), Salas (Salas), Bermiego (Quirós) y Santibáñez de la Fuente (Aller).

---

*Son bosques con personalidad y magia, mucha magia. La magia que confiere la proliferación de musgos y líquenes sobre troncos y ramas, signo inequívoco de la buena salud ambiental del aire.*

---





Ruta del bosque de Peloño

No en vano aquí viven y pasean desde osos, urogallos o pájaros carpinteros hasta *trascos* y *xanas*, nuestros duendes y ninfas, y quién sabe, quizá te cruces con otros seres mitológicos astures como *El Lloberu*, *Xuán de la Borrina* o *El Busgosu*. Pero si los bosques asturianos son bellos durante todo el año, al llegar el otoño despliegan una gama cromática digna de la paleta del mejor pintor. Imposible hallar más colores entre el ocre, y el rojo, pasando por marrones, naranjas y amarillos de todas las tonalidades imaginables.

Una de las experiencias de ecoturismo más gratificantes que puedes realizar en Asturias es adentrarte en alguno de estos bosques de la mano de las empresas que realizan actividades de interpretación del medio natural para sacar el máximo provecho de tu visita.

## No dejes de visitar los siguientes bosques

- **Encinar de San Emeterio** (Pimiango). Se trata de uno de los bosques de encina más septentrionales de la cornisa cantábrica. Crece en el límite oriental de la provincia, al borde del mar, junto al Cabo San Emeterio.
- **Saucedas de Buelles** (Peñamellera Baja). Este Monumento Natural a orillas del río Deva es una de las saucedas más grandes y mejor conservadas de la cornisa cantábrica. Crecen diferentes especies arbóreas de Saucos (sarga de hoja estrecha, mimbrera, sarga y sauce blanco) y alisedas ribereñas.
- **Hayedo de la Biescona** (Sierra del Sueve). Presenta la particularidad de ser el hayedo ubicado a menor altitud de cuantos crecen en España. Lo hace a solo 200 metros de altura, en la falda norte de la Sierra del Sueve.



Hayedo de la Biescona

- **La Tejada** (Sierra del Sueve). También en la Sierra del Sueve crece este bosque de tejos que ocupa unos 8 kilómetros cuadrados de extensión, siendo uno de los mayores de Europa. Crecen también junto a los tejos, acebos que desarrollan un imponente porte arbóreo y espineras.
- **Bosque de Peloño** (Ponga). El Bosque de Peloño es uno de los hayedos mejor conservados de la península Ibérica. Está situado en las montañas del Parque Natural de Ponga y ocupa unas 1.000 hectáreas de extensión.
- **Hayedos de Redes** (Caso y Sobrescobio). El haya se extiende por el parque natural y Reserva de la Biosfera ocupando una superficie de más de 9.000 hectáreas, que equivale a las tres cuartas partes de la superficie de este espacio protegido.
- **Hayedo de Monasterio de Hermo** (Cangas del Narcea). Dentro del Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, caracterizado por robledales, en el Monte de Hermo crece sin embargo el mayor hayedo de Asturias, con alrededor de 1.500 hectáreas.
- **Bosque de Muniellos** (Cangas del Narcea). El bosque asturiano por excelencia. La Reserva Natural de Muniellos es el mayor y mejor conservado robledal de la península Ibérica. También una de las mayores extensiones de roble albar del continente Europeo. Es preciso gestionar un permiso de visita, a través de la web del Principado de Asturias, reservado a 20 personas al día.
- **Alcornocal de Boxo** (Allande). Este Monumento Natural alberga el bosque de alcornoques más grande del Principado de Asturias.

Monumento Natural Saucedas de Buelles. Peñamellera Baja







Costa jurásica

Pocas cosas llaman más la atención de los más peques de la casa (y de los no tan pequeños) que el mundo de los dinosaurios. En Asturias tenemos todo un tramo litoral repleto de yacimientos de estos gigantes del Jurásico. Bienvenidos a la Costa de los Dinosaurios.

## La costa de los dinosaurios

Son varios los lugares repartidos en el tramo de **costa entre Ribadesella/Ribeseya y el Cabo Torres, en Gijón** (en los concejos de Ribadesella, Caravia, Colunga, Villaviciosa y Gijón) que poseen huellas de dinosaurio (icnitas). Se encuentran englobados dentro del **Monumento Natural de los Yacimientos de Icnitas de Asturias** y se pueden recorrer a través de una **ruta de 44,5 kilómetros de litoral**.

Réplicas de dinosaurios en el Museo del Jurásico de Asturias



Sin duda no podéis dejar de visitar: playa de Santa Marina, acantilados de Tereñes y playa de Vega en Ribadesella, playa de la Griega y acantilado de Lastres en Colunga, y finalmente el puerto de Tazones, faro de Tazones, acantilados de Oles y playa de Merón en Villaviciosa, de este a oeste.

---

*Datan de hace 150 millones de años, en el Jurásico, cuando diferentes especies de dinosaurios bípedos y cuadrúpedos dejaron impresas sus huellas en el blando sustrato fangoso y arenoso.*

---

Su sedimentación, convertida ya en roca solidificada, ha permitido la conservación de esas icnitas hasta nuestros días. De moldes y contramoldes. Existen diferentes paneles informativos a pie de yacimiento pero lo mejor es hacer una parada



previa en las magníficas instalaciones del **Museo del Jurásico de Asturias (MUJA)**, en Colunga, donde podréis ver, aprender y comprender todo sobre estos fantásticos animales, su presencia en la costa asturiana y la importancia internacional que tienen estos yacimientos.

Muy cerca del MUJA se encuentra la **playa de la Griega** con su yacimiento de icnitas. Es el más importante, pues **posee las**



Icnitas en playa de la Griega (Colunga)

mayores huellas de dinosaurios terópodos y estegosaurios conocidas hasta el momento, que se cuentan entre las más grandes del mundo.

*La naturaleza fosilizada que hallarás en los yacimientos asturianos destacan por su buen estado de conservación y su abundancia de huellas, situando a este patrimonio paleontológico como uno de los referentes nacionales e internacionales.*



Icnitas en Tazones. Formación Tereñes (Villaviciosa)



Icnitas en el Museo del Jurásico



## No te pierdas...

- El yacimiento de la playa de la Griega (Colunga) con sus huellas de dinosaurios saurópodos que se encontraban en una laguna costera. Estas icnitas se hallan entre las más grandes del mundo.
- Una visita al MUJA, el Museo del Jurásico de Asturias, en Colunga. El MUJA alberga la mejor colección de huellas de dinosaurio de Europa y tercera del mundo.



# Ventanas al paraíso

Enorme belleza y un escarpado relieve son dos de las primeras impresiones que evoca el paisaje asturiano. Desde el mar hasta la alta montaña, pocos escenarios escapan al catálogo paisajístico desplegado a los ojos del visitante. Una serie de estratégicos miradores permite disfrutarlos al máximo. Son las ventanas al Paraíso.

Mirador del Fito. Caravia

El *Atlas de los Paisajes de España* diferencia en el territorio asturiano tres bandas paralelas y longitudinales: **la franja montañosa del sur**—donde se encuentra la media y alta montaña asturiana, con altitudes que superan los 2.000 metros-, **la franja litoral al norte**—bañada por el mar Cantábrico-, y **los valles y sierras centrales**—paisajes ondulados, boscosos, dominados por baja y media montaña-, que enlazan ambas franjas. La disposición del relieve y el clima, además del grado de influencia antrópica, definen la riqueza natural.

*En total se identifican en Asturias 51 paisajes, con una docena de tipos de paisajes que forman parte de 7 asociaciones paisajísticas: los macizos montañosos septentrionales (ubicados al sur de la provincia) y las rías, marismas y rasas cantábrico-atlánticas en el litoral.*

Mirador Pedro Udaondo. Asiego







Cabo Busto (Valdés)

Entre ambas bandas se encuentran las cinco asociaciones de paisajes centrales: Sierras y montañas atlánticas y subatlánticas, cuencas, hoyas y depresiones, corredores, valles, y gargantas, desfiladeros y hoces.

*Paisajes que invitan a ser descubiertos con calma, a ser contemplados pausadamente a través de los diferentes miradores acondicionados a lo largo y ancho de la provincia.*



## No te pierdas...

- ▶ La Ruta de los Puertos en el occidente asturiano (Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias).
- ▶ Las panorámicas del Picu Urriellu (Naranjo de Bulnes) desde los miradores del Pozo de la Oración, Pedro Udaondo y Camarmeña.
- ▶ El paisaje de la Costa Occidental desde los miradores de Cabo Vidio.

Un territorio que parece haber sido diseñado para explorar caminando o también mediante el *touring*, ya sea en vehículo o en moto, pero siempre con una cámara fotográfica a punto. No te dará tiempo ni a guardarla... El **turismo fotográfico** gana adeptos cada año y dos de las modalidades preferidas por más visitantes son la fotografía de naturaleza y la de paisajes. Asturias es referencia obligada.

A los miradores naturales que el relieve astur proporciona al visitante se suman muchos otros miradores acondicionados. Litoral e interior cuentan con una vasta lista de puntos panorámicos, a cada cual más espectacular. Playas, acantilados, gargantas, lagos y lagunas, picos, bosques... mucho donde elegir.



Mirador de San Esteban de los Buitres

De este a oeste, entre otros, los siguientes **miradores**:

- En la línea costera, también de este a oeste: La Boriza (Llanes), San Roque (Lastres), Cabo de San Lorenzo y Cabo Torres (Gijón), Cabo Peñas (Gozón), Espíritu Santo (Muros de Nalón), Cabo Vidio (Cudillero), Cabo Busto y ermita de La Regalina (Valdés), Penarronda (Castropol-Tapia de Casariego), etc.
- En la zona de valles y sierras centrales: El Fito (Caravia), Coto Bello (Aller); El Naranco y los Meandros del río Nora (Oviedo), Alto de la Cobertoria (Lena), Las Ubiñas (Quirós), Monteagudo (Pravia), Alto del Palo (Allande); Penouta (Boal), San Esteban de los Buitres (Illano), Salime (Grandas de Salime), Puerto de la Garganta (Villanueva de Oscos), etc.
- En las montañas de la zona sur: Pozo de la Oración y Pedro Udaondo (Cabrales), Lagos de Covadonga (Cangas de Onís) que engloba el mirador de los Canónigos, el mirador de la Reina, el mirador del Príncipe, el mirador del Rey, mirador de la Princesa y el mirador de Entrelagos, Puerto de Tarna (Caso), Flor de Acebos y Alto de la Cubilla (Lena), Puerto de Cerredo (Degaña), Puerto del Connio (Cangas del Narcea), etc.



Uno de los Caminos Naturales más bellos de España es el que cruza el interior de Asturias de un extremo a otro de la provincia. Cálzate las botas de montaña y conoce la gran variedad de ecosistemas y hábitats que encontrarás a tu paso.

# Camino Natural

## *de la cordillera Cantábrica. Asturias interior*

Peñamellera Baja

De sinuoso trazado, que se adapta al escarpado relieve astur, el Camino Natural de la cordillera Cantábrica **es uno de los Caminos Naturales más atractivos de España.**

*Atraviesa el Principado de oriente a occidente por el interior de la provincia, comenzando en el concejo de Peñamellera Baja y finalizando 606 kilómetros después, en el concejo de Santa Eulalia de Oscos.*

¿Te atreves con él? Planifica bien las **27 etapas** de que consta o divide su realización en varios viajes y no lo dudes. A cada paso verás cómo el paisaje cambia, cómo se pasa del collado al fondo del valle, se camina junto a alguno de los incontables cursos de agua, y cómo la tranquilidad que se respira en el interior del bosque termina por conquistar una atmósfera natural sin parangón. A pesar de su largo recorrido, seguro, querrás que no acabe... y es que ¡estás en Asturias!



### No te pierdas...

- ▶ La variedad forestal del Camino Natural, que atraviesa bosques de robles carbayos, robledales albares, hayedos, castañares, coníferas, bosques de ribera, etc.
- ▶ La arquitectura tradicional que encuentra a su paso: hórreos, paneras, cortinos, corripas, etc.
- ▶ Otros caminos históricos que le sirven en parte de trazado como el Camín Real de la Mesa, la Vía Romana de La Carisa o el Camino Primitivo a Santiago.

Embalse de Grandas de Salime







Indicador de Camino Natural

Este Camino Natural, trazado como el resto de Caminos Naturales por el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, es un gran sendero pensado para acercarte al medio natural, promoviendo el conocimiento de la naturaleza y los paisajes, así como el desarrollo rural. Pasa por algunos de los espacios naturales protegidos más importantes de nuestra comunidad: el Parque Nacional de los Picos de Europa, el Parque Natural de Redes, el Paisaje Protegido de las Cuencas Mineras, el Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa, cerca del Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, así como parte de la Reserva de la Biosfera Oscos-Eo. También recorre enclaves naturales tan interesantes como la Sierra del Cuera, el Pico Caldoveiro o las Sierras de Carondio y Valledor.



Río Infierno (Piloña)



## 27 etapas

El Camino Natural de la cordillera Cantábrica: Asturias Interior, atraviesa los concejos de Peñamellera Baja, Cabrales, Onís, Cangas de Onís, Parres, Piloña, Nava, Bimenes, Laviana, Aller, Lena, Quirós, Santo Adriano, Proaza, Yernes y Tameza, Teverga, Belmonte de Miranda, Tineo, Cangas del Narcea, Allande, Grandas de Salime y Santa Eulalia de Oscos. Cubre una extensión de poco más de 606 kilómetros de longitud y está dividido en las siguientes etapas:

Salida	Destino	Distancia (Km)	Duración (h)
1 Panes	Alles	17,85	5,00
2 Alles	Carreña	15,98	4,30
3 Carreña	Benia de Onís	19,02	5,00
4 Benia de Onís	Cangues d´ Onís/ Cangas de Onís	23,58	4,30
5 Cangues d´ Onís/ Cangas de Onís	Villamayor	22,98	7,30
6 Villamayor	Espinaréu/ Espinaredo	13,40	4,30
7 Espinaréu/ Espinaredo	El Fresnedal/ Fresnedal	9,26	3,00
8 El Fresnedal/ Fresnedal	Melendreras	15,93	5,30
9 Melendreras	Entrialgo/Entrialgo	13,37	4,30
10 Entrialgo/Entrialgo	Beyo/Bello	18,51	6,00
11 Beyo/Bello	Santibanes de Murias/ Santibáñez de Murias	32,54	6,00
12 Santibanes de Murias/ Santibáñez de Murias	Campumanes/ Campomanes	26,09	8,30
13 Campumanes/ Campomanes	Chanuces/ Llanuces	25,96	8,30
14 Chanuces/ Llanuces	Bárzana	20,17	5,00
15 Bárzana	Villanueva	18,14	5,00
16 Villanueva	Villamayor	43,67	9,00
17 Villamayor	Dolia	22,65	8,00
18 Dolia	Balmonte/Belmonte	13,99	4,30
19 Balmonte/Belmonte	Bueinás/Boinás	17,25	5,00
20 Bueinás/Boinás	Tuña	24,62	4,00
21 Tuña	Ounón/Onón	16,68	4,00
22 Ounón/Onón	Courias/Corias	23,77	7,00
23 Courias/Corias	Bisuyu/Besullo	20,02	6,30
24 Bisuyu/Besullo	Berducedo	42,21	7,00
25 Berducedo	Grandas de Salime/Grandas	45,71	6,00
26 Grandas de Salime/Grandas	Castro	13,25	3,00
27 Castro	Santalla/ Santa Eulalia de Oscos	29,43	6,00

Santa Eulalia de Oscos





# Otras experiencias en la naturaleza

Las posibilidades de la naturaleza asturiana no terminan aquí. Mariposas, observación de estrellas, etc. son otras de las experiencias ecoturísticas para las que Asturias cuenta, una vez más, con un privilegiado territorio.

Asturcón

¿Te gustan las mariposas? Estás en el lugar idóneo. En Asturias existen 142 especies de lepidópteros de las 230 existentes en la península Ibérica y Baleares y que representan el **61,7% de las especies de mariposas españolas** (exceptuando las islas Canarias).

Las mariposas más populares entre los aficionados, y que se encuentran entre las más amenazadas, son: la Mariposa apolo (*Parnassius apollo*), en prados subalpinos y laderas rocosas soleadas de montaña, la Doncella de Ondas o de la madreSelva (*Euphydryas aurinia*) en los robledales, la *Lopinga achine* en

Mariposa Apolo





bosques caducifolios de Picos de Europa y entorno cercano, la Hormiguera de Lunares (*Maculinea arion*) en herbazales abiertos y praderas de diente en hayedos, o la Hormiguera oscura (*Maculinea nausithous*) en juncales y praderas higrófilas de montaña.

¿Dónde verlas? se observa un gradiente de diversidad decreciente desde la zona oriental hacia la zona occidental.

---

*Picos de Europa, la franja de cordillera Cantábrica entre el macizo de Ubiña y Somiedo, donde predomina -como en Picos- el sustrato calizo, son las zonas con más especies de mariposas.*

---

Aunque con menos diversidad, otras zonas de interés son la cuenca del río Navia, el puerto de Tarna (Redes), Sierra del Aramo, Sierra del Cuera, y algunos enclaves de las sierras occidentales como la Sierra de la Bobia y el bosque de Muniellos.

Y después de todo el día disfrutando intensamente de nuestra natura, la noche invita a mirar al cielo y quedar cautivado por la **bóveda celeste** que podrás observar gracias a la **escasa**



Desde el interior del hayedo



*Hypholoma sublateritium*



Vista del macizo de Las Ubiñas-La Mesa desde La Cobertoria

**contaminación lumínica** de nuestro firmamento. Compruébalo si no en los apartamentos rurales L' Observatori (Valdés), con certificación Starlight, y visita el Parque de la Vida (Luarca), con observatorio astronómico y planetario digital.

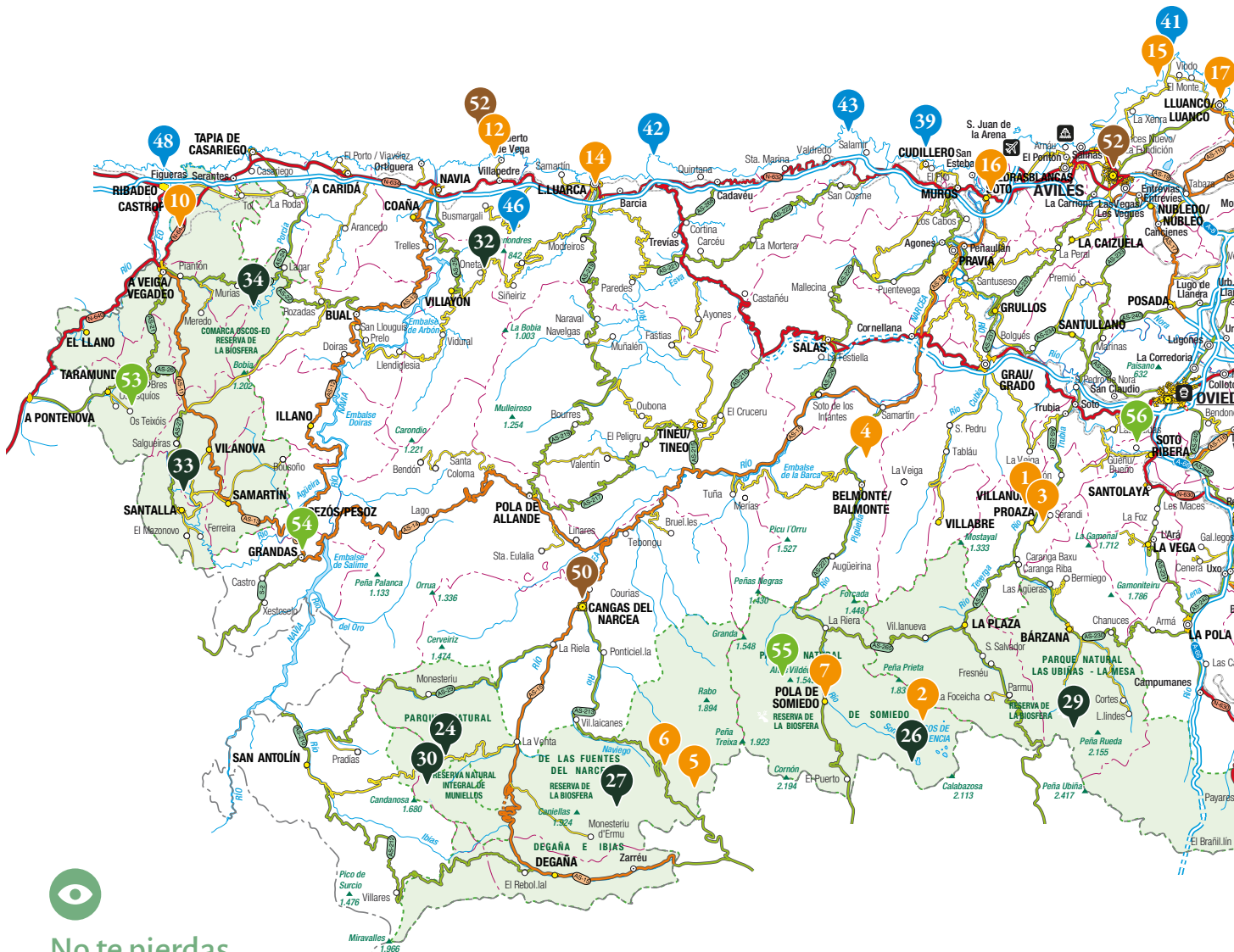
---

*Y no olvides conocer al Asturcón, un caballo de origen asturiano. Una de las razas más antiguas y puras del mundo.*

---

Los verás por nuestras montañas y prados, y podrás saber más sobre estos caballos autóctonos de pequeño tamaño en el Ecomuseo Ca l'Asturcón (La Quintana de la Foncalada; Villaviciosa).





No te pierdas...

### Ecoturismo

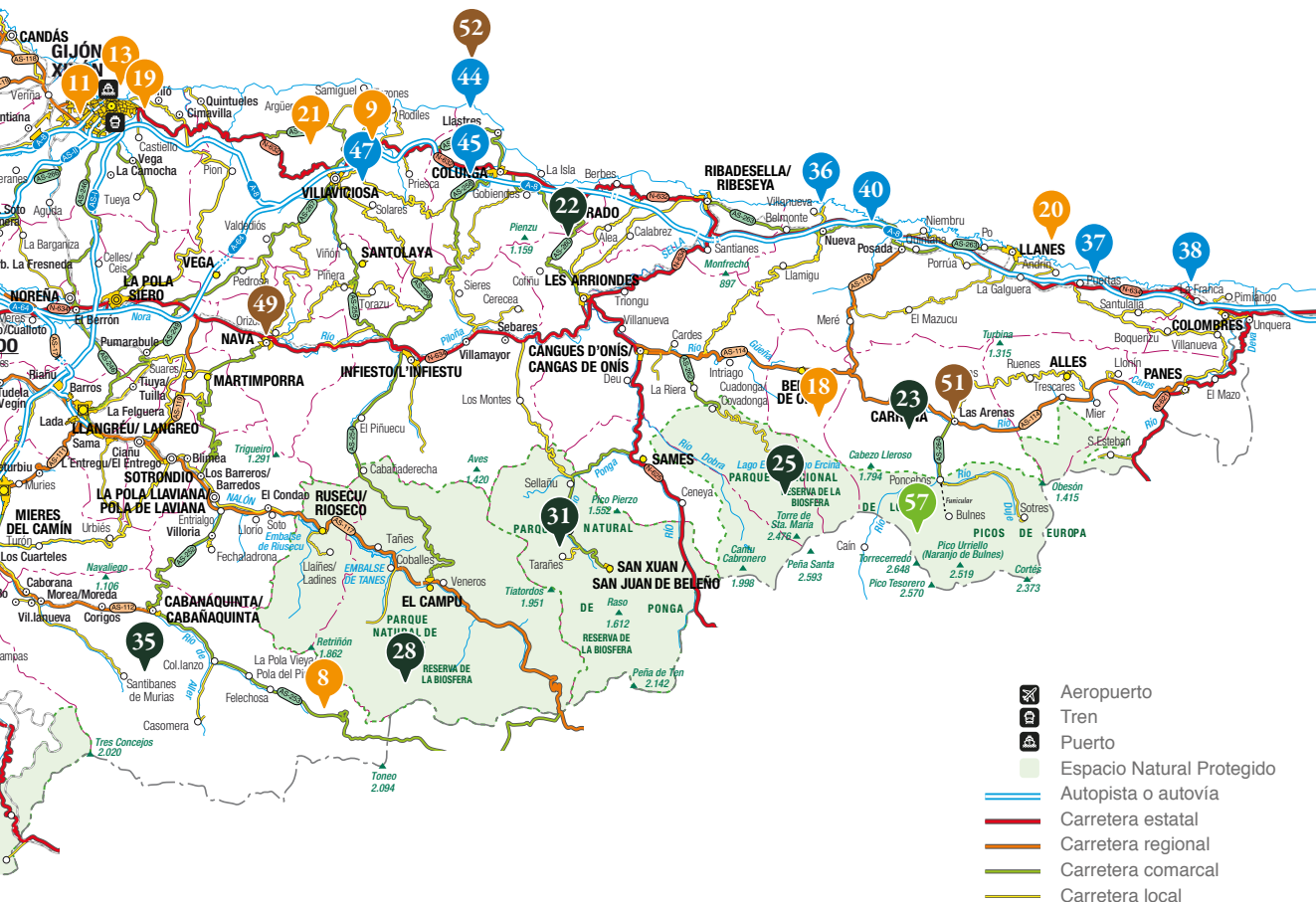
1. La Casa del Oso (Proaza)
2. Somiedo y el Oso (Somiedo)
3. Cercado osero en la "Senda del oso" (Proaza)
4. La Casa del Lobo y el Cercado (Belmonte de Miranda)
5. Sendero interpretativo: "Caminando al ritmo de las estaciones" (Cangas del Narcea)
6. Sendero interpretativo: "Los Refugios del oso pardo" (Cangas del Narcea)
7. Sendero interpretativo: "La vida familiar de los osos" (Somiedo)
8. Sendero interpretativo: "El ciervo y la berrea" (Aller)
9. Centro de Interpretación de la ría de Villaviciosa
10. Centro de Interpretación de la ría del Eo (Castropol)
11. Acuario de Gijón (Gijón/Xixón)
12. Museo de las Historias del Mar (Puerto de Vega, Navia)
13. Centro de Experimentación Pesquera (Gijón/Xixón)
14. Parque de la Vida (Valdés)
15. Centro de Interpretación del Medio Marino (Gozón)
16. Centro de Interpretación de la ría del Nalón, Puerta del Mar (L'Arena/San Juan de la Arena, Soto del Barco)

17. Museo Marítimo de Asturias (Gozón)
18. Vida y seguimiento del Quebrantahuesos (Benia de Onís, Onís)
19. Jardín Botánico Atlántico (Gijón)
20. Mirador de la Boriza (Llanes)
21. Ecomuseo Ca l'Asturcón (Villaviciosa)

### Explora el Paraíso

22. Mirador del Fito (Caravia)
23. Mirador del Pozo de la Oración (Cabrales)
24. Mirador del Puerto del Connio (Cangas del Narcea)
25. Lagos de Covadonga - Parque Nacional de los Picos de Europa
26. Lagos de Somiedo - Parque Natural de Somiedo
27. Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias
28. Parque Natural de Redes
29. Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa
30. Reserva Natural Integral de Muniellos (Cangas del Narcea e Ibias)
31. Parque Natural de Ponga
32. Ruta de las Cascadas de Oneta (Villayón)
33. Ruta de Seimeira (Santa Eulalia de Oscos)





- 34. Ruta de la Cascada del Cioyo (Castropol)
- 35. Ruta de la Cascada Xurbeo (Aller)



**Sumérgete en la costa**

- 36. Bufones de Pría (Llanes)
- 37. Bufones de Arenillas (Llanes)
- 38. Bufón de Santiuste (Llanes y Ribadedeva)
- 39. Puerto de Cudillero
- 40. Playa de Gulpiyuri (Llanes)
- 41. Cabo Peñas (Gozón)
- 42. Cabo Busto (Valdés)
- 43. Cabo Vidio (Cudillero)
- 44. Cabo de Lastres (Colunga)
- 45. La costa de los dinosaurios y el Museo del Jurásico de Asturias (Colunga)
- 46. Reserva Natural Parcial de Barayo (Navia y Valdés)
- 47. Reserva Natural Parcial de la Ría de Villaviciosa
- 48. Paisaje de la Ría del Eo (Castropol y Vegadeo)



**Piensa con el estómago**

- 49. Museo de la Sidra (Nava)
- 50. Museo del Vino y bodegas del vino DOP Cangas (Cangas del Narcea)
- 51. Cueva-exposición del queso Cabrales y Queserías (Cabrales)
- 52. Subasta en vivo en una lonja de pescadores (Avilés, L.Lastres/Lastres, Puerto de Vega)



**Respira Asturias**

- 53. Conjunto Etnográfico de Os Teixóis (Taramundi)
- 54. Museo Etnográfico de Grandas de Salime
- 55. Un paseo por las Brañas de Somiedo con sus emblemáticos “teitos”
- 56. Conjunto de Hórreos de Güeñu/Bueño (Ribera de Arriba)
- 57. Las Majadas de los Picos de Europa

- Aeropuerto
- Tren
- Puerto
- Espacio Natural Protegido
- Autopista o autovía
- Carretera estatal
- Carretera regional
- Carretera comarcal
- Carretera local



# Asturias

---



Síguenos en:



[facebook.com/TurismoAsturias](https://facebook.com/TurismoAsturias)



[@TurismoAsturias](https://twitter.com/TurismoAsturias)



[pinterest.com/TurismoAsturias](https://pinterest.com/TurismoAsturias)



[google.com/+TurismoAsturiasEs](https://google.com/+TurismoAsturiasEs)



[youtube.com/asturias](https://youtube.com/asturias)



[instagram.com/TurismoAsturias](https://instagram.com/TurismoAsturias)



Ahora en ***turismoasturias.es***  
busca, elige y reserva  
tu alojamiento.

Tel: 902 306 600 #ParaísoNatural  
985 185 860 #VuelvealParaíso



[turismoasturias.es](https://turismoasturias.es)



GOBIERNO DEL  
PRINCIPADO DE ASTURIAS