



Ramón Lozano



Santiago Morán

FOTO DE LOS AUTORES



MAMPODRE: ROCA Y NIEVE



■ *Pueblo de La Uña
y las principales
cumbres de
Mampodre*

■ DESCRIPCIÓN DEL MACIZO

El macizo de Mampodre, de 28 kilómetros cuadrados, se halla situado al NE de la provincia de León, en la cabecera de dos valles que vierten sus aguas al río Esla por Maraña y Acebedo, y al río Porma por Cofiñal y Redipollos.

Desgajado de la Cordillera Cantábrica y al sur de ésta, es un conjunto homogéneo, de forma y estructura bien características y perfectamente delimitado. Semeja una fortaleza custodiada por altivas torres que se elevan hasta los 2192 metros, máxima altura entre los casi cien

kilómetros que en línea recta separan el Pico Coriscao y Peña Ubiña.

Son sus cumbres principales: Peña La Cruz (2192 m), Peña del Mediodía (2175 m), Pico Valcerraio (2168 m), Peña La Polinosa (2159 m), Peña El Convento (2146 m), Crestón de Los Cubos (2125 m), Peña Brava (2087 m) y Pico Vajarto (2038 m).

Su núcleo central es el Pico Valcerraio, al pasar por él las dos principales alineaciones de cumbres y collados:

1ª.- Con una longitud de 5 kilómetros y orientada de este a oeste: Cuestarrasa - Collado Vajarto - Pico Vajarto

- Peña del Mediodía - El Forqueto - Collado Mampodre
- Pico Valcerra - Cumbre sin nombre de 2137 m -
Collado Cervunal - Peña La Polinosa, y girando al NO, la
collada Valverde

2ª.- De norte a sur y 2 km de longitud: Prao Pacho -
Peña La Uve - Peña La Cruz - Collado sin nombre de
1998 m - Peña del Convento - Collado Valverde y Pico
Valcerra.

De la primera arrancan tres espolones: uno hacia el
norte que parte del Pico Vajarto y que se llama Loma
Mampodre y delimita el Circo de Mampodre del valle
Cosalines; otro se desgaja de la Peña del Mediodía
hacia el sur, se arquea y pasa por el Crestón de Los
Cubos y Peña Brava, separando el Cimero de Murias y
Los Cubos; el tercero sale de la cumbre sin nombre de
2137 m y es un dentado espinazo entre los valles Bustil
de Pepe y Cimero de Murias.

En la segunda alineación, de la Peña La Uve arranca
hacia el NE un contrafuerte que pasa por el Pico
Salamanquino y continúa por La Pared, cerrando el
Circo de Mampodre por el NO. De la Peña La Cruz parte
hacia el NO un ramal que delimita el valle Valverde por
Saliente.

En el núcleo del macizo hay 9 cumbres que superan
los 2100 metros, y 20 que están por encima de los 2000.

Un aspecto relevante de este macizo lo aportan las
huellas del glaciario cuaternario: circos, laguna,
valles con claro perfil en U labrados sobre otros pree-
xistentes y determinados por fracturas, morrenas late-
rales y frontales de retroceso retocadas posteriormente
por la erosión torrencial, siendo especialmente notable
la acción del hielo en las umbrías, vertiente norte. A la
morfogénesis glaciario sobre calizas se ha sumado la
acción kárstica, creando lapiaces muy desarrollados.
Los intereses geomorfológico, científico y didáctico a
nivel nacional que posee han sido motivos para que el
Complejo Glaciario de Mampodre, con una superficie de
725,84 hectáreas, figure como Zona de Reserva del
Parque Regional de Picos de Europa.

La nomenclatura de varias cumbres y collados del
Macizo de Mampodre difiere según el pueblo y la fue-
nte consultada. Resaltamos las siguientes diferencias: la
Peña del Mediodía (2175 m), -así la llaman en Maraña
por su posición respecto a esta villa-, para los de
Acebedo es Pico Mampodre. El collado (2085 m) hasta
el que se eleva el Circo de Mampodre por Poniente se
denomina Cervunal, -así lo conocen en Maraña-, o
Valverde por ser también la culminación del valle de
este nombre. Sin embargo para los de Redipollos el
collado Cervunal (2027 m) es por el que se comunican
los valles Bustil de Pepe y Valverde. El Pico (2168 m)
que hemos considerado como núcleo del macizo es
conocido indistintamente como Valcerra o Cervunal,
siendo el primero el más usado.

El significado de la palabra Mampodre es manos
podadas, de "manus putare", haciendo referencia a la
resistencia de los cántabros contra la opresión romana
y al castigo sufrido por estas tribus el año 24 antes de
Cristo, confinándolos en estas peñas.

● ASCENSIÓN A PEÑA LA CRUZ (2192 m)

Desde Maraña desnivel: 953 metros

Entre las muchas posibilidades para llegar a la cumbre
más alta de Mampodre, y que pueden usarse tanto para
subir como para bajar, indicaremos cuatro:

1ª.- Salimos de Maraña (1240 m) hacia poniente y,
después de andar medio kilómetro, abandonamos la
pista a izquierda, cruzamos el puente San Roque y
seguimos un camino que pronto se orienta al SE. Antes
de llegar a los Prados de Besurdia vemos a nuestra
derecha una valleja por la que ganamos altura, -SO-,
dejando a esa misma mano El Trampolín, para llegar a



■ Circo de
Mampodre

un corredor con hierba que se llama Prao Pacho (1730
m). Nos elevamos por el lomo de la cresta que desde el
Prao Pacho sube hacia el sur, dejando más arriba y a
nuestra izquierda una horcada (1998 m), desde la que
podemos contemplar la pared occidental del Pico
Salamanquino. Continuamos la remontada por canales
y cortas paredes, quedando a nuestra izquierda la Peña
La Uve (2161 m); y nos dirigimos hacia la derecha para
enlazar con la loma herbosa que sube, -SE-, por el
borde hacia Valverde (2ª opción), o coronar directamente,
-SO-, la cumbre de Peña La Cruz, la más sobresalen-
te de todas las de Mampodre.

Líneas más arriba hemos citado el topónimo El
Trampolín, situado en Los Cantos, al sur del pueblo; lo
que nos va a dar pie para mencionar la gran afición por
el esquí que ha habido en Maraña desde los años 1930,
y que introdujo un marañés, Secundino Rodríguez, que
al volver de la mili en África estuvo unos días en un
cuartel de Navacerrada, donde vio cómo unos turistas
se desplazaban sobre unas tablas de unos dos metros
de largo y curvadas en su parte delantera. Al haber en
Maraña expertos artesanos de la madera, en poco tiempo
cada casa contó al menos con dos juegos de esquí,
algo rudimentarios, que sustituyeron a los "barajones"
y facilitaron el desplazamiento a los invernales de
Riosol. Y el "inventó" fue llegando pronto al resto de los
pueblos de la comarca. Por los años 50 se construye en
Maraña, a la entrada del pueblo, un albergue en el que
se impartieron cursos por los mejores técnicos del
esquí español, y es testigo de campeonatos regionales
y provinciales, participando en algunos de ellos más de
40 marañeses. Los frutos llegaron a partir de los años
60, al proclamarse varios hijos de esta villa campeones
nacionales en las modalidades de descenso, fondo, sla-



FOTO DE LOS AUTORES

alcanza la nieve, nos acercamos de nuevo al fondo del valle y, si queremos evitar un pedrero, recorremos un corto tramo por su orilla izquierda, para volver a pasar a la otra y contemplar los altivos desplomes de Peña La Polinosa por su ladera norteña. A partir de aquí aumenta la pendiente, pero el suelo sigue siendo cómodo de andar. Más arriba cruzamos la vereda que va al Collado Cervunal (2027 m), el que queda a nuestra derecha y es paso a Bustil de Pepe. Sólo resta una última remontada, -la más fuerte-, para alcanzar el Collado Valverde (2085 m), balcón privilegiado hacia el Circo de Mampodre y comunicación entre éste y el Valle Valverde. Caminamos hacia el norte y dejamos a nuestra derecha Peña El Convento (2146 m) y después un collado sin nombre (2098 m). Para acceder a la cumbre de Peña La Cruz hay que realizar un flanqueo por la vertiente que cae hacia el valle Valverde y sortear peñascos calizos.

4ª.- Justo encima de la fuente Maraña (1300 m) se encuentra El Canalizo, valle erosionado por el glaciar, y con una pendiente muy pronunciada, sobre todo en su tramo inferior. Viniendo de Maraña y antes de llegar a la fuente Maraña, desde la campera más próxima a ésta, iniciamos el ascenso por El Canalizo, caminando por su borde oriental y atravesando varios canchales. Al alcanzar los 1700 metros de altitud nos desviamos hacia la izquierda para desembocar en el Prao Pacho (1730 m). El resto coincide con lo indicado en la 1ª opción.

■ CIRCO DE MAMPODRE

Desde Maraña (1240 m) y frente a la iglesia se cruza el río Maraña por el puente Vega Antolín y, orientados al SE, dejamos a nuestra derecha unas viviendas, -Las Casinas-; situadas en La Portillera y próximas a la fuente de igual nombre. A nuestra izquierda queda un peñón calizo, llamado de Trasluego, de forma cónica, que hace miles de años fue arrastrado hasta aquí por el glaciar. A 50 metros y hacia el este arranca otro

lom y salto, categorías de mayores y juveniles, masculino y femenino, luchando con un espíritu de superación sin límite.

2ª.- Después de cruzar el puente San Roque nos dirigimos al Oeste por Biescansendinas

-antiguas tierras hoy tapizadas de pradera- y llegamos a Fuente Maraña (1300 m) o La Fuentona, de cuantioso caudal y que brota al pie de El Canalizo. Cruzamos el curso de agua que en ella nace y bordeando la morrena donde se alza el depósito del agua, nos internamos -oeste- en Las Llampas, con abundantes escobas. Superados los Prados de Valverde más altos, seguimos a lo largo de 200 metros por la orilla derecha del arroyo, y separándonos de éste nos elevamos hacia el E-SE hasta el collado de 1809 m, desde el que contemplamos El Canalizo. Acometemos la suave remontada -380 metros- con dirección SE por una loma herbosa que separa el valle Valverde de la parte alta de El Canalizo, y así ganamos sin ninguna dificultad la cima de Peña La Cruz, atalaya de innumerables picos, incluidos los de El Cornión, en Picos de Europa.

3ª.- Coincide con la anterior en su primer tramo. Por encima de los Prados de Valverde, que están en la orilla derecha del arroyo de igual nombre, podemos continuar por cualquiera de ellas, surcadas longitudinalmente por veredas del ganado. La fuente Valverde (1630 m) queda en la orilla derecha del curso de agua, próxima a su cauce y al norte de la Collada Valverde (1828 m), que vemos 200 metros más alta. Superados los Chozos de Valverde, situados en la vertiente de nuestra derecha, el itinerario se va alejando del arroyo, prosigue por campera y sin trazado definido. Después de pasar al lado de un poste con colores, que permite medir la altura que

■ Peña La Uve



FOTO DE LOS AUTORES



camino que, después de cruzar el reguero Mampodre, sube al Llano Barajones, pasa por Valdustia y llega al Monte Maraniella, cuya propiedad se reparten los municipios de Maraña y Acebedo.

El antiguo camino mantiene constante la dirección SE, pero el de nuevo trazado, para aminorar su pendiente, se desvía a la derecha, y, tras describir una gran curva y discurrir por debajo del Monte La Biesca, se unen los dos donde ya se contempla a la izquierda el cauce del reguero Mampodre y sigue a partir de aquí paralelo a éste, aunque más alto. Ya en Traslabiesca, queda a la izquierda el prado llamado Mampodre de Abajo, surcado por el reguero que describe numerosos meandros.

A la entrada de los prados más altos, la pista los deja a la izquierda y, después de describir una pronunciada curva, se eleva hasta La Pared, en donde se alza una caseta de pastores (1472 m). Nosotros evitamos esta posibilidad y seguimos de frente, paralelos al reguero, y entramos en un prado casi llano, -de nombre Mampodre de Arriba-, parcialmente cerrado con muros de piedras. En la loma que queda a la derecha según el sentido de la marcha y dentro del prado, se ven las ruinas de una caseta que usaban los pastores durante el otoño cuando bajaban los rebaños para abonar los prados. Así llegamos a la Laguna (1450 m). A saliente de ésta se alza una peña caliza, desgajada de la Loma Mampodre, toda ella en terreno de Maraña y con una altitud de 1569 m, que llaman Peña El Prao La Merina; nombre que recuerda el compromiso por parte de los vecinos de Maraña de regalar cada año una oveja merina al pastor del rebaño trashumante por abonar éste los prados de la zona.

Frente a nosotros se despliegan todas las cumbres que forman el grandioso Circo de Mampodre: Pico

■ *Cimero de Murias*

Salamanquino, Peña La Uve, Peña La Cruz, Peña El Convento, Collado Valverde, Pico Valcerraio, Collado Mampodre, El Forqueto, Peña del Mediodía y Pico Vajarto.

Para acceder y recorrer todo el Circo tenemos dos opciones:

1ª.- Desde la laguna subimos hacia el sur a dar con una senda que desde la Loma Mampodre pasa al norte de la Peña El Prao La Merina, surca la ladera septentrional del Pico Vajarto hacia poniente; supera unos cortados y pasa por debajo de Los Canalizos de Peña del Mediodía.

2ª.- También desde la laguna nos podemos elevar por uno de estos dos recorridos:

-Hacia el oeste, seguimos el pequeño torrente que le suministra agua en épocas de deshielo y, dejando a nuestra izquierda la peña sin nombre de 1602 metros y con una hoyada detrás, salimos de ésta por el collado de 1581 metros.

-Por una valleja -SO-, situada al SE de esta peña de 1602 m y que dejamos a nuestra izquierda.

Estos dos últimos recorridos se juntan al sur del collado últimamente citado, para subir por la derecha de un pedrero, arrimándose a la peña y desviándose en su parte alta a nuestra izquierda y seguir una vereda de rebecos y merinas, para unirse con la primera opción, cuando estamos ya posicionados al norte de la Peña del Mediodía.

Internarnos en lo más alto del anfiteatro supone cruzar las Ilerizas que caen de El Forqueto y del Collado Mampodre (1997 m), que dejamos a nuestra izquierda, y encaramarse por pedreros al Collado Valverde (2085 m).



FOTO DE LOS AUTORES

Este último collado nos ofrece cortas y sencillas ascensiones a las cercanas cumbres, como Peña La Cruz (2192 m) al norte, Peña El Convento (2146 m) al norte también, pero más cercana, y el Pico Valcerra (2168 m) al sur, que es también accesible desde el Collado Mampodre (1997 m) en dirección a poniente y por una ladera herbosa y algo empinada, superando 170 metros.

● **ASCENSIONES AL PICO VAJARTO (2038 m) Y A LA PEÑA DEL MEDIODÍA (2175 m)**
Desde Acebedo (1160 m). Desnivel: 1015 metros

Cruzamos el río Erendia por el puente Molín de Cano y sin perder el rumbo a poniente seguimos, -evitando todos los desvíos-, el camino que más adelante, a dos kilómetros de Acebedo, vadea el río Los Pedragales. Superada la Varga, -significa cuesta-, de Piedrahita tenemos dos posibilidades:

1ª.- Nos desviamos a la izquierda para subir, -sur-, por la Loma Piedrahita y más arriba giramos hacia el SO, y cuando se alcanza la altura de 1350 metros se bifurca. Por la izquierda llegaríamos al Prao Escobio, con portales, corral y cabaña que vemos cercanos. Proseguimos de frente y tras rebasar la portillera de entrada al puerto aumenta la pendiente. En el talud de la izquierda dejamos una fuente; poco más arriba, en medio de la campera y en un altozano se alza el Majadal de Los Hoyos (1650 m), con el chozo recientemente restaurado y dos corrales próximos a la peña.

Dejamos caseta y corrales a nuestra derecha y remontamos, -NO-, la loma que separa el Vajarto Los Hoyos de Los Cubos Bajeros; en éstos vemos una pequeña laguna durante el deshielo, pudiendo elevarnos, -N-, al Collado Vajarto (1792 m), punto donde se

■ **Valle Valverde desde Collada Valverde**



FOTO DE LOS AUTORES

juntan los dos Vajartos de Cuestarrasa y de Los Hoyos, y la cota más baja entre los Picos Cuestarrasa y Vajarto, o alcanzar, -NO-, la loma oriental de éste por terreno pedregoso y, siguiendo por ella, nos posicionamos en sus 2038 metros. Contemplando hacia el sur las hondonadas de los Cubos Cimeros cubiertas de lleras y derrubios proseguimos hacia el oeste y, tras un pequeño descenso (2005 m), nos disponemos a superar la cuesta rocosa que termina en la Peña del Mediodía (2175 m), y que resulta más fácil de lo que parecía desde el Pico Vajarto. Por su altura es la segunda cumbre del macizo.

2ª.- Sin cambiar el rumbo nos adentramos en el valle de Cosalines, surcado por el río La Vega y abierto hacia saliente. Siguiendo el camino hacia el oeste entre prados y por el fondo, dejamos a nuestra izquierda el Otero los Hórreos, un abrevadero al que se ha bajado el agua de la fuente El Pedroso, y el Monte de Cuestarrasa, un hayedo que se extiende a media ladera. Al final, aunque el camino se desvía a la izquierda para llegar al Chozo Cosalines, seguimos hacia el oeste y subimos por Los Bebederos, -manantiales-, hasta la Loma de Mampodre, desde la que se nos aparece el grandioso espectáculo del Circo de Mampodre, y teniendo dos alternativas:

- Por la Loma arriba, que es un contrafuerte desgajado del Pico Vajarto, con un tramo rocoso y complicado si hubiese hielo, y que se puede evitar desviándonos a la derecha, cruzando una canal en cuyo fondo se suele acumular piedra suelta y pasando a otro espolón no rocoso; una vez situados en su arista alcanzamos fácilmente la cumbre.

- Proseguimos la Loma a lo largo de un kilómetro y nos desplazamos al SE, acercándonos al Vajarto de Cuestarrasa. Subiendo por su fondo alcanzaremos el ancho collado Vajarto de 1792 m.

■ **Desde Maraña (1240 m). Desnivel: 935 metros**

Hacemos el mismo recorrido que hemos descrito en el apartado titulado Circo de Mampodre para llegar a la laguna Mampodre (1450 m). Desde ésta nos dirigimos a saliente para alcanzar el collado de 1522 metros, situado al sur de la Peña El Prao La Merina (1569 m), y la cercana Loma Mampodre. Con dirección SE descendemos al fondo del Vajarto de Cuestarrasa que recorremos en toda su longitud, dejando varios manantiales a nuestra derecha, hasta el Collado Vajarto de 1792, comunicación entre los Vajartos de Los Hoyos y Cuestarrasa. Siguiendo la loma primero al SO por un tramo corto y luego hacia Poniente pisaremos las cumbres del Pico Vajarto y la Peña del Mediodía.

● **ASCENSIÓN A LA PEÑA LA POLINOSA (2159 M)**



FOTO JOSÉ MANUEL FERNÁNDEZ

Desnivel: 919 metros desde Maraña

Hablaremos de dos alternativas:

1ª.- El Collado Cervunal (2027 m), paso entre los valles Bustil de Pepe (de Redipollos) y Valverde (de Maraña), al que se llega desde cualquiera de estos pueblos, y que se caracteriza por el afloramiento de pizarras y la presencia del cervuno, es el último peldaño para ascender por una empinada cuesta de 132 metros de desnivel hasta la cúspide de la Peña La Polinosa (2159 m).

2ª.- Superada la fuente Valverde (1630 m) que mana en la orilla derecha del arroyo Valverde hay que desviarse hacia el sur, atravesar el lugar donde aún quedan restos de los Chozos de Valverde (3ª opción para subir a Peña La Cruz) y seguir una vereda que entre pedreros se encarama hasta la Collada Valverde (1828 m), comunicación con La Cervencia. Cresteamos hacia el SE entrando en el señorío de la peña, primero por pendientes llevaderas; cuando éstas se hacen más duras y abundan los peñascos, debemos evitarlos rodeándolos por la derecha, hacia la ladera que mira a La Cervencia.

● ASCENSIÓN A PEÑA BRAVA (2087 m)

Desde Acebedo desnivel: 927 metros

1ª.- Desde el Majadal de Los Hoyos, por la Collada Las Arenas

En el Majadal de Los Hoyos (1650 m) prosigue hacia el SO la pista que nos ha traído hasta él, casi imperceptible al transitar sobre campera. Cuando se aproxima al primer valle que baja de poniente, -Valle de Las Arenas-, abandonamos la pista y lo seguimos por la orilla que más cómoda resulte, -no hay senda-, hasta situarnos en la Collada del Valle Las Arenas (1867 m). Hemos subido desde Los Hoyos poco más de 200 metros y otros tantos nos restan hasta coronar Peña Brava.

Pisando ya terreno calizo, ascendemos hacia el norte por una senda zigzagueante que nos pasa a la vertiente que cae al valle Cimero de Murias, -aguas del Porma-. A pesar de que la senda no está bien marcada, todavía se adivina, y se aconseja pasar a la línea cuabrera sólo cuando nos acercamos a la segunda cumbre que supera los dos mil metros, exactamente 2049. Se desciende a un collado de 2032 m

■ Escalando en la Cara Norte de la Peña La Polinosa

que es el cúlmen de una estrecha canal que se precipita en el Valle Las Arenas, y de una ancha valleja que sube desde el Cimero de Murias. Una suave subida nos deja en la cima de Peña Brava.

2ª.- Desde la Peña del Mediodía (2175 m)

Seguimos el contrafuerte que desde esta Peña se desprende hacia el sur; es un tramo muy accidentado, salpicado de agujas y con pasos delicados. Pronto lo abandonamos y alejándonos del Crestón de Los Cubos que dejamos a nuestra derecha, damos un rodeo sobre continuos llastrales por la vertiente que cae hacia los Cubos Cimero, hasta estar frente a la Horcada del Tejo (2058 m), a la que tenemos que subir por un largo pedrero y después realizar una trepada sobre roca, pudiendo encontrar neveros bien entrado el verano. Un leve giro al SE y ganando 30 metros de altura desde la horcada ponemos nuestros pies en Peña Brava.

3ª.- Desde el Majadal de Los Hoyos por Los Cubos Cimero

Desde el chozo de los Hoyos nos desplazamos hacia poniente, al mismo tiempo que ascendemos por una loma, desde la que contemplamos a nuestra izquierda la verde vega, -con laguna en primavera-, de Los Cubos Bajeros. Se sigue ganando altura en dirección NO hasta situarnos en los Cimero, por debajo del cresteo que une el Pico Vajarto con la peña del Mediodía, al que dejamos a nuestra derecha. Estamos en un hoyo rodeado de altas cumbres y salpicado de hondonadas (dolinas) y grandes bloques pétreos. En el horizonte de la arista occidental hay que localizar la Horcada del Tejo (2058 m) y subir, -SO-, hacia ella, tal como hemos indicado en la anterior alternativa.

● ASCENSIÓN AL PICO CUESTARRASA (1881 m)

Desde Acebedo desnivel: 721 metros

Este Pico es la avanzadilla del Mampodre hacia saliente, y en el que éste se derrumba y termina. Limita por el norte con Cosalines, valle de verdes praderas, y por el sur con el valle Corral de los Diablos y el Pico Lázaro hacia Lois. Cualquiera de sus laderas calizas, todas cómodas y fáciles, sirven para ir ganando altura hasta coronar su cima.

Describimos tres opciones:

1ª.- Desde el Collado Vajarto (1792 m), al que podemos llegar desde Cosalines o desde Los Hoyos.

En este collado nos desviamos a saliente y continuamos por camperas y peña al ir ganando altura, -sólo 80 metros-, recorriendo algo más de medio kilómetro, para poner nuestros pies sobre el pico Cuestarrasa o Cosalines.

2ª.- Por La Vereda, que es una senda que, desde la llanada en la que se alzaba el chozo de Cuestarrasa, surca a media altura la ladera septentrional de este Pico.

Viniendo de Acebedo y después de vadear el Río Los Pedragales, elegimos -izquierda- el camino que sube por la Loma de Piedrahita. Después de recorrer 300 metros por él, lo abandonamos a la derecha y empezamos a caminar por La Vereda. Por encima de nosotros quedan el Hayedo La Vereda y el Pico Las Llombas (1610 m). Al rebasar el otero Los Hórreos, que vemos hacia el fondo del valle, salimos de la senda -SO- para ganar la ladera norte del Pico Cuestarrasa.

3ª.- Por los Hoyos Tea. Desde el mismo camino que en la opción anterior, pero estando más altos, más cercanos al cauce del río y en plena curva, lo abandonamos también para subir a los Hoyos Tea Bajero y Cimerro (1450 m), explotaciones mineras de los romanos. Más arriba pasamos cerca del Grajero Tea, y por el Llano Los Navares, que presenta unas traviesas verdes. Todo esto hacia poniente. Así llegamos a la arista cimera que debemos recorrer a lo largo de 400 metros para situarnos en la cumbre.

■ INTEGRAL DEL MACIZO

Una bonita manera de conocer en una jornada el macizo de Mampodre en su totalidad es la integral de sus seis cumbres más nombradas: Pico Vajarto, Peña del Mediodía, Pico Valcerra, Peña La Polinosa, Peña El Convento y Peña La Cruz.

Se va a reseñar de norte a sur subiendo, empezando y terminando en Maraña, y tal como giran las agujas del reloj: subiendo de norte al sur, cresteando de este a oeste, y descendiendo de sur a norte. Hay que tener buena preparación física y dominar la andadura por terreno escarpado y aéreo. La dureza estriba, sobre

todo, en el continuo bajar y subir de un pico a otro. En invierno la presencia del hielo puede añadir dificultades importantes, que exigen el uso de piolet y crampones.

Este es el recorrido que proponemos para la "integral": Maraña (1240 m) - Laguna Mampodre (1450 m) - Collado (1522 m) al sur de la Peña El Prao La Merina - Loma Mampodre - Vajarto de Cuestarrasa - Collado Vajarto (1792 m) - Pico Vajarto (2038 m) - Peña del Mediodía (2175 m) - Collado Mampodre (1997 m) - Collado Valverde (2085 m) - Pico Valcerra (2168 m) - Cumbre sin nombre de 2137 m - Collado Cervunal (2027 m) - Peña La Polinosa (2159 m) - Collado Cervunal (2027 m) - Collado Valverde (2085 m) - Peña El Convento (2146 m) - Peña La Cruz (2192 m) - Prao Pacho (1730 m) - El Canalizo - Fuente Maraña (1300 m) - Puente San Roque - Maraña (1240 m).

El desnivel acumulado es de 1451 metros. La duración aproximada, sin contar las paradas, oscila entre 5 horas y media y 6 horas, sabiendo que la preparación física y el estado de la nieve influyen mucho en este último dato.

Al empezar la "integral" mencionamos la Loma Mampodre, entre la Laguna Mampodre y el Vajarto de Cuestarrasa; proponemos cruzarla pasando hacia la izquierda por debajo de las grandes peñas que bajan del Pico Vajarto, y no subirla en toda su longitud. Sería un esfuerzo inicial demasiado agotador.

El tramo entre la Peña del Mediodía y el Collado Mampodre es la zona más comprometida por ser el terreno muy accidentado, y será difícil evitar algún destrepe al bajarlo o trepada al subirlo. El descender desde la Peña del Mediodía al Collado Mampodre, -en la cabecera del Cimerro de Murias-, se realiza flanqueando por la vertiente sur de la Peña el tramo inicial de su arista occidental y bajando después por un inclinadillo pasillo herboso.

■ VÍAS DE ESCALADA

● PEÑA DEL MEDIODÍA: Cara norte. Vía "La Dama Blanca", III/4(90°/V+) 600 m. De 6 a 7 horas

1ª Ascensión: José Manuel Fernández y Miguel Ángel Pita el 26 de febrero de 2001, después de dos intentos en años anteriores.

■ Llegando a la cumbre de La Polinosa



Es aconsejable acometer esta escalada sólo si se dan las condiciones óptimas de hielo y nieve, lo cual sucede en contados inviernos. La mejor época son los meses de febrero y marzo. El material necesario es el habitual para afrontar una escalada de gran envergadura: crampones y piolets técnicos, 6 ó 7 tornillos de hielo, 2 "dead man", 6 friends pequeños y medianos, algún fisurero, y 2 ó 3 clavos de roca.

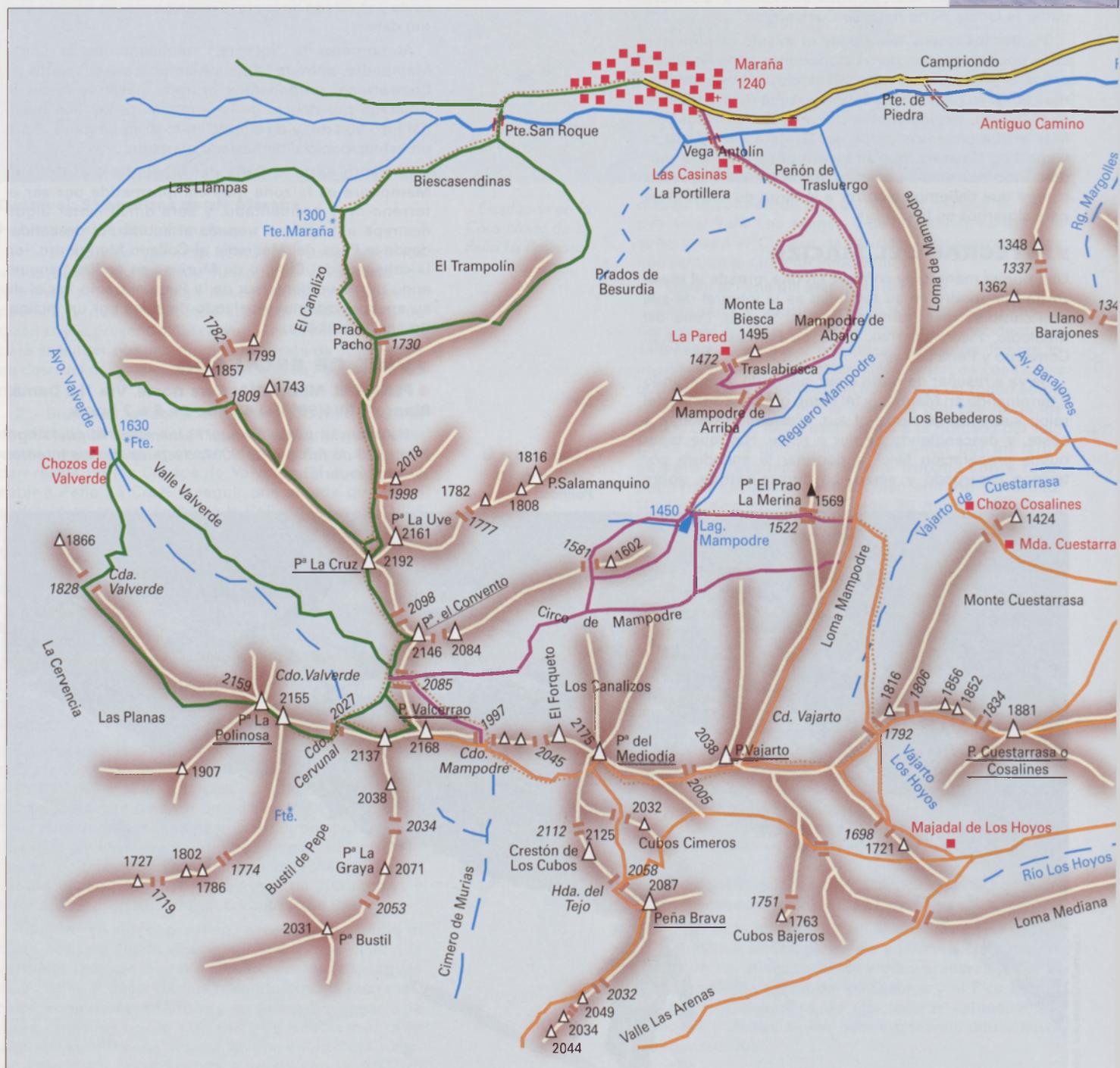
Comenzar la escalada por un estrecho corredor de fuerte pendiente (70°), hasta situarnos debajo de un estrechamiento rocoso, donde realizamos reunión (2 clavos). Se supera el paso directamente (V+) y se continúa por terreno más fácil hasta la base de una gran muralla rocosa, donde montamos otra reunión (1 spit). A partir de este punto, realizamos una travesía descendente hacia la derecha, hasta situarnos en la base de una gran canal. Escalar toda la canal superando una serie de resaltes y rampas de hielo (máximo 90°). Una vez solventadas las dificultades de la canal, la ruta nos

conducirá a la arista cimera, ya en las proximidades de la cumbre. La última parte de la ascensión discurre por dicha arista, que puede presentar algún tramo mixto de escasa dificultad.

● **PEÑA LA CRUZ: Cara sureste. Vía "Corredor Primavera", III/3 (70°) 200 m. De 2 a 3 horas**

1ª Ascensión: José Manuel Fernández y Miguel Ángel Pita el 31 de marzo de 2001.

Característico corredor, que recorre la cara sureste de Peña La Cruz. Una vez situados en la base de la canal, superar un muro rocoso que está a la izquierda (V). Escalados los primeros 15 metros, realizar una travesía hacia la derecha hasta entrar en la canal propiamente dicha. Una vez allí, ascender los primeros 60 metros de la canal, de moderada pendiente (50°/60°). A partir de este punto, va ganando en inclinación hasta llegar a un difícil estrechamiento de roca (75°). Una vez realizado este paso, superamos un pequeño resalte de hielo, que



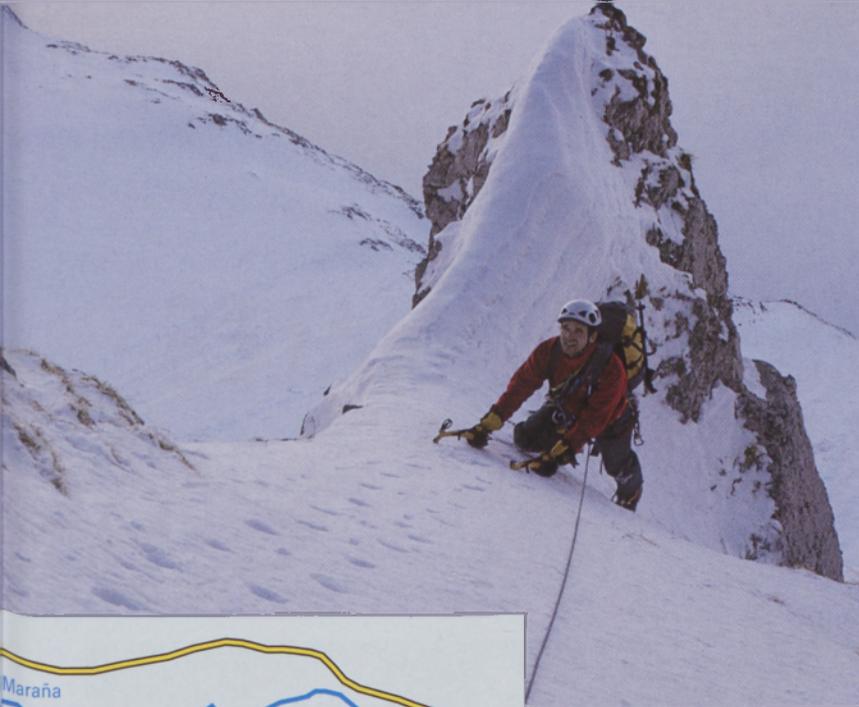


FOTO MIGUEL PITA



■ Norte Directa de la Peña del Mediodía

nos lleva a los últimos 50 metros de la canal (50°). Desde aquí, solamente nos queda un sencillo tramo por la arista cimera.

● **PEÑA LA POLINOSA: Cara Norte. Vía "De aquí p'al Everest", III/3 350 m. 2 horas**

1ª Ascensión: *Adelino Campos y Miguel Ángel García Crespo el 17 de febrero de 2001.*

Escalada de dificultad moderada, presenta problemas en los dos primeros tercios. Comenzar la escalada por un pequeño muro de unos 4 metros (75°) para continuar otros 20 metros por una pendiente de 60°. Superada esta primera dificultad, la pendiente se modera (45°/50°) hasta encontrarnos con un estrechamiento de unos 10 metros a 65°. A partir de aquí la dificultad decrece (45°). La escalada nos conduce a una afilada arista que delimita por la izquierda la parte media del Corredor Central. Evitarla un poco por la izquierda, saliendo entre dos pequeñas rocas (65°, 10 metros). Solamente nos resta continuar por la arista hasta alcanzar la cumbre por pendientes mucho más suaves.

● **Cara Norte. Vía "Corredor Central", III/2 350 m. 1 hora**

1ª Ascensión invernal: *Alfredo Fernández (padre), Emilio Valle, José M. Miguez, José L. Pozo y Alfredo Fernández (hijo) el 8 de febrero de 1992.*

Estético corredor que de forma directa alcanza la cumbre. La línea de ascensión se encuentra bien delimitada. Por su izquierda, una arista de roca y nieve bastante marcada, y por la derecha pendientes de nieve mucho más fuertes. La inclinación media de esta ruta es de unos 45°, alcanzando en dos de sus resaltes los 50°/55°. □

Datos de interés:

Hostelería:

- Maraña:** Restaurante-Bar Riosol: Tfno. 987 740 209
Albergue Municipal: Tfno. del Ayuntamiento 987 740 203
- Acebedo:** Casa de Turismo Rural "Sol de Mediodía": Tfno. 987 742 346
Mesón Los Acebales: Tfno. 987 742 214
Bar La Hila: Tfno. 987 742 274
Bar El Cruce: Tfno. 987 740 018

Acceso: Desde Riaño seguir por la N-625 y a los 6 kilómetros tomar la C-635 que se dirige al Puerto de Tarna y llegaremos a Acebedo. Por encima de éste y muy cerca sale el desvío, -4 km-, a Maraña.

Cartografía: Mapas 80-III (Burón) y 79-IV (Puebla de Lillo) del I.G.N. Escala 1:25.000

Bibliografía: LOZANO, R. y MORÁN, S. "Mampodre. 40 Rutas de Montaña". Ediciones Lancia. León 2003

LOZANO, R. y MORÁN, S. "Las Montañas de León". Editorial Everest, S.A. León 2002.
e-mail: turismo @ everest.es

Información: Oficina de Información del Parque Regional de Picos de Europa en Puebla de Lillo. Tfno.: 987 731 003.

Para entrar en el Complejo Glaciar de Mampodre, al ser Zona de Reserva o de uso restringido, hay que pedir permiso a la Junta de Castilla y León. Para hacerlo, dirigirse al Servicio Territorial de Medio Ambiente. Sección de Espacios Naturales de Castilla y León. Tels 987 296 178 y 987 296 100. La verdad es que los guardas suelen ser bastante permisivos.

Curiosidades históricas:

En Acebedo:

***El Castro:** Emplazado en el asentamiento de la torre exenta de la iglesia. En la parte central, incluida la base de la torre, -que es moderna-, estaría el núcleo del castro. Siguen, concéntricos, el primer foso, el muro interior, el segundo foso y el muro interior, menos por el norte, donde aflora la roca.

***La Corona:** Al NO de la villa y a poniente del cruce a Maraña hay un cerro, llamado La Corona (1282 m), sobre el que estuvo emplazado un campamento romano en los siglos I y II de nuestra era, pudiendo observarse restos de murallas y del foso.

En Maraña:

***La iglesia** es del siglo XVII, con tallas de San Juan Evangelista y la Virgen de los Ángeles. En su atrio se alza un arce pseudo platanus, plantado hace 80 años

***La ermita de Riosol**, situada a 5,5 km de Maraña, es el edificio emblemático de esta villa; ha sido recientemente restaurada, sacando a la vista por dentro y por fuera la piedra de fábrica original. Su romería se celebra el 15 de agosto.