



XXII TROFEO FEDERACIÓN 2018-2019
“100 RUTAS DE SENDERISMO Y MONTAÑA POR LA NATURALEZA ASTURIANA”
Memorial Ramón Llamas Lérica

Num	RUTA
GR-100.1 VÍA ROMANA DE LA CARISA	
1	Pendilla - Cda.Propinde - Cruz de Fuentes - Cdo. El Acíu - Nembra
2	Nembra - El Acíu - Mayau Carraceo - Espines - Carabanzo
EN TORNO AL CAMÍN REAL DELA MESA GR-101	
3	Etapa 1: Torrestío - Puerto de San Lorenzo / 25,79 km
4	Etapa 2: Puerto de San Lorenzo - Dolia / 17,98 km
5	Etapa 3: Dolia - Grado / 22 km
6	La Focella - Las Navariegas - Campera de Cabarcedín - Braña Las Cuevas - La Focella
GR-101.1 CAMÍN REAL DE CUEIRO A VILLANUEVA	
7	Etapa 1: Vega de Cueiro - Puertos de Marabio / 13,17 km
8	Etapa 2: Puertos de Marabio - Cuevallagar / 9,67 km
9	Etapa 3: Cuevallagar - Villanueva de Santo Adriano / 13,02 km
GR-102 CAMÍN REAL DE TARNA Y EL SELLÓN	
10	Etapa 1: Puerto de Tarna - La Tintera - Pueblo de Tarna - Armadiella (Las Torres)
11	Etapa 2: Foz - Bezanes - Belerda - Campo Caso
12	Etapa 3: Campo Caso - Collado Moño - Gobezanes - Collada Arnicio
13	Etapa 4: Collada de Arnicio - Venta Frieru - La Llinar - Ermita del Sellón - Lozana (Piloña)
GR-106 RUTA SAN MELCHOR	
14	Etapa 1: Oviedo - Pedroveya / 19,5 km
15	Etapa 2: Pedroveya - Salcedo / 15 km
16	Etapa 3: Salcedo - Cortes / 22,5 km
GR-109 ASTURIAS INTERIOR	
17	Etapa 1: Panes - Alles / 17,8 km
18	Etapa 2: Alles - Carreña / 16 km
19	Etapa 3: Carreña - Benia / 19 km
20	Etapa 4: Benia - Cangas de Onís / 20,4 km
21	Etapa 5: Cangas de Onís - Villamayor / 23 km
22	Etapa 6: Villamayor - Espinaredo / 13,4 km
23	Etapa 7: Espinaredo - Fresneda / 13,4 km
24	Etapa 8: Fresneda - Melendreras / 15,2 km
25	Etapa 9: Melendreras - Entralgo / 14,2 km
26	Etapa 10: Entralgo - Bello / 16,9 km
27	Etapa 11: Bello - Santibáñez de Murias / 12,5 km
28	Etapa 12: Santibáñez de Murias - Campomanes / 25,7 km
29	Etapa 13: Campomanes - Llanuces / 25,4 km
30	Etapa 14: Llanuces - Bárzana / 16,6 km
31	Etapa 15: Bárzana - Villanueva / 18,5 km
32	Etapa 16: Villanueva - Villamayor / 24,4 km
33	Etapa 17: Villamayor - Dolia / 23,7 km
34	Etapa 18: Dolia - Belmonte / 12,8 km
35	Etapa 19: Belmonte - Boinás / 12,5 km
36	Etapa 20: Boinás - Tuña / 14,1 km
37	Etapa 21: Tuña - Onón / 17,5 km
38	Etapa 22: Onón - Corias / 23,8 km
39	Etapa 23: Corias - Besullo / 19,5 km
40	Etapa 24: Besullo - Berducedo / 29,2 km
41	Etapa 25: Berducedo - Grandas de Salime / 28,9 km
42	Etapa 26: Grandas de Salime - Castro / 10 km
43	Etapa 27: Castro - Santa Eulalia de Oscos / 19 km
GR 201 SENDA DEL ARCEDIANO	
44	Etapa 1: Pto. del Pontón - Soto de Sajambre / 13,10 km
45	Etapa 2: Soto de Sajambre - San Julián de Amieva / 16,35 km
46	Etapa 3: San Julián de Amieva - Puente Dobra / 11,37 km
GR-202 RUTA DE LA RECONQUISTA	
47	Etapa 1: Covadonga - Vega de Comeya / 9,85 km
48	Etapa 2: Vega de Comeya - Poncebos / 19,55 km
49	Etapa 3: Poncebos - Sotres / 11,12 km
50	Etapa 4: Sotres - Cosgaya / 24,88 km
GR 203 POR DONDE CAMINA EL OSO	
51	Etapa 9: Leitariegos - Genestoso / 12,2 km
52	Etapa 10: Genestoso - Santuario del Acebo / 18,9 km
53	Etapa 11: Santuario del Acebo - Corias / 10,8 km

GR 204 SENDA COSTERA E-9	
54	Etapa 01: Bustio - Pendueles / 21,7 km / Tramo señalizado como GR
55	Etapa 02: Pendueles - Llanes / 13,7 km / Tramo señalizado como GR
56	Etapa 03: Llanes - San Antolín / 15,3 km / Tramo señalizado como GR
57	Etapa 04: San Antolín - Guadamía / 18,7 km / Tramo señalizado como GR
58	Etapa 06: Arenal de Morís - Playa de La Espasa / Tramo señalizado como GR
59	Etapa 11: Xivares - Candás / Tramo señalizado como Senda Norte
60	Etapa 12: Luanco - Xagó / Tramo señalizado como PR
61	Etapa 13: San Juan de Nieva - Soto del Barco / Tramo señalizado como Senda Norte
62	Etapa 14: Soto del Barco - Cudillero / Tramo señalizado como Senda Norte
63	Etapa 24: Barayo - Navia / Tramo señalizado como GR
64	Etapa 26: Ortiguera - Viavélez / Tramo señalizado como GR
65	Etapa 27: Viavélez - Tapia de Casariego / Tramo señalizado como GR
66	Etapa 28: Tapia de Casariego - Vegadeo / Tramo señalizado como GR
GR 207 CAMÍN REAL DEL PUERTO DE VENTANA O RUTA DE LAS RELIQUIAS	
67	Etapa 1: Puerto de Ventana - Arrojo / 21,8 km
68	Etapa 2: Arrojo - Pedroveya / 16,5 km
GR-250 RUTA DE LA ESCRITA O DE LOS VAQUEIROS DE ALZADA	
69	Etapa 1: Puerto de Somiedo - La Riera / 20 km
70	Etapa 2: La Riera - Belmonte / 21,3 km
71	Etapa 3: Belmonte - Cornellana / 22,7 km
72	Etapa 4: Cornellana - Pravia / 11,2 km
PARQUE NATURAL DE LAS UBIÑAS - LA MESA	
73	Buida - Lingleo - Agüeria - Lindes
74	Puerto Ventana - Cresterío Peñón Ameno - Campo Falla - Socellares - Ventana
75	Tuiza - Forqueta del Portillín - Cueva Palacios - Agüeria - Lindes
76	Puerto de la Cubilla - Riotuerto - Meicín - Tuiza
77	Puerto de la Cubilla - La Bachota - La Cadillera - Los Pontones
78	Tuiza - Collado El Viso - Valseco - Bobias - Jomezana de Arriba
79	El Brañillín - Cuitu Negro - El Negrón - Puerto La Bachota - Puerto La Cubilla
80	Santuario de Cébrano (Teverga) - Laguna La Sobia - Vega de Afuera - Braña del Río - Fresneo de Quirós
PARQUE NATURAL DE SOMIEDO	
81	PR-AS-14 La Peral - La Enfestiella - Brañaviecha - La Pornacal - Villar de Vildas
82	Alto de la Farrapona - Valle del Lago - Coto de la Buena Madre - Pola de Somiedo
83	Rebollada - Cuarmichán - Changüeños - Granda - Muñón - Cadavales - Rebollada (Sierra Serrantina)
84	La Farrapona - Lago La Cueva - Cerveriz - Lago Calabazosa - Mortera del Coto - Lago del Valle - Camayor - La Farrapona
85	Arbeyales - Braña Saliencia - Puerto La Magdalena - Braña La Mesa - Foz de Arroxos - Saliencia
PARQUE NATURAL DE REDES	
86	Rioseco - Camín del Aceu - La Llera - Caneyu - Pumarín - Unquero - Rioseco
87	Campiello - Llagos - Collau Unquero - La Lluenga - Campiello
88	Orlé - Conforcos - Collada Capiella - El Juacu - La Quemada - Pendones
89	Brañagallones - Valdebezón - Collado Agujas - Acebal - Mericuera - Brañagallones
90	Brañagallones - Collada Arenas - Sierra de Les Pries - La Mueza - Brañagallones
PARQUE NATURAL DE PONGA	
91	Venta Agüera - Casielles - Peña Salón - Senda Vobolines - Casielles - Foz de los Andamios - Venta Agüera
92	Taranes - Monte La Bufona - Entregué - Fito de Tiatorodos - Majada de Tiatorodos - Pendones (Caso)
93	La Uña (León) - Puerto de Ventaniella - Caserío de Ventaniella - Sobrefoz
94	Taranes - Collado Taranes - Llués - Vallemoru - Traslafuente - Cureñu - La Pesanca (Piloña)
95	Venta Vidosa - Senda del Carteru - La Caviella - Senda de la Verganza - Venta Agüera
PARQUE NACIONAL DE LOS PICOS DE EUROPA	
96	PR-AS-222 Ruta de Ario
97	PR-AS-223 Ruta de Ordiales
98	PR-AS-224 Ruta de Orandi
99	PR-AS-225 Ruta de la Jocica
100	PR-AS-226 Ruta de Demués

Con este Trofeo se trata de poner en valor por medio de las rutas senderistas todas las potencialidades históricas, culturales, etnográficas y paisajísticas de la región asturiana, hollando los senderos, pistas y caminos históricos, muchos de ellos ya señalizados por buena parte del ámbito territorial, y que ya figuran en la prolífica biblioteca asturiana de montañismo, internet y otros medios informáticos. Las montañas que jalonan los recorridos se pueden ascender de manera optativa, no siendo obligada la consecución de la cima.