ASTILLERO y GUARNIZO

Donde quieres estar

RUTAS

EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO

RUTAS

EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO

ÍNDICE

Saluda Javier F. Soberón, Alcalde 04

Saluda Alejandro Hoz, Concejal de Deportes 06

Instrucciones 08-09

RUTAS CON NIÑOS

RUTA 1 12-13
Astillero - Punta Parayas - Astillero

RUTA 2 14-15
La Cantábrica - Marismas Guarnizo - La Cantábrica

RUTAS DIFICULTAD BAJA

RUTA 1. Astillero - Cabárceno - Sarón - La Penilla - Puente Viesgo y vuelta 18-19

RUTA 2 20-21
Astillero - Guarnizo - Riosapero - Sarón - Liaño - Astillero

RUTA 3. Astillero - Pozón de la Dolores - Maliaño - Marismas Blancas - Astillero 22-23

RUTA 4 24-25
Astillero - Centro Botín - Sardinero y vuelta

RUTA 6 26-27
Astillero - Vuelta a Peñacabarga FÁCIL

RUTA 7 28-29
Astillero - Langre por el camino de la costa

RUTAS DIFICULTAD MEDIA

RUTA 1. Astillero - Guarnizo - Liaño - Riosapero - Ermita San Miguel - Castañeda - Caballar - Sarón - Liaño - Astillero 32-33

RUTA 2. Astillero - Mompía - La Picota - Arce - Peñas Negras - Guarnizo - Astillero 34-35

RUTA 3. Astillero - Cabárceno - Peñacabarga - Pontejos - Santander - Maliaño - Astillero 36-37

RUTA 4. Astillero - Guarnizo - Cabárceno - Socabarga - Heras - Astillero 38-39

RUTA 5. Astillero - Centro Botín - Sardinero - Soto de Marina - Astillero 40-41

RUTAS DIFICULTAD ALTA

RUTA 1. Astillero - Villanuena - Liaño - Socabarga - Parque de Cabárceno y vuelta 44-45

RUTA 2 Socabarga - Peñacabarga DURA 46-47

RUTA 3. La Cavada - Tetas Liérganes - Alisas Matienzo - Alisas - Navajeda - La Cavada 48-49

RUTA 4 Astillero - Sarón - Monte Caballar 8 - Sarón - Astillero 50-51

Edita: Ayuntamiento de Astillero
Diseño y maquetación: Camus Impresores
Imprime: Todoprint Digital
D.L.: SA 507 - 2022

FOTO DE Yolanda Martín Ramos

Javier F. Soberón

Si de algo podemos presumir es de nuestra riqueza natural y de las posibilidades que ofrecemos. Nuestro privilegiado entorno se convierte en el escenario perfecto para el ocio familiar y deportivo, con un amplio abanico de alternativas lúdicas para disfrutar sin salir de nuestro pueblo.

Un paseo por las Marismas Negras o por las Marismas Blancas en busca de la biodiversidad natural más importante de la zona, una ruta por la senda de Morero o transitar por los diversos carriles bici que atraviesan el corazón de nuestro municipio son algunas de las opciones al alcance de cualquier vecino o visitante.

Además, las múltiples conexiones con las localidades limítrofes gracias a las incontables sendas ciclables convierten a Astillero en el epicentro del ocio ciclista para disfrutar con amigos o en familia. Es momento de ponerse el casco, subirse a la bici y descubrir rincones únicos.

FOTO DE Víctor Lorenzo Delgado

Alejandro Hoz

Astillero es el municipio perfecto para hacer deporte, ejercitarse y disfrutar de actividades saludables al aire libre. Como andar en bici por los numerosos carriles y sendas ciclables. Son muchos los vecinos y también los visitantes que ya lo saben. No hay más que darse un paseo por las Marismas cada fin de semana para comprobarlo.
También Morero o la Ría de Solía son lugares idóneos para disfrutar en familia de la práctica sobre dos ruedas y adentrarse en el mundo de un divertido y completo deporte como es el ciclismo.
Desde esta concejalía siempre hemos hecho hincapié en que deporte y salud van de la mano, por lo que enfocamos nuestros esfuerzos a promover y facilitar la práctica deportiva entre nuestros vecinos con iniciativas como este folleto que ahora tiene en sus manos. Los nuevos aparcamientos o el lavadero de bicicletas son tan solo pequeños ejemplos de ello.
Os animo a pedalear y recorrer nuestras calles, senderos y espacios naturales. Hay mucho por descubrir en Astillero y en Guarnizo.

Astillero

AYUNTAMIENTO · PABLEN · CIUDADANIA · SERVICIOS · CULTURA · DEPORTE · SOCIALES · SEDE ELECTRÓNICA · ADL · TURISMO

ENLACES A RUTAS PLATAFORMA WIKILOC

RUTAS CON NIÑOS

PASEO CON NIÑOS ASTILLERO PUNTA PARAYAS ASTILLERO

PASEO CON NIÑOS ASTILLERO CANTABRICA MARISMAS CUARNIZO CANTABRICA

RUTAS DIFICULTAD BAJA

ASTILLERO CABARCENO SARON LA PENIUSLA PUENTE VIESCO Y VUELTA

ASTILLERO CUARNIZO RIOSAPERO SARON LIAÑO ASTILLERO

ASTILLERO POZÓN DE LA DOLORES MALIAÑO MARISMAS BLANCAS ASTILLERO

ASTILLERO CENTRO BOTIN SARDINERO Y VUELTA

ASTILLERO CUARNIZO RIOSAPERO SARON LIAÑO ASTILLERO

ASTILLERO VUELTA A PEÑACABARCA FACIL

ASTILLERO LANCRE POR EL CAMINO DE LA COSTA

RUTAS DIFICULTAD MEDIA

ASTILLERO CUARNIZO LIAÑO RIOSAPERO ERMITA SAN MIGUEL CASTAÑEDA CABALLAR SARON LIAÑO ASTILLERO

ASTILLERO MONPIA LA PICOTA ARCE PEÑAS NEGRAS CUARNIZO ASTILLERO

ASTILLERO CABARCENO PEÑACABARCA PONTEJOS SANTANDER MALIAÑO ASTILLERO

ASTILLERO CUARNIZO CABARCENO SOCABARCA NERAS ASTILLERO

ASTILLERO CENTRO BOTIN SARDINERO SOTO DE MARINA ASTILLERO

RUTAS DIFICULTAD ALTA

ASTILLERO VILLANUEVA LIAÑO SOCABARCA PARQUE DE CABARCENO Y VUELTA

SOCABARCA PEÑACABARCA DURA

LA CAVADA TETAS LIERGANES ALISAS MATIENZO ALISAS MAVAJEDA LA CAVADA

ASTILLERO SARON MONTE CABALLAR 8 SARON ASTILLERO

AVISO. Las rutas descritas en WIKILOC así como los tracks para GPS son meramente orientativos. Queda bajo la RESPONSABILIDAD de quien las realice, las medidas de seguridad apropiadas para cada itinerario, que dependerán de las condiciones climatológicas, así como la preparación tanto técnica como física y mental de quienes realicen la ruta. Quede bien claro que todo lo indicado (track y comentarios) es meramente informativo, eximiéndose el autor de responsabilidad alguna, ante cualquier percance que pudiera sufrir quien por voluntad propia o inducida realice la ruta.

RUTAS EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO

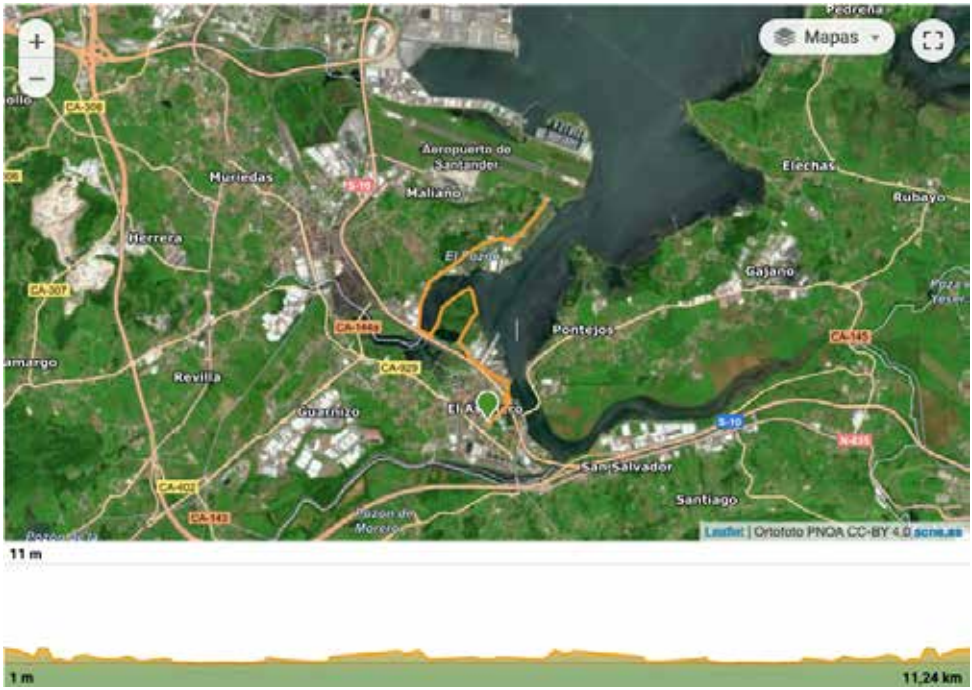
El Ayuntamiento de Astillero es conocedor del enorme potencial recreativo y educativo que tiene su municipio y por ello, ha diseñado una veintena de rutas, que pueden ser recorridas por personas a pie o en bici, con el objetivo de posibilitar, no sólo el conocimiento del ámbito municipal, si no también el fomento de los valores naturales y culturales que encierra, así como facilitar y descubrir la comunicación existente y el conocimiento de otros municipios limítrofes.

RUTAS

EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO

con niños

ASTILLERO
PUNTA PARAYAS
ASTILLERO



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
11,24 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Fácil	1 m	1 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
11 m	32	1 m

Ruta 1

Nuestra primera ruta arranca con un paseo fácil, ideal para ir con los más pequeños.

La ruta empieza en el aparcamiento de La Cantábrica, donde es muy fácil aparcar el coche y descargar las bicis.

Este recorrido se adentra en las Marismas Blancas, un espacio recuperado con pistas fáciles para la bicicleta y donde se pueden observar diferentes especies de árboles y de aves, además de unas inmejorables vistas de la Ría de Boo.

Esta ruta llega a la playa artificial de Punta Parayas, sitio ideal para darse un baño y comerse el bocata a la sombra de los árboles antes de emprender el regreso.

Desde Punta Parayas se puede enlazar con el carril bici que da la vuelta al Aeropuerto y hacer la ruta un poco más larga si veis que los peques se han quedado con ganas de más.

La ruta aún parando mucho para ver las aves y las vistas tiene una duración aproximada de 2 horas.

ASTILLERO - LA CANTÁBRICA - MARISMAS BLANCAS - GUARNIZO - LA CANTÁBRICA

DISTANCIA	TIPO DE RUTA
11,36 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Fácil	7 m	7 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
17 m	41	0 m

Ruta 2

Es un paseo ideal para hacer con niños, es muy fácil, no tiene dificultad técnica y más o menos se tarda 1h. 15 min. (depende del tiempo que paséis en los parques infantiles que os vais a encontrar por el camino).

La ruta parte del aparcamiento de La Cantábrica y transcurre por al carril bici que te lleva a las Marismas Blancas de Astillero, se cruza por debajo la autovía Santander-Bilbao a través de dársena flotante (ver fotos) para llegar a las Marismas Negras y se continua hasta el Crucero de Boo (Guarnizo), cruzáis la carretera Maliaño-Astillero para volver a coger el carril bici. Al cruzar la carretera, si os apetece beber y comer algo, podéis continuar por la acera y llegar al Hotel Los Ángeles (se ve el cartel desde el semáforo), te puedes tomar algo en la terraza, tienen una tortilla buenísima.

En Guarnizo podéis parar en el parque infantil que está detrás del Telco, tiene una tirolina que a los críos les encanta. Luego se continua por el carril bici del polígono de Guarnizo hasta enlazar con el carril bici que viene de Liaño para volver al parque de La Cantábrica.

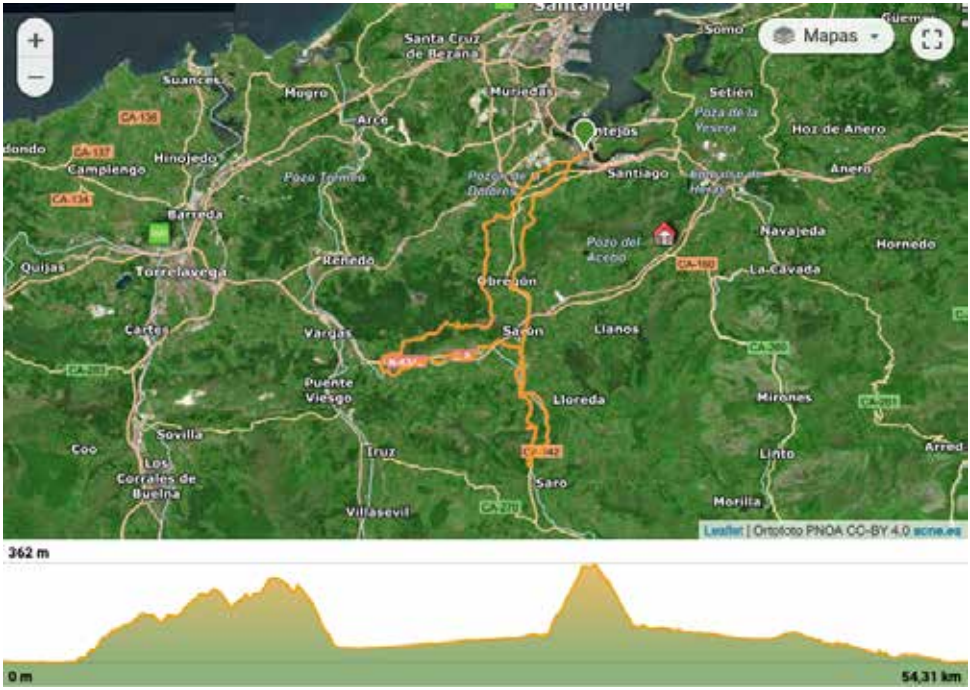
El parque de La Cantábrica es ideal para que los chavales se lo pasen de muerte subiéndose por todos los juegos que hay.

RUTAS

EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO

DIFICULTAD BAJA

ASTILLERO - CABÁRCENO - SARÓN - LA PENILLA - PUENTE VIESGO Y VUELTA



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
16,93 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Fácil	169 m	169 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
100 m	38	36 m

Ruta 1

La primera de nuestras rutas discurre por el antiguo trazado del ferrocarril, Astillero-Ontaneda.

Se trata de un carril bici entre árboles que con una pendiente suave nos llevará hasta Sarón.

Por el camino pasaremos por Obregón y la entrada del Parque de la Naturaleza de Cábarceno.

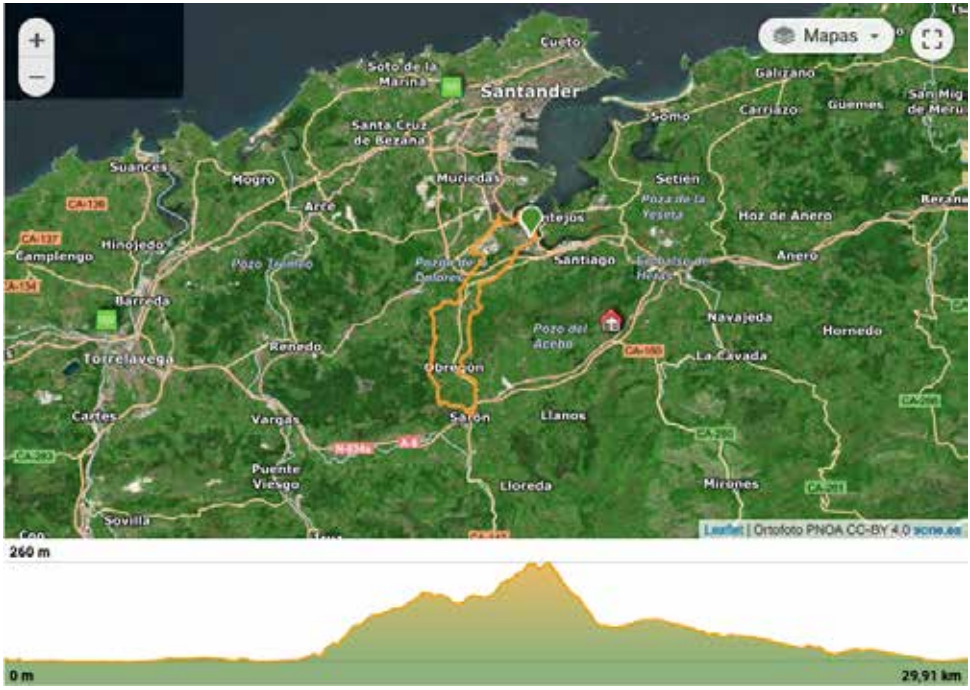
Desde Sarón seguiremos por la vía verde del Pas, que va paralela al Río Pisueña, hasta llegar a Puente Viesgo, lugar mas alejado de esta ruta.

La vuelta se realiza por el mismo camino que hemos utilizado.

El tiempo aproximado es de 2:30 horas. La dificultad tanto física como técnica es baja.

DIFICULTAD BAJA

ASTILLERO - GUARNIZO - RIOSAPERO - SARÓN - LIAÑO - ASTILLERO



DISTANCIA **29,91 km**	TIPO DE RUTA **Circular**

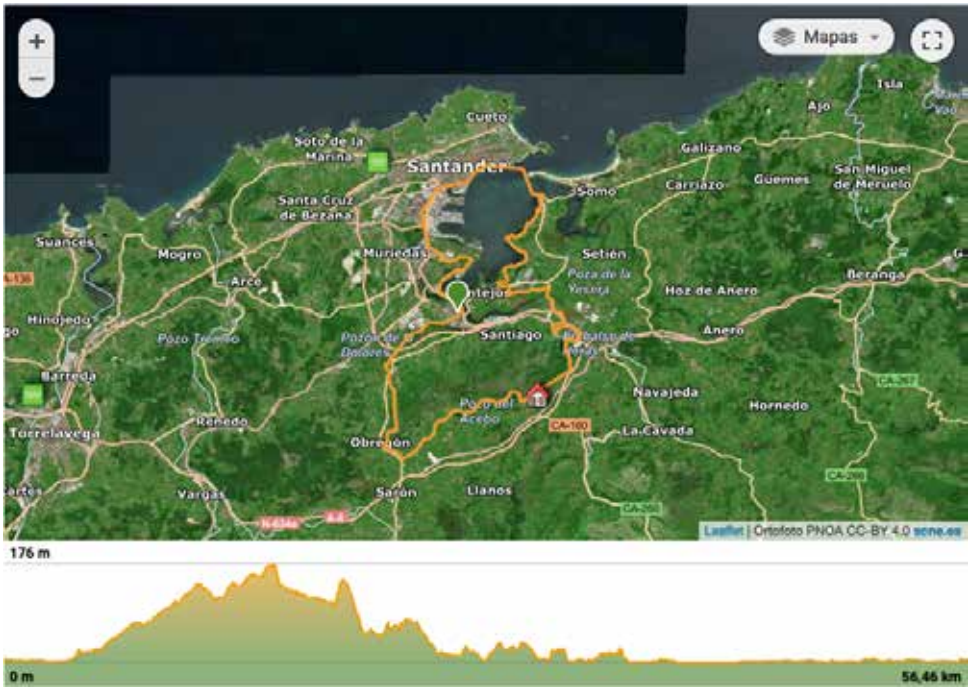
DIFICULTAD TÉCNICA **Fácil**	DESNIVEL NEGATIVO **319 m**	DESNIVEL POSITIVO **319 m**
ALTITUD MÁXIMA **260 m**	TRAILRANK **29**	ALTITUD MÍNIMA **0 m**

Ruta 2

Esta ruta discurre por el carril bici que pasa por la entrada de Cabárceno hasta llegar a Sarón. Aquí se puede enlazar con el nuevo carril bici para entrar en Sarón. Desde Sarón cruzamos al otro lado de la Ca-142 para volver a Astillero por Riosapero, para llegar a Liaño y por el carril bici que bordea el Polígono de Guarnizo llegar al final.

Esta ruta discurre un 90% por carril bici y pistas en buen estado haciéndola ideal para un paseo con un excelente paisaje.

ASTILLERO - POZÓN DE LA DOLORES - MALIAÑO - MARISMAS BLANCAS - ASTILLERO



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
20,39 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Fácil	151 m	151 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
161 m	50	27 m

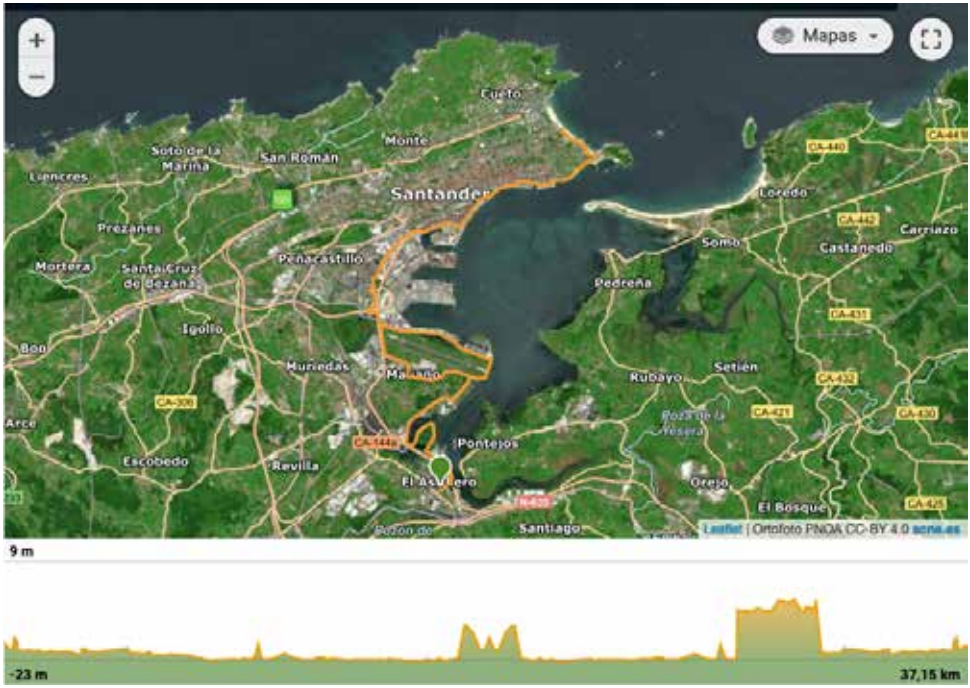
Ruta 3

Esta ruta sale de Astillero y por el carril bici llegar hasta el polígono de Guarnizo, ahí subiremos hasta el alto de la Morcilla por la carretera y en la rotonda iniciaremos la subida al alto del Churi. Cogeremos una pista hacia la derecha para llegar al Pozón de la Dolores, donde merece la pena parar a contemplar la laguna y sus aves.

Seguiremos por pistas hasta bajar a Igollo de Camargo y seguir hasta la Vidriera, después por las Marismas Blancas y el muelle de Astillero llegar al final.

La ruta tiene una única subida hasta llegar al Pozón y técnicamente es dificultad baja.

ASTILLERO - CENTRO BOTÍN - SARDINERO Y VUELTA



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
37,15 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Fácil	44 m	44 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
9 m	33	-23 m

Ruta 4

Esta ruta también podría estar en el apartado “con niños” ya que discurre enteramente por el carril bici que va de Astillero hasta Santander. La ruta hace el mismo camino ida y vuelta por lo que en caso de necesitarlo podremos darnos la vuelta cuando queramos.

La ruta sale del aparcamiento de La Cantábrica para pasar por las Marismas blancas y coger el carril bici que da la vuelta al aeropuerto y por el nuevo carril bici entrar en Santander y siguiendo el carril bici urbano llegar al Centro Botín.

Tras una parada para ver la Bahía de Santander, el carril bici continúa hasta llegar a las playas del Sardinero.

En esta ruta se puede añadir la entrada a la península de la Magdalena. Merece la pena la subida hasta el palacio para contemplar las vistas desde arriba de toda la Bahía de Santander.

ASTILLERO - VUELTA A PEÑACABARGA FÁCIL

DISTANCIA	TIPO DE RUTA
34,68 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Fácil	343 m	343 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
176 m	43	4 m

Ruta 5

Esta ruta es una ruta fácil desde el punto de vista físico y fácil del punto de vista técnico.

Es una ruta que tranquilamente, con paradas para ver el paisaje, se puede hacer en 3 horas, a toda pastilla te lo haces el 1h. 45 min. / 2h aprox.

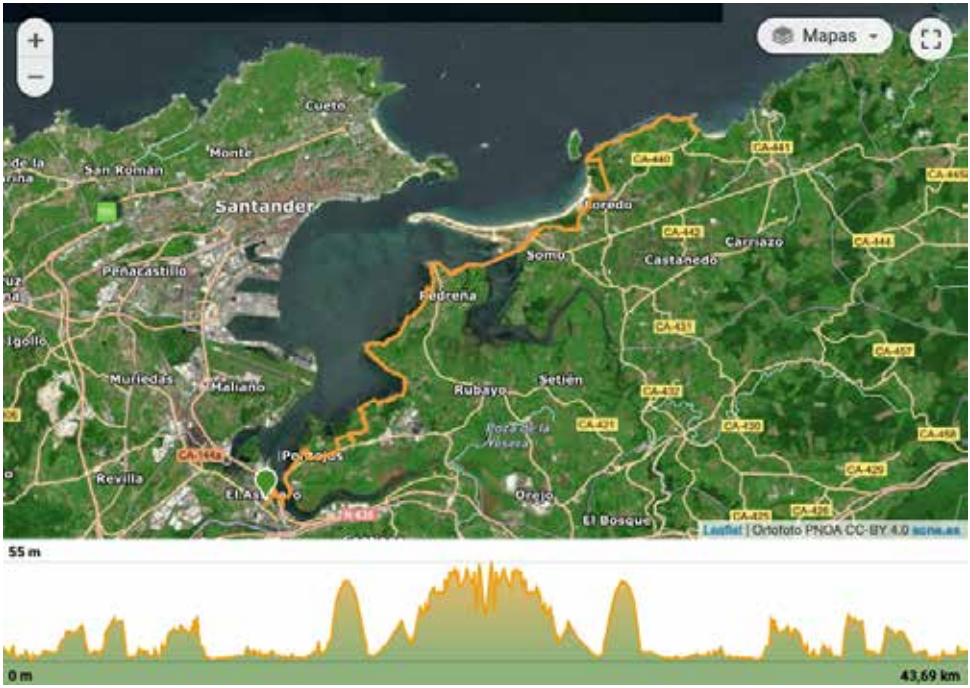
La ruta comienza por el carril bici que nos lleva a la entrada al Parque de Cabárceno para luego continuar hasta el pueblo de Cabárceno y continuar por pistas hasta el Pantano de Heras.

Sólo hay dos puntos algo comprometidos (por decir algo), uno es en el km. 15,7 hay una bajada con piedra suelta que si eres novato te va crear dudas y en el km. 26,8 que si no han segado y hay hierba alta vas a tener que andar 15 mts.

Por lo demás no tiene mayor problema.

La ruta se puede hacer en sentido contrario pero la dificultad física aumentaría a MODERADO+.

ASTILLERO - LANGRE POR EL CAMINO DE LA COSTA



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
43,69 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Moderado	301 m	301 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
55 m	43	0 m

Ruta 6

Es una ruta de ida y vuelta por el mismo camino, se hace en 3 horas mas o menos contando paradas, la dificultad técnica es baja y la dificultad física es moderada (no hay subidas de muerte pero es un sube y baja constante, es un poco rompepiernas), lo bueno que tiene que si te notas cansado o tienes prisa cuando quieras te das la vuelta.

Hay que tener CUIDADO con los puentes de madera y los caminos de losa de piedra ya que si están mojados patinan.

La ruta sale del aparcamiento de La Cantábrica y va hacia el Club de Remo Astillero para pasar el Puente Pontejos y meterte al Club de Remo Pontejos, luego iremos cogiendo caminos hasta llegar a Pedreña, pasaremos el puente Somo para meternos en el pueblo de Somo y volveremos a coger caminos hasta la playa de Loredo y luego hasta el aparcamiento de la playa de Los Tranquilos.

En la playa Los Tranquilos cogeremos un sendero precioso por la orilla del acantilado que nos lleva directos a la playa de Langre, en este tramo hay que tener cuidado ya que hay mucha gente andando (es un tramo del Camino de Santiago).

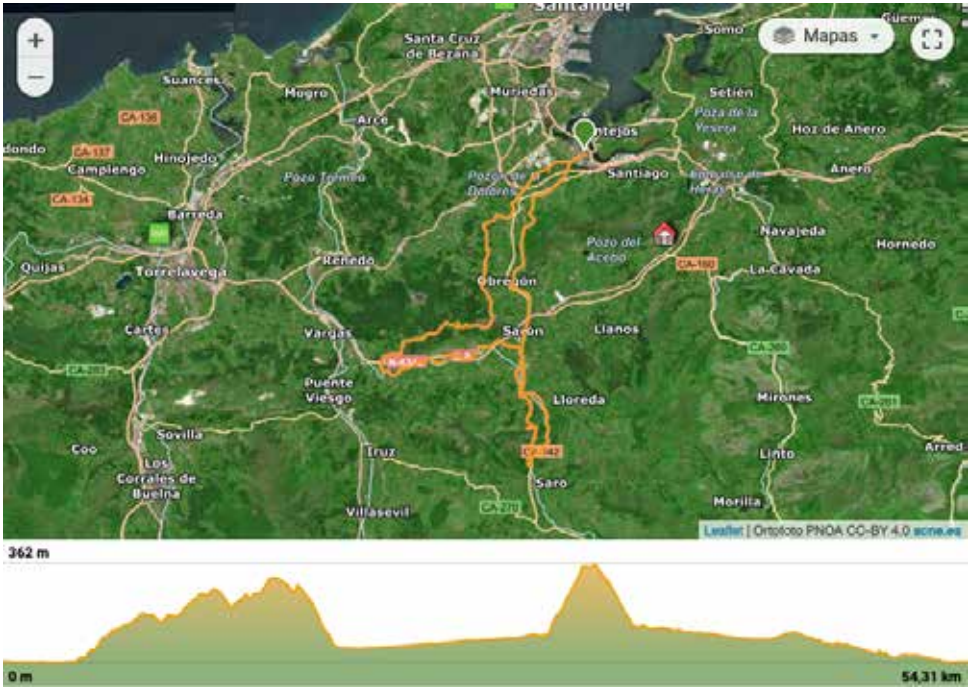
RUTAS

EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO

DIFICULTAD MEDIA

DIFICULTAD MEDIA

ASTILLERO - GUARNIZO - LIAÑO - RIOSAPERO - ERMITA SAN MIGUEL - CASTAÑEDA - CABALLAR - SARÓN - LIAÑO - ASTILLERO



DISTANCIA **54,31 km**	TIPO DE RUTA **Circular**	
DIFICULTAD TÉCNICA **Moderado**	DESNIVEL NEGATIVO **787 m**	DESNIVEL POSITIVO **787 m**
ALTITUD MÁXIMA **362 m**	TRAILRANK **39**	ALTITUD MÍNIMA **0 m**

Ruta 1

En esta primera ruta la dificulta media es por la forma física, ya que técnicamente no tiene dificultad ya que el 60% de la ruta es por pista o buen firme.

El tiempo estimado son casi las 4 horas, dependiendo de la forma física y de las paradas para disfrutar de las vistas que son muchas.

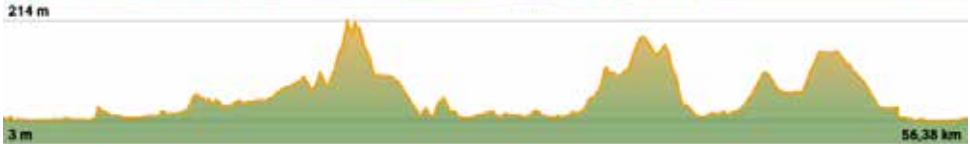
Salimos del Aparcamiento de La Cantábrica para dirigirnos por carril bici hacia Riosapero, pasando por Guarnizo.

En el km. 14 llegaremos a la Ermita Románica de San Miguel, primera parada obligatoria y después en el km. 29,5 a la iglesia Románica de Santa María de Cayón.

Seguidamente accederemos a la sierra del Caballar por una pendiente, que es lo más duro de la ruta.

Bajaremos por la otra vertiente hasta llegar a la carretera que nos lleva a Sarón y de ahí por el carril bici de vuelta a Astillero.

ASTILLERO - MOMPÍA - LA PICOTA - ARCE - PEÑAS NEGRAS - GUARNIZO - ASTILLERO



DISTANCIA **56,38 km**	TIPO DE RUTA **Circular**	
DIFICULTAD TÉCNICA **Moderado**	DESNIVEL NEGATIVO **700 m**	DESNIVEL POSITIVO **700 m**
ALTITUD MÁXIMA **214 m**	TRAILRANK **26**	ALTITUD MÍNIMA **3 m**

Ruta 2

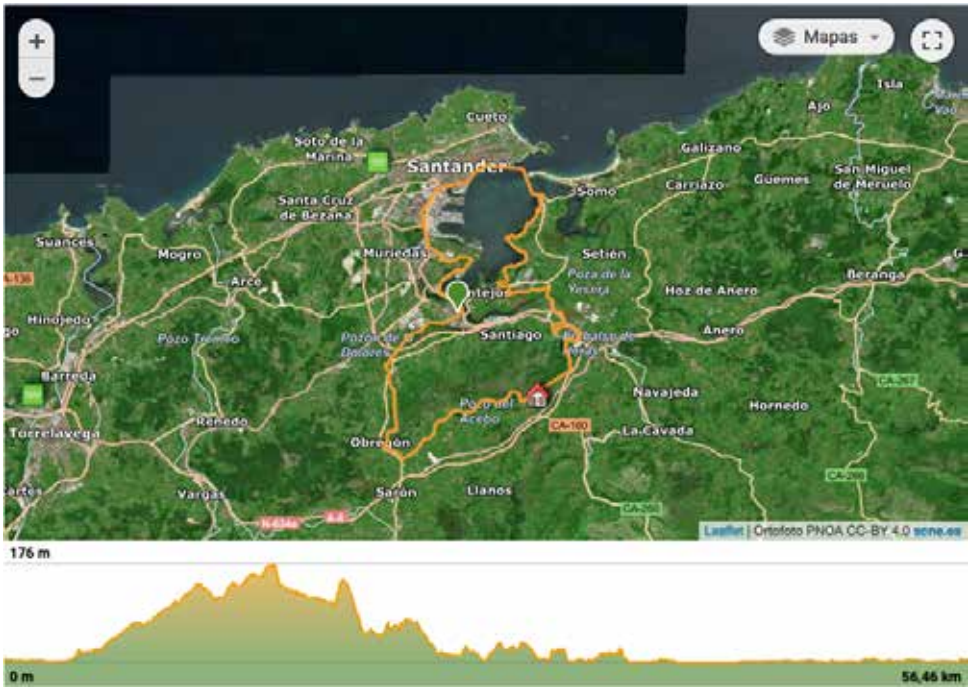
Esta ruta tiene dificultad técnica moderada por la subida a la Picota, que en su último tramo tanto de subida como de bajada nos exige cierta pericia, aunque siempre exista la posibilidad de hacerla andando que son sólo unos pocos metros. En cuanto a la dificultad física es una ruta con tres subidas importantes aunque no muy largas si con cierta pendiente.

Comenzamos en el aparcamiento de La Cantábrica para recorrer las marismas blancas y negras para pasar a Maliaño y por pistas y carreteras poco transitadas llegar hasta el pueblo de Mompía donde comienza la subida a la Picota. Las vistas desde arriba son espectaculares, así que merece la pena subir un día despejado, ya que desde arriba veremos el parque natural de las dunas de Liencres con el fondo de los Picos de Europa. Después del descenso llegaremos al pueblo de Arce para subir hasta las antenas de Polanco. Desde allí también tenemos unas vistas muy buenas de las marismas de Suances. Bajaremos por una pista forestal entre eucaliptos para continuar hasta Escobedo e iniciar la subida hasta el Pozón de la Dolores y después bajar por la carretera hasta llegar a Guarnizo y su carril bici para la finalización en Astillero.

El tiempo de la ruta está cerca de las 4 horas.

DIFICULTAD MEDIA

ASTILLERO - CABÁRCENO - PEÑACABARGA - PONTEJOS - SANTANDER - MALIAÑO - ASTILLERO



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
56,46 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Moderado	370 m	370 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
176 m	38	0 m

Ruta 3

La ruta comienza en el aparcamiento de La Cantábrica y por el carril bici llegar hasta la entrada del Parque de Cabárceno, damos la vuelta a Peña Cabarga para llegar al Pantano de Heras.

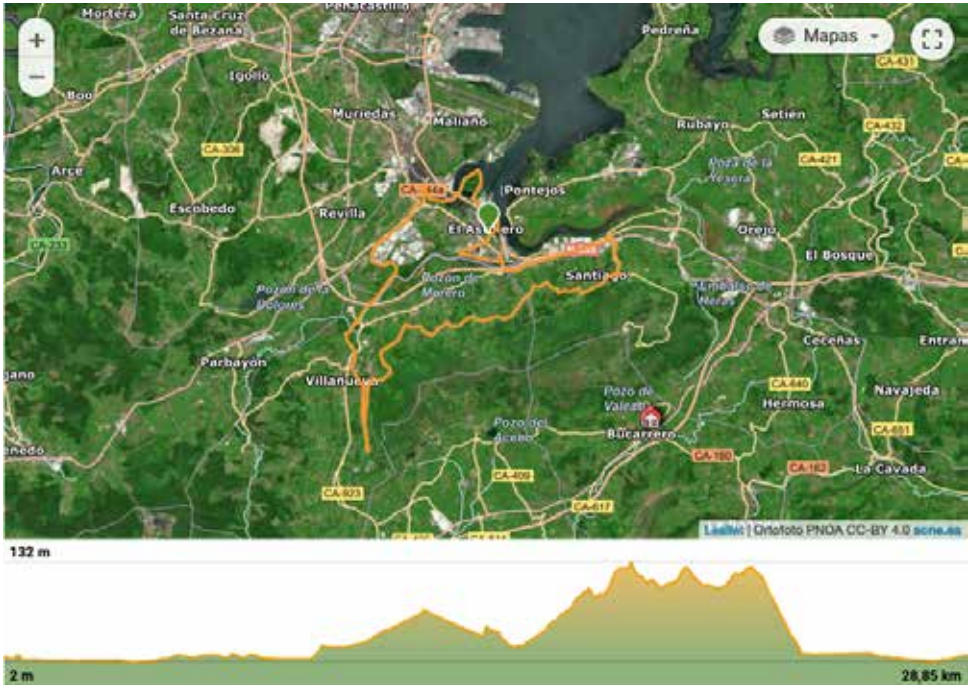
Bordeamos el bunker del Banco Santander para llegar al pueblo de Heras. De ahí hasta Pontejos para tomar la senda marítima que nos lleva hasta el puerto de Pedreña.

Cogemos el barco de Los Reginas www.losreginas.com (horarios y precios) para llegar a Santander. En el misma salida podemos coger el carril bici para ir hacia el centro Botín y después por el carril bici volvemos a Astillero.

Ruta moderada que se puede hacer en 4 horas.

DIFICULTAD MEDIA

ASTILLERO - GUARNIZO - CABÁRCENO - SOCABARGA - HERAS - ASTILLERO



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
28,85 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Moderado	227 m	227 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
132 m	31	2 m

Ruta 4

Salimos de Astillero en dirección Socabarga. La subida a Socabarga es lo más difícil de la ruta ya que tiene un par de repechos duros, pero merece la pena ya que las vistas de la Ría de Astillero y de la bahía de Santander son espectaculares.

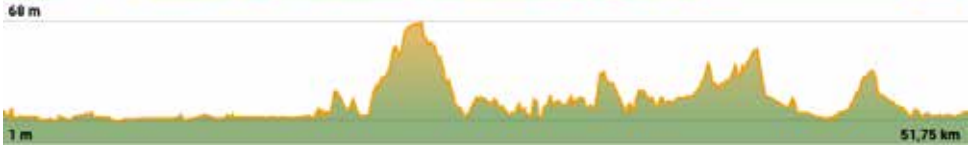
Despúes se baja hasta llegar al carril bici en la entrada del Parque de Cabárceno y se vuelve a Astillero por Guarnizo y las Marismas Blanca.

Ruta sin dificultad técnica ninguna y moderada en la forma física por la subida a Socabarga.

Se puede hacer sobre las 2 horas.

Esta ruta también es espectacular en su modalidad nocturna, por la ya comentadas vistas a la Ría de Astillero y a la Bahía de Santander.

ASTILLERO - CENTRO BOTÍN - SARDINERO - SOTO DE MARINA - ASTILLERO



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
28,85 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Moderado	227 m	227 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
132 m	31	2 m

Ruta 5

Esta ruta sale de Astillero para, por el carril bici, llegar hasta Santander para subir hacia Cabo Mayor. Antes se puede alargar la ruta entrando a la península de la Magdalena y contemplar las vistas desde arriba.

Una vez en Cabo Mayor se coge la senda costera en dirección a la Virgen del Mar. Esta senda está perfectamente señalizada y aunque físicamente es fácil, técnicamente es más exigente, obligándonos a poner pie a tierra alguna vez. Las vistas durante todo el recorrido son espectaculares ya que la senda discurre muy cerca de los acantilados.

Una vez se llega a Soto de la Marina se inicia el regreso por pistas y carreteras poco transitadas hasta llegar a Guarnizo y después por el carril bici llegar a Astillero.

La duración de la ruta es de 3 horas más las paradas que realicemos.

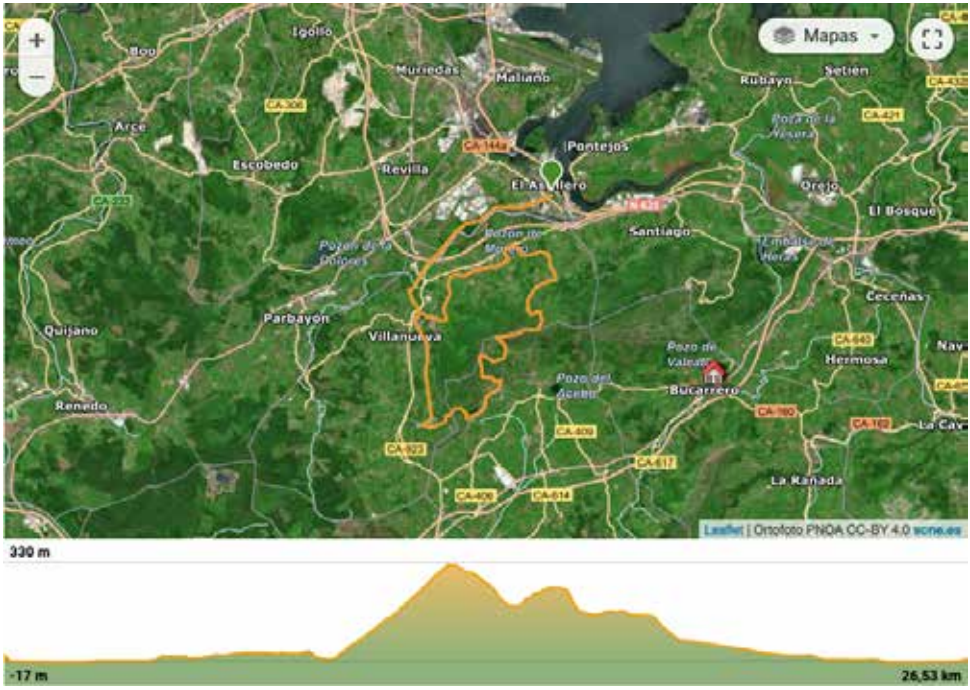
RUTAS

EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO

DIFICULTAD ALTA

DIFICULTAD ALTA

ASTILLERO - VILLANUENA - LIAÑO - SOCABARGA - PARQUE DE CABÁRCENO Y VUELTA



DISTANCIA	TIPO DE RUTA
26,53 km	Circular

DIFICULTAD TÉCNICA	DESNIVEL NEGATIVO	DESNIVEL POSITIVO
Muy difícil	451 m	451 m

ALTITUD MÁXIMA	TRAILRANK	ALTITUD MÍNIMA
330 m	34	-17 m

Ruta 1

Empezamos este capítulo de rutas con una muy exigente tanto física como técnica.

Comenzamos en el aparcamiento de La Cantábrica para ir por el carril bici hasta Liaño. De ahí empezaremos a subir a Socabarga por senderos y pista mas exigentes. Después de entrar al Parque de Cabárceno por Socabarga damos una vuelta por el parque llegando al punto mas alto del teleférico.

La vuelta es por el carril bici hasta Astillero.

Duración aproximada unas 2:45 horas.

DIFICULTAD ALTA

SOCABARGA - PEÑACABARGA DURA

DISTANCIA **28,74 km**	TIPO DE RUTA **Circular**	
DIFICULTAD TÉCNICA **Muy difícil**	DESNIVEL NEGATIVO **799 m**	DESNIVEL POSITIVO **799 m**
ALTITUD MÁXIMA **504 m**	TRAILRANK **36**	ALTITUD MÍNIMA **-16 m**

Ruta 2

Salimos del aparcamiento de La Cantábrica para tomar dirección a Socabarga por pistas que se utilizan para sacar madera. Técnicamente es complicada por que muchas de estas pistas son de piedra suelta y si además esta mojado se complica.

Salimos a media subida a Peñacabarga que haremos las rampas mas duras por carretera. La ruta se desvía antes de llegar a la cima, pero merece la pena continuar hasta arriba y contemplar las vistas.

La bajada es por un cortafuegos (km. 22,8) que si no eres muy técnico mejor que la bajes andando.

Una vez pasada esta dificultad llegamos a Liaño y por el carril bici vamos hasta la Concha para Guarnizo y llegar a Astillero.

La ruta tiene una duración de 3 horas pero si esta mojado se alarga un poco mas.

DIFICULTAD ALTA

LA CAVADA - TETAS LIÉRGANES - ALISAS MATIENZO - ALISAS - NAVAJEDA - LA CAVADA

DISTANCIA **46,3 km**	TIPO DE RUTA **Circular**	
DIFICULTAD TÉCNICA **Difícil**	DESNIVEL NEGATIVO **1.262 m**	DESNIVEL POSITIVO **1.262 m**
ALTITUD MÁXIMA **465 m**	TRAILRANK **38**	ALTITUD MÍNIMA **17 m**

Ruta 3

Comenzamos la ruta quedando el aparcamiento de La Cantábrica para coger el tren de FEVE en el apeadero de La Cantábrica dirección de La Cavada.

Consultar horarios en www.renfe.com.

La ruta tiene un dificultad técnica MUY BAJA pero es una ruta FÍSICAMENTE DIFÍCIL.

La ruta de hace sin paradas en 4h más o menos (depende de tu forma física)

AVISOS:

. KM 3,0 Portilla de madera (por favor si está cerrada pasar y volver a dejarla cerrada)

. KM 3.3 Portilla de alambre (por favor si esta cerrada pasar y volver a dejarla cerrada)

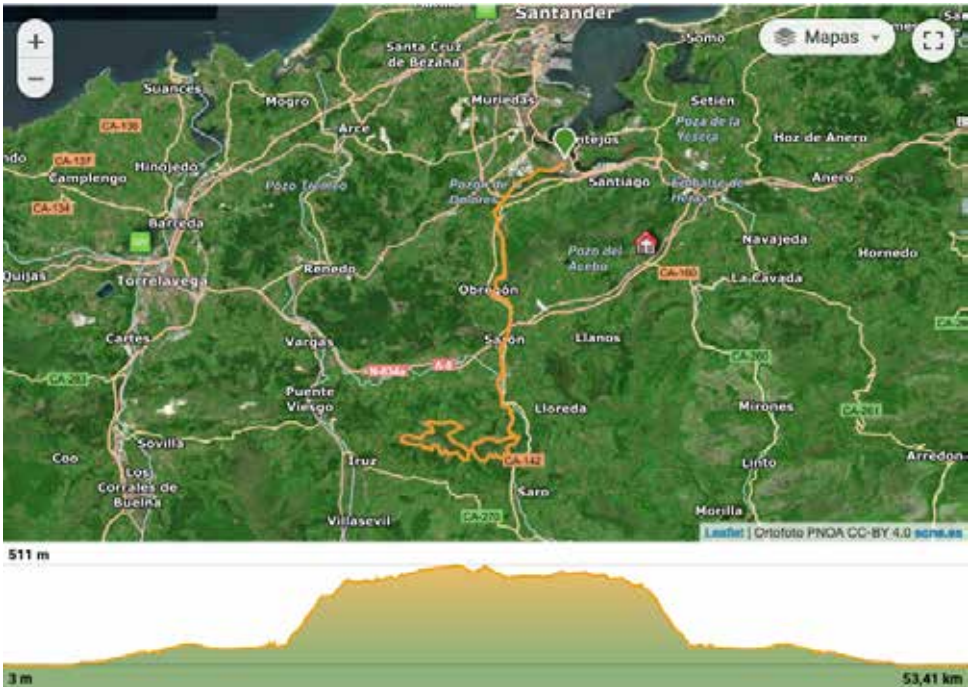
. Km 3.4 Valla de madera cerrada con un candado, podéis pasar por la izda. entre los arboles.

. KM 30.8 Alambre de pastor, esta señalizado con un trapo.

. KM 31.3 Alambre de pastor, esta señalizado con un trapo.

DIFICULTAD ALTA

ASTILLERO - SARÓN - MONTE CABALLAR 8 - SARÓN - ASTILLERO



DISTANCIA **53,41 km**	TIPO DE RUTA **Circular**	
DIFICULTAD TÉCNICA **Difícil**	DESNIVEL NEGATIVO **702 m**	DESNIVEL POSITIVO **702 m**
ALTITUD MÁXIMA **511 m**	TRAILRANK **44**	ALTITUD MÍNIMA **3 m**

Ruta 4

En esta ruta se tarda 3 o 4 horas dependiendo de paradas y forma física.

Dificultad física: Moderada aunque tiene una subida muy dura al Monte Caballar.

Dificultad técnica: baja aunque en la bajada del Monte Caballar hay que tener cuidado ya que se suele bajar muy rápido (hay alguna rodeara y piedra suelta).

La ruta comienza en el aparcamiento del parque de La Cantábrica y continua por el carril bici dirección Cabárceno para después continuar a Sarón, seguir por Santa Marina de Cayón, subir el Caballar, hacer el 8 y volver por el mismo camino.

DETALLE DE RUTA y cruces:

Km. 15,0 cruce a la derecha comienza la subida dura hasta el 17,2 km.

Km. 17,2 cruce seguimos de frente acaba la subida dura

Km. 21,4 cruce a la izda. (tramo común en el recorrido de vuelta)

Km. 21.7 cruce a la dcha.

Km. 33.7 cruce a la dcha. (bajamos por el tramo común de la ida)

Km. 34,0 cruce a la izda.

Km. 36.4 cruce al la izda. (ojo la bajada roderas y piedra suelta, tramo común con la ida)

FOTO DE María García Martínez

ASTILLERO y GUARNIZO

Donde quieres estar

RUTAS

EN BICI POR ASTILLERO-GUARNIZO