



# GUÍA GENERAL

Cangas del Narcea - Degaña - Ibias

**FUENTES**  
**DEL NARCEA**

“ Escondida entre montañas,  
la Tierra de Fuentes del Narcea  
se ofrece generosa a todos los  
que la quieran recorrer.

Aún habrá algunos rezagados  
que no sepan ver su verdadera  
esencia pero en su voluptuosa  
orografía, agasajada por la vida  
y sus gentes, memoria palpitante  
de sabiduría, se encuentra el  
tesoro de su armonía”

— Odile Rodríguez de la Fuente

3

Fuentes  
del Narcea  
De cerca

6

Medio físico  
Espíritu de  
la comarca

9

Un paisaje  
heredado

15

Territorio  
Natural

23

Para no  
estarse quieto

33

El sabor  
artesanal

37

Calendario  
vivo

43

Escapadas  
de conocimiento  
y diversión

46

Cangas  
del Narcea

48

Degaña

50

Ibias

52

Alojamientos  
Contactos  
de interés

## Fuentes del Narcea

### — De cerca

La comarca “Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias” se ubica en el suroccidente asturiano. La integran tres concejos, Cangas del Narcea, Ibias y Degaña, con una extensión de 1.243 km<sup>2</sup>



#### Cangas del Narcea

Superficie (km<sup>2</sup>) 825,44  
Habitantes (2019) 12.347  
Núcleos de población 311

#### Degaña

Superficie (km<sup>2</sup>) 87,01  
Habitantes (2019) 921  
Núcleos de población 7

#### Ibias

Superficie (km<sup>2</sup>) 330,30  
Habitantes (2019) 1.251  
Núcleos de población 77

#### Total

Superficie (km<sup>2</sup>) 1243,89  
Habitantes (2019) 14.619  
Núcleos de población 419

**En este rincón de la Cordillera Cantábrica es el territorio el que ha moldeado a sus habitantes. Aprovechando el curso de los ríos como ejes vertebradores, sus pobladores buscaron los fondos de valle y los rellanos de montaña para localizar sus pueblos y zonas de cultivo. Aunque existen excepciones como El Puertu o Xinestosu que se asientan a gran altitud.**

La red de carreteras iniciada en el siglo pasado

determinó el crecimiento y posibilitó las explotaciones mineras. Esta actividad influyó en la población, frenando su descenso y reubicándola cerca de las explotaciones. Las poblaciones se jerarquizan en función de su situación y funcionalidad. Los más poblados suelen estar cerca de las capitales de concejo, predominando en toda la comarca los núcleos pequeños. Son Cangas del Narcea, Zarréu en Degaña y San Antolín y Tormaleo en

Ibias los que tienen carácter urbano. Su distribución funcional se rige por la cabecera de parroquia, que reúne a los pueblos pertenecientes a su iglesia y cementerio.

Las actividades predominantes hasta la entrada de la minería fueron la agricultura y la ganadería que, junto con el alejamiento de muchos de sus pueblos de las industrias lácteas, fomentó la orientación cárnica del vacuno. Originariamente

se complementaba con oficios tradicionales como los ferreiros, madreñeiros o cunqueirus.

Los servicios constituyen un sector cada vez más importante en la economía de la comarca: comercio, servicios a la población y progresivamente el turismo, suponen una revitalización del territorio.

La existencia de gran número de núcleos de población, junto con la conservación de la

arquitectura tradicional en muchos de ellos, ha posibilitado el desarrollo de una importante infraestructura rural de calidad, verdaderamente atractiva para el visitante.

Un amplio territorio donde destacan áreas de alta calidad paisajística y gran valor ecológico, que pretenden ser conservadas sin renunciar a un desarrollo económico y social.



## Medio Físico

### — Espiritu de la comarca

↑ Valle del río Naviego  
Vista hacia el Pico Cuetu d'Arbas.  
Cangas del Narcea  
→ Laguna Llangreiru  
Degaña

#### EN LA SIGUIENTE PÁGINA

↑ Riodeporcos vista de sus caminos cubiertos de parrales de vid.  
↓ Lagunas de Muniellos.

#### Clima

Nuestra disposición orográfica nos define con un clima húmedo templado propio del área atlántica. Sin embargo los grandes desniveles altitudinales, desde los 200 mts. en Ibias hasta los 2000 mts. del Cuetu d'Arbas o Pico Miravalles, condiciona una fuerte gradación climática. Un microclima único, al resguardo de los vientos húmedos del oeste, que explica que llueva mucho menos que en otras partes de Asturias y el sol nos visite con más frecuencia, especialmente en verano.

#### Geología

Una comarca entre montañas con una gran homogeneidad litológica, pues dominan absolutamente los sustratos silíceos de origen paleozoico. La influencia de las glaciaciones cuaternarias se manifiestan a través de pequeñas morrenas glaciares, circos, lagunas y depósitos fluviales y de laderas, ampliamente distribuidos por la zona (Cuetu d'Arbas, Muniellos y especialmente en el Valle de Degaña).

#### Vegetación

Como si de un catálogo de vegetación se tratase, Fuentes del Narcea cuenta con una gran variedad biogeográfica y un óptimo estado de conservación. Bosques maduros caracterizados por su elevado grado de naturalidad, con especies autóctonas del bosque húmedo atlántico (robles, hayas y abedules), y superficie de matorral, cultivos y praderas, ejemplifican la cubierta vegetal.

**La vegetación de alta montaña** está representada por los matorrales de enebro, brezo, escobas,

piornos y arándanos, propia de suelos silíceos.

Aparece por encima de los 1800 mts. y alcanza su máximo exponente en el Cuetu d'Arbas.

#### Bosques de media montaña.

A mayor altura se encuentran los robles, cuya máxima representación se encuentra en Muniellos, considerado el mayor robledal de Europa. Tiene como especie dominante el roble albar en las laderas solanas y los hayedos en las zonas de umbría. Por su extensión y estado de conservación el hayedo más importante es el del Valle D'Ermu, que

ocupa toda la ladera umbría a lo largo de más de 10 km., o en la cabecera del río Ibias. Los abedulares aparecen muy bien representados con importantes extensiones en Degaña, cuenca alta del río Naviego o en la subida al Puerto del Coniu.

El sotobosque en estas zonas es variado, desde la práctica ausencia de vegetación subarbórea en los hayedos, hasta la variedad del robledal, con matorral de brezo, tojo (toxo), escoba (xiniesta), arándanos y pequeños árboles como el acebo (xardón) y serbal de los cazadores (capudre).



## Sabías que...



Dentro de la rica flora de la comarca aparecen especies únicas como el ranúnculo de Muniel.los. Especie endémica del bosque de Muniel.los que nace en los "l.leirones" pedregales de origen glaciar que se encuentran en las laderas más pendientes.

**En alturas inferiores**

convive el bosque fresco, de arces (pláganos), avellanos (ablano), fresnos y álamos negros, con las espesas masas de castaño y amplias zonas de matorral con predominio de brezales, escobas y helechos.

La proliferación de ríos desarrolla un potente bosque

de ribera, con álamos, alisos y sauces (salgueiros), que sirven de separación de las zonas de cultivo. Y además las óptimas condiciones climatológicas, con una caracterización de aridez estival, han permitido el desarrollo de especies de clima mediterráneo como el alcornoque (sufreira) y el cultivo de la vid.



# Fuentes del Narcea

## Un paisaje heredado

Acercarse a Fuentes del Narcea es recuperar la memoria de un pasado que dejó su huella en el paisaje. Recorrer esta tierra invita a retroceder siglos para explorar su excelso patrimonio arquitectónico y cultural que ejemplifican la sociedad y modos de vida de otras épocas.

## Orígenes —Territorio habitado

### Neolítico

La presencia humana más antigua se puede evidenciar por pequeños túmulos que a modo de monumentos funerarios se localizan en las sierras; hoy día puedes viajar en el tiempo visitando los dólmenes de Pradias y Seroiro en Ibias.

### Cultura castreña y romanización

De los péscicos se dice que fueron los antiguos pobladores que ocupaban desde el centro de Asturias hasta el río Navia. Testimonio material de esta población prerromana son los innumerables castros dispersos en la comarca, que a modo de poblados fortificados revelan un permanente estado de inseguridad. Ejemplos de antiguos poblamientos castreños se pueden ver en L.Iarón, Tremáu de Carbachu y Valcabu en Cangas del Narcea, Villarmeirín, Cecos, Sena y Lagúa en Ibias. El recinto fortificado por

fosos concéntricos en Los Castros (Degaña) también es ejemplo de este tipo de poblamiento.

De época romana quedan restos de los yacimientos de oro en la zona de Las Montañas en Cangas del Narcea. En los alrededores de San Fliz aún puedes observar la galería que los romanos excavaron como prospección, antes de hacer las cortas en la montaña. Otro lugar perfecto para conocer los inmensos desmontes es El Corralín en Degaña. En Ibias, un paseo por la Senda del Oro y su Centro Expositivo en Cecos te permitirá saber más sobre estos antiguos métodos de explotación.

### Sabías que...

Para explotar los yacimientos de roca los romanos preparaban grandes canales para transportar el agua que anteriormente había sido embalsada en una altitud superior para dejarla correr y que la fuerza acumulada de su caída sobre la roca, que previamente había sido calentada, produjese el resquebrajamiento de la misma.



### Edad Media - Moderna

Es el momento en que comienzan a definirse los rasgos de este territorio, que muestra como pocas la esencia de la Asturias rural. A partir del s. X comienzan a ser frecuentes las fundaciones monásticas. Se trata de pequeños monasterios "familiares", que con la fundación del Monasterio de Courias (1043) pasarán a formar parte de su señorío, el más importante del occidente asturiano y artífice de la expansión de la viticultura.

Esta es tierra de mayorazgos, de grandes linajes y señoríos. El poder se perpetuando generación tras generación ese dominio.

De esas grandes familias nos quedan las construcciones civiles más importantes. Ejemplos de ello son los palacios rurales de Xarceléi, L.Iamas del Mouru o Carbachu (Cangas del Narcea) y los de Tormaleo y Lagüeiro (Ibias).

Cangas del Narcea conserva en su casco histórico más ejemplos de esta época. El antiguo barrio de Ambasaguas, palacios, iglesias y casonas que se desarrollaron a raíz de la concesión de la "carta puebla" por Alfonso X el



Sabio en 1255 y que fueron el inicio del centro urbano que es hoy en día. San Antolín de Ibias y Degaña parecen no acusar el paso del tiempo, manteniendo su sencilla estructura urbana. Interesantes ejemplos de arquitectura popular son sus barrios más antiguos, como es el caso de La Veiga, Entrerriós, y El Corral en Degaña.

De sus creencias nos hablan las numerosas iglesias y ermitas repartidas por todo el paisaje. Llegaron hasta nosotros magníficas muestras como la iglesia de San Antolín de Ibias, Santa María en Zarréu, San Juan Bautista en el Monasterio de Courias o la Basílica de Santa M<sup>a</sup> Magdalena en

Cangas del Narcea. No hay rincón sin su Santo. Toda una extensa red de ermitas y capillas que ocupan los lugares más privilegiados de los pueblos. El ejemplo más emblemático es el Santuario de L' Acebu.

### Edad Contemporánea

A lo largo del siglo XX, el inicio de la explotación de las minas de carbón transforma la comarca, tanto económica como urbanísticamente, produciéndose un vertiginoso crecimiento de población y convirtiéndose en el motor económico de la zona. A pesar de estos cambios, las formas de vida tradicionales convivieron con los nuevos usos que venían de la mano de la industrialización.

## Pueblos con encanto

Si algo ha perdurado en la Comarca como seña de identidad de esta tierra es su riqueza etnográfica.

Todo un elenco de ingenios y peculiares construcciones

nes que son el fiel reflejo de la vida cotidiana de sus gentes y sus ciclos de trabajo: pallozas, cortinos, corripas, lavaderos, mazos, molinos, brañas o calechos.

El transcurrir de la vida en los pueblos configuró espacios de vivienda y convivencia que en muchos casos se han conservado y hoy día es

más que recomendable conocerlos.

Pueblos como Bisuyu, Xinestosu, Trescastru o Xedré en Cangas del Narcea; Uría, Seroiro, Alguerdo o Riodeporcos en Ibias; y El Rebol.lal y Trabáu en Degaña nos dan una lección sobre el aprovechamiento del medio rural y los modelos arquitectónicos tradicionales.

Sabías que...



Las pallozas son el modelo de vivienda más arcaico en la comarca.

Originariamente no estaban divididas pero con el tiempo derivó en dos estancias "el cuarto" para los humanos y "la corte" para los animales. Su principal característica era el sistema de cubrición, "el teitado" con paja, que se renovaba periódicamente.



## Tradición y Saber Popular

Este paisaje estaría incompleto sin conocer sus costumbres y tradiciones, que ponen en contacto al viajero con la peculiar idiosincrasia de nuestros pueblos.

Desde la más pura artesanía local de ebanistas y cunqueirus, la singular cerámica negra o el buen hacer de madreñeiros y cesteiros, nos señalan sabias manos que perpetúan tradicionales técnicas.

→ Colección Museográfica del Tixileiro. Sisterna. Ibias  
← Centro de Interpretación de la Palloza de San Antolín. Ibias



**Cerámica Negra de Llamas del Mouro**  
Llamas del Mouro – Cangas del Narcea  
T: 985 92 12 35 - 659 91 00 91  
[www.ceramicanegraasturias.com](http://www.ceramicanegraasturias.com)



**La guarida del cunqueiru**  
Trabáu – Degaña  
T: 689 755 836  
[laguaridadelcunqueiru.com](http://laguaridadelcunqueiru.com)



**Fábrica de Madreñas Virgen de los Remedios**  
Pambléi – Cangas del Narcea  
T: 985 81 50 66 - 659 68 84 17



## Fuentes del Narcea Territorio Natural

El Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias con sus más de 567 km<sup>2</sup>, es el espacio protegido más grande de Asturias. En él la convivencia entre agroganadería y conservación de la naturaleza permite que quien nos visita pueda disfrutar de rincones que guardan la esencia de la vida rural asturiana.

## Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias

En el extremo más occidental de la Cordillera Cantábrica, arropado por los montes y ríos de Cangas del Narcea, Degaña e Ibias se localiza este Parque Natural, rodeado de algunos de los bosques más bellos de Asturias. El Parque alberga íntegramente a las Reservas Naturales de Muniel.los y Cuetu d'Arbas. Desde las cabeceras de los ríos Ibias y Narcea hasta las altas sierras que vertebran la comarca hacen que su apariencia mute con cada estación.

Su escaso poblamiento y su abrupto relieve han propiciado la conservación de grandes bosques como el Monte d'Ermu, los robledales en Muniel.los o las sierras de Degaña, que destacan tanto por su extensión como por su excelente estado de conservación. Naturaleza en estado puro.



El agua tiene un especial protagonismo en el Parque Natural. A su extensa red hidrográfica se unen lagunas y turberas como las de Arbas, Chauchina, Fuentes del Narcea, Reconco, Chagüños o Fasgueo, que acogen una rica vida animal y vegetal que, por su escaso tamaño, muchas veces pasa desapercibida.

Los amantes de la observación de fauna están en el destino perfecto. El ámbito del Parque constituye uno de los lugares de mayor riqueza faunística de toda la Cordillera Cantábrica. La presencia del oso pardo en cotas altas es el reflejo de su buen estado y su éxito reproductor.

Destacan también otros mamíferos como el lobo, el jabalí, el corzo o el rebeco. De menor tamaño, pero muy presentes en esta zona, son el zorro, la marta, la gineta o la rata de agua. Entre las aves destacan, por su nivel de supervivencia, el urogallo cantábrico y, más escaso, el pico mediano que se encuentra al borde de la extinción.

← Cascada en Pousada de Rengos. Cangas del Narcea  
→ Ruta de senderismo Reserva Natural Integral de Muniel.los.

## Reserva Natural Integral de Muniel.los

**¿Te imaginas un bosque donde solo pueden entrar 20 personas al día?**

Esta Reserva Natural es el mayor robledal de España y uno de los mejor conservados de Europa. Para poder recorrer este bosque es necesario gestionar el per-

miso de entrada a través de la web [www.asturias.es](http://www.asturias.es) o por teléfono: 985 27 91 00 Desde Asturias: 012 gratuito

La visita permite acceder a su principal valle glaciar, donde se encuentran las 4 lagunas. Su riqueza paisajística solo es comparable a la riqueza vegetal, destacando los característicos líquenes que cuelgan de los árboles, las "barbas de capuchino", que, junto con la presencia del ranúnculo de Muniel.los, especie endémica de la reserva, son reflejo del alto grado de conservación y naturalidad de este espacio.





← Brañas d'Arriba y Cuetu d'Arbas. Reserva Natural Parcial del Cuetu d'Arbas.  
 ↓ Valle de Degaña. Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias.

## Reserva Natural Parcial del Cuetu d'Arbas

Ubicada en la cabecera del río Naviego, este espacio natural debe su nombre al Cuetu d'Arbas (2002 m.), punto más alto de la comarca.

La reserva incluye, además de este pico, el imponente valle glaciar donde se encuentra la Laguna d'Arbas, la más grande de la comarca.

Con una configuración abrupta, donde el arándano se abre paso entre la roca, el oso campa a sus anchas comunicando las poblaciones de Cangas del Narcea y Degaña con Somiedo.

En cotas más bajas, son los hayedos y abedulares los que refugian a multitud de especies animales.

## Territorio Protegido

Uno de los valores fundamentales de la Comarca es su riqueza ambiental y paisajística, que ha sido reconocida por figuras de protección, su integración en la Red Natura 2000 y su declaración por la UNESCO como Reserva de la Biosfera.

Exuberante, mágica y de singular belleza, nuestra naturaleza es lo mejor que podemos ofrecer. Un espectáculo abierto todo el año, donde cada estación es distinta y se transforma, descubriendo diferentes paraísos.

### Espacios Naturales Protegidos:

- Parque Natural de Las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias
- Reserva Natural Integral de Muniellos
- Reserva Natural Parcial del Cuetu d'Arbas

### Z.E.P.A.s Zonas de Especial Protección de Aves

**Bosque de Muniellos:** Urogallo común, Perdiz pardilla y Pito negro.

**Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias:** Aguilucho pálido, Urogallo común, Perdiz pardilla, Pito negro y Pico mediano.

### L.I.C.s Lugares de Interés Comunitario

- Fuentes del Narcea y del Ibias Muniellos
- Río Narcea
- Cuetu d'Arbas



## Equipamientos Asociados



### Centro de Interpretación de Muniellos

Ubicación: Crta. AS-348 La Venta - Puerto de El Coniu - Oubachu (Cangas del Narcea)  
T: 610 58 17 20

Apertura consultar días y horarios.



### Centro de Recepción de visitantes de Muniellos

Ubicación: Las Tablizas (C. del Narcea)  
T: 691 88 59 89. Apertura: todos los días del año de 09:30h. a 17:00h.

### ← L'Altu'í Capillu.

Vistas al valle de Degaña  
Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias.



### Casa del Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias

Ubicación: Courias (Cangas del Narcea)  
T:985 81 39 81

Apertura: consultar días y horarios



### Aula de la Naturaleza del Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias

Ubicación: San Antolín (Ibias)  
T: 615 16 43 29

Apertura: Temporada Alta.



### Centro de Interpretación del P.N. Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias 'Casa Florencio'

Ubicación: Zarréu (Degaña)  
T:617 987 097

Apertura: Temporada Alta



# Fuentes del Narcea

## Para no estarse quieto, senderismo, deporte, ecoturismo...

En un marco de naturaleza incomparable, podrás disfrutar activamente de tu viaje.

## Recorrer montañas y valles

El montañismo y el senderismo son quizás las actividades más populares. La comarca cuenta con una red de senderos de Pequeño Recorrido y Gran Recorrido, con más de 300 kms.

Rutas accesibles, tanto para los que se inician como para grandes aficionados a la montaña. En una comarca tan extensa, la variedad de paisajes, fauna y etnografía está asegurada.

### Red de Senderos Pequeño Recorrido

#### Cangas del Narcea

El Cabril. Xinestosu  
Cuetu d'Arbas. El Puertu  
Leitariegos – La Chabola.  
El Puertu  
Valle de Cibeá. La Chabola  
Pousada de Rengos.  
Pousada de Rengos  
Bosque de Mual. Mual  
Pomar de las Montañas.  
Bisuyu  
Oubachu. Oubachu

#### Degaña

Llagunas de Llagüeiros.  
La Pruída  
Llaguna de Llangreiru.  
Zarréu  
Llagunas de Fasguéu.  
Degaña  
Senda Moura. El Rebo!!al  
Llagunas de Trabáu.  
Trabáu.  
Laguna Brañolina  
Fonduveigas.

#### Ibias

Desfiladero de Bustelín.  
Riodeporcos  
Senda del Oro. San Antolín  
Da Hucha. Pradias  
Llagunas de Sisterna. Sisterna  
Dos Ancares. Folgueiras de Boiro.  
Dolmen de Seroiro. Folgueiras d'Aviouga.  
Das Brañas. Seroiro.  
Pico Miravalles. Villares de Arriba.

← Ruta Llagunas de Fasguéu. Degaña

→ GR. Por donde camina el oso. Etapa: L'Acebu - Xinestous.



## Recorrer montañas y valles

Caminos y senderos apenas alterados rodean y atraviesan valles y montañas donde descubrir las raíces y el carácter de esta comarca. Un privilegiado territorio para disfrutar tanto del encanto de sus pueblos como de su exuberante naturaleza.

### Trazado circular que recorre gran parte de la comarca en 11 Etapas:

Courias – Las Defradas – Monesteriu – Seroiro – San Antolín – Alguerdo – Sisterna – Zarréu – El Puertu – Xinestosu – L'Acebu – Courias.

### Más 5 alternativas radiales a este trazado circular.

Abanceña – Auguera  
Auguera – Mual  
Mual – L.larón  
Xedré – Tresmonte  
Tresmonte – Cangas del Narcea.



### Sabías que...



Los osos pardos que viven en libertad son muy difíciles de ver. Lo más habitual para conocer su existencia es encontrar huellas y marcas que van dejando. Si tienes suerte y paciencia, puede que al amanecer o al ocaso de los días de primavera y verano tengas el privilegio de verlos.

## Paseos Cortos

Todo el mundo sabe lo bueno que es caminar y, si es por senderos donde la naturaleza te asombra y sorprende, mejor.

En Fuentes del Narcea, te proponemos paseos para todas las edades, que no te llevarán mucho tiempo, en los que desconectar un momento.

### Cangas del Narcea

Paseo del Vino  
Mual – Las Tablizas  
Vil.laxur – Naviegu  
Courias - El Puelu  
Cangas - Santulaya

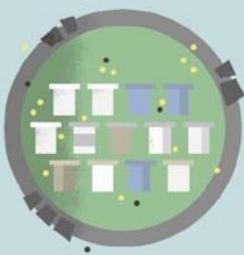
### Ibias

Senda Sonora  
Sisterna – El Bao  
San Antolín - Cecos

### Degaña

EL Rebol.lal - Degaña  
El Bosque Mágico

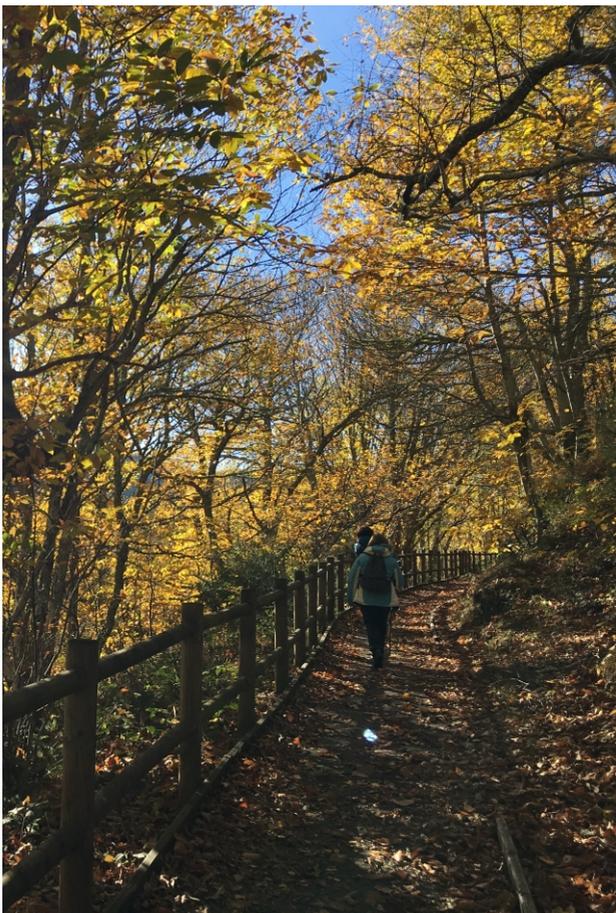
### Sabías que...



Entre Mual y Las Tablizas hay varios "cortinos".

Estas construcciones de planta circular, con muros de piedra de 2 m. y sin cubierta, albergan en su interior las colmenas de miel (troncos de castaño vacíos, o cortezas de alcornoque, tapados con losas de piedra).

Sus altos muros protegían las colmenas tanto del fuego como del goloso ataque de los osos.



## Itinerarios en vehículo

Te proponemos cambiar las botas por el vehículo. Recorridos por carreteras locales donde, en un solo día, te puedes sorprender con nuevos rincones y paisajes.

### Ruta de los Puertos.

89,5 km ida y vuelta, de puerto en puerto descubriendo cómo eran las comunicaciones de antaño. Atraviesa el bosque de Muniel.los y El Pozo de las Mul.leres Muertas. Para los aficionados al cicloturismo, una ruta de dureza y belleza.

### Bisuyu.

Profundiza en la tierra del dramaturgo Alejandro Casona, su obra y el peculiar pueblo que lo vio nacer. En su Centro de Recepción de Visitantes podrás conocer mejor a esta emblemática figura y sorprenderte con el interesante pasado de este recóndito pueblo ferreiro.

### CRV Alejandro Casona

Ubicación: Bisuyu.  
Cangas del Narcea.  
T.:722 62 17 08  
[www.visitabesullo.com](http://www.visitabesullo.com)  
Apertura: consultar días y horarios.

### Ruta de Sierra.

Muchos son los palacios y casonas que atesora la comarca. Siguiendo las sinuosas carreteras de Sierra, visita algunos de ellos y rememora su antiguo poder feudal. Complementa el viaje visitando el taller de Cerámica Negra de Llamas del Mouro y la Fábrica de Madreñas de Pambléi.

### Ruta de L´Acebu.

Alcanzar el Santuario de L´Acebu, de gran devoción y arraigo en la zona, es una de las actividades que no te debes perder. Un lugar cargado de historia y tradición donde además podrás disfrutar de unas de las mejores panorámicas de la comarca.

### Valle de Degaña.

El valle más alto de Asturias, con 720 m de cota mínima. Un recorrido de 32 Km por este hermoso valle glaciar, en pleno corazón del Parque Natural, donde descubrir la huella minera y la artesanía cunqueira.

### Ibias y sus pueblos.

Si te apasiona la arquitectura rural y la etnografía, serpentea por las carreteras de montaña de Ibias y termina en pueblos donde experimentar una inmersión en la auténtica vida rural asturiana.

Alguerdo, Pradias, Riodeporcos, Seroiro, Uría, Villardeciendas o Villaoril son algunos buenos ejemplos.

← Paseo Sisterna - El Bao. Ibias  
→ Bisuyu. Cangas del Narcea



## Disfrutar de sus ríos

La extensa red fluvial que articula nuestro territorio es la protagonista de actividades como la pesca, zonas de baño o las rutas interpretativas de los cauces fluviales.

## No parar sobre ruedas

Disfrutar de la naturaleza sobre ruedas siendo respetuoso con el medio que nos rodea es posible.



Con la bicicleta de montaña podrás adentrarte en el corazón de las montañas a través de la red de senderos aptos para moverte a toda velocidad.

Unas vacaciones a un ritmo diferente. Viajar en bicicleta por las carreteras de Fuentes del Narcea es un placer para los sentidos.

### Rutas aptas para MTB

Los Cadavales  
Las Ermitas  
La Artosa  
Chao D'Arqueira  
El Coutu  
Corias - El Acebo

### Paseos aptos.

Courias - El Puelu  
Mual - Las Tablizas  
Vil.laxur - Naviegu  
Senda Sonora  
El Rebol.lal - Degaña

### Pequeños Recorridos aptos.

Pomar de las Montañas  
Pousada de Rengos  
Oubachu  
Da Hucha  
Los Cadavales

### Gran Recorrido. Etapas aptas.

Courias - Las Defradas  
Las Defradas - Monesteriu  
Seroiro - San Antolín  
San Antolín - Alguerdo  
Alguerdo - Sistema  
Sistema - Zarréu  
L'Acebu - Courias

### Cicloturismo

Los Puertos  
Altu L'Acebu  
La Asturleonese  
Valle de Cibeá  
Travesía entre valles  
El Acebo en bici



## Deportes Tradicionales

Los deportes tradicionales tienen su parcela en la comarca. En muchos de nuestros pueblos se practica el Bolo Vaqueiro o Celta. Las boleras de Bimeda, Cangas del Narcea, Degaña o San Antolín son perfectas para iniciarse en este deporte.

## Caza y pesca

Todo buen cazador sabe que las aventuras más memorables tienen tanto que ver con el hábitat como con la presa. Fuentes del Narcea te da la oportunidad de vivir la caza como una experiencia en un lugar inolvidable.

EN LA PÁGINA ANTERIOR  
← Zonas fluviales de baño  
Río Narcea en Llano

↓ GR.203. por donde camina el oso  
Etapas aptas para bicicleta de montaña

Una tierra que ha sabido preservar la naturaleza de generación en generación, para poder disfrutar de la pesca en ríos que desbordan fuerza y pureza.



## En la nieve Estación de esquí de Leitariegos

Los amantes del esquí pueden aprovechar su estancia en Fuentes del Narcea para acercarse a la Estación de esquí de Leitariegos, a tan sólo 34kms.

de la villa de Cangas del Narcea y 32 kms de Degaña. En ella se puede practicar esquí alpino, snowboard y recorridos guiados con raquetas de nieve.



### Otros Deportes Equipamientos

#### Piscinas

##### Cangas del Narcea

Info: Climatizada  
Abierta todo el año  
Contacto: 985 81 27 65  
[piscina@ayto-cnarcea.es](mailto:piscina@ayto-cnarcea.es)

##### Zarréu (Degaña)

Info: Piscina exterior.  
Abierta en verano  
Contacto: 985 81 87 34  
[aytodegania@telefonica.net](mailto:aytodegania@telefonica.net)

##### San Antolín (Ibias)

Info: Piscina exterior.  
Abierta en verano.  
Contacto: 985 81 61 01  
[info@ibias.es](mailto:info@ibias.es)

#### Polideportivos

##### Cangas del Narcea

Info: Abierto todo el año  
Contacto: 985 81 21 19  
[polideportivo@aytocnarcea.es](mailto:polideportivo@aytocnarcea.es)

##### Zarréu (Degaña)

Info: Abierto todo el año  
Contacto: 985 81 87 34  
[aytodegania@telefonica.net](mailto:aytodegania@telefonica.net)

##### San Antolín (Ibias)

Info: Abierto todo el año  
Contacto: 985 81 61 01  
[info@ibias.es](mailto:info@ibias.es)

← Estación de esquí de Leitariegos Puerto Leitariegos. León  
→ Dolmen neolítico  
Ruta da Hucha. Pradias. Ibias

## Rutas interpretativas Naturaleza Fauna

En cada estación del año existen rutas guiadas en las que conocer los diferentes paisajes de la comarca.

Senderismo por bosques desnudos y montañas vestidas de blanco en invierno, una actividad que puedes combinar con ascensos en raquetas de nieve o esquí de travesía.

Rutas nocturnas y diurnas, a través de temas tan llamativos como el rastro de los osos y los lobos, de primavera a otoño. Mejóralo con experiencias que te acercan al territorio para descubrir la arraigada tradición vitivinícola y apícola de la comarca. Aquí el vino y la miel son mucho más que un exquisito producto

gastronómico: son un modo de vida.

En otoño, fotografía, ascensos de montaña, rutas etnográficas y artesanas, paseos culturales o experiencias más personalizadas.

Las empresas de turismo activo y cultural te guían en las cuatro estaciones.





# Fuentes del Narcea

## El sabor artesanal

### Gastronomía

Muchas son las formas de vivir y disfrutar, pero es en la gastronomía donde confluyen todos los sentidos. Saborear exquisitos embutidos, palpar la esponjosidad de un pan tierno, paladear la miel, oler un intenso licor, oír cómo años de trabajo y cepas centenarias se descubren ante el descorche de una botella. O ver cómo todo ello se concentra en una exquisita comida preparada por manos expertas.

## Enoturismo. Denominación de Origen Protegida Vino de Cangas



Suele ser un hecho desconocido que la vid se cultivaba en Asturias desde tiempos remotos; el vino ha sido y es seña de identidad de la comarca.

Fueron los monjes benedictinos quienes desde el Monasterio de Courias impulsaron su producción (s.XI). Desde hace siglos este producto forma parte de nuestro acervo cultural y hoy día se puede disfrutar y saborear el reconocido y calificado **Vino Denominación de Origen Protegida Cangas**.

Vive una experiencia enoturística y acompaña la degustación con la visita al Museo del Vino de Cangas,

pasea entre viñedos, conoce las bodegas, vete de chateo por bares y chigres y degústalos maridados con las especialidades gastronómicas de la comarca.

Nuestros viñedos conviven con un paisaje abrupto, de empinadas laderas y cepas centenarias que dibujan las arrugas del terreno. Un vino peculiar y único, elaborado de manera tradicional incorporando procesos innovadores que aseguran un producto de calidad.

El Vino Denominación de Origen Protegida Cangas atesora los colores, aromas y sabores de la tierra que lo ve nacer año tras año.



### Sabías que...

Las uvas más características, adaptadas durante decenios a nuestro clima y suelo son: Carrasquín, Verdejo negro, Mencía y Albarín negro en las variedades tintas y el Albarín blanco, Albillo y Moscatel de grano pequeño, en las variedades blancas.

### Museo del Vino de Cangas

San Tisu - Cangas del Narcea  
Contacto: 984 49 70 09  
museovinocangas.com

### BODEGAS D.O.P. CANGAS

**Bodega Antón Chicote.**  
La Galiana, L.lumés - Cangas del Narcea. T.: 637 86 75 69  
antonchicote.com

**Bodega Las Danzas.**  
Las Mestas - Cangas del Narcea  
T.: 663 08 35 48  
bodegalasdanzas.es

**Bodega La Verdea.**  
Ponticel.la - Cangas del Narcea  
T.: 678 06 78 57  
bodegalaverdea.com

**Bodega Monasterio de Corias.**  
Courias - Cangas del Narcea. T.: 646 01 50 62  
monasteriodecorias.es

**Bodega Señorío de Ibias.**  
Cecos - Ibias. T.: 638 09 31 12

**Bodega Siluvio.**  
Cecos - Ibias. T.: 985 26 29 42  
siluvio.com

**Bodega VidAs.**  
Oubanca - Cangas del Narcea  
T.: 626 75 42 25  
bodegavidas.com

**Bodega Vitheras.**  
Carbachu - Cangas del Narcea  
T.: 676 92 19 48 / vitheras.es

### BODEGAS FUERA DE LA D.O.P. CANGAS

**Bodega Obanca.**  
Obanca. Cangas del Narcea.  
T.: 985 81 15 39  
obanca.com

**Bodega Viña Cuedo.**  
San Antolín. Ibias  
T.: 663 42 74 79  
bodegavc.es

**Bodega Dominio del Urogallo**  
Las Barzaniellas - C. del Narcea  
T.: 626 56 82 38

## El Sabor de Fuentes del Narcea

En Fuentes del Narcea se come de otra manera, recetas que seducen y cuya fuente de inspiración son costumbres culinarias ancestrales.

Aquí los protagonistas son nuestros exquisitos productos: La ternera "carne roxa", raza Asturiana de los Valles, los derivados del cerdo (andolla, chosco, el butiello o la cachola), la miel, o el pan elaborado

con recetas que pasan de generación en generación, amasado por manos artesanas y cocido en hornos de leña.

Tradición y buen hacer para conseguir productos de calidad que no te dejarán indiferente. Y si es temporada, la caza aporta variedad a la mesa con sabrosas recetas de jabalí, corzo o perdiz. Nada mejor para acompañar estos platos que los productos de nuestra huerta asturiana.

Del preciado entorno natural se obtiene uno de los más dulces tesoros, la miel de bosque, que sola o acompañando a postres, nos lleva a los sabores más naturales.



## Bares Vinotecas y Restaurantes

En la comarca son muchos los establecimientos repartidos por toda nuestra geografía, cada uno con identidad propia, pero todos ellos comparten una gastronomía propia de la tierra.

En la única zona productora de vino de Asturias no podía faltar una red de bares y chigres que además de ofrecer los vinos de todas las bodegas adheridas a la D.O.P Cangas, también cuentan con una extensa diversidad de vinos en un entorno agradable.

Los restaurantes ofrecen gran variedad de platos tradicionales elaborados principalmente con productos locales.

Déjate seducir por la combinación gastronómica basada en la cocina tradicional y adaptada a las nuevas tendencias.

## Comercio local

El comercio de proximidad en la comarca se vuelve una experiencia personalizada. Lugares en los que comprar productos de calidad, con gran especialización local.

Una gran variedad de productos nos identifican y nos dan personalidad. Llévate a casa un pedazo de nuestra esencia. Te damos algunas ideas: embutidos de la zona, pan de leña, Vino de Cangas, Miel, Cerámica Negra, Vajilla Cunqueira, Cestas, Madreñas ...

## Alojamientos con encanto

Amanece entre viñedos, disfruta de la desconexión en una casa rural de un pequeño pueblo, vive una tarde tranquila en un cálido apartamento con vistas al bosque o termina el día en un antiguo monasterio cargado de historias.

Todas estas posibilidades se incluyen en los alojamientos de la comarca cuya combinación entre arquitectura tradicional y sus cuidados interiores, dotados de todas las comodidades, son la escapada ideal para aquellos que busquen la tranquilidad, la sencillez y el encanto de un viaje a la vida rural.



# Fuentes del Narcea Calendario Vivo Todo lo que no te puedes perder

Durante todo el año encontrarás un montón de eventos gastronómicos y culturales, actividades lúdicas y deportivas, fiestas populares y romerías. Elige la fecha y decide qué quieres vivir en tu viaje.

## Enero

### 6. Os Reises.

Las chocas retumban con fuerza, acompasadas con las carreras de la gente que abre sus puertas para convidar la vuelta de estos Reises. Un cuento tradicional que cobra vida en algunos pueblos de Ibias (Tormaleo) *Ibias*.



### Último Domingo

#### Fiesta de Santisu.

Los vecinos de este popular barrio de bodegas festejan con la Cofradía del Vino de Cangas y todo aquel que disfruta de la cultura vitivinícola del vino de Cangas. *Cangas del Narcea*.

## Febrero

### Antroxu-Antroiru-Carnaval

Una fiesta llena de diversión que inunda de disfraces las calles y las plazas de nuestros pueblos y villas.

## Marzo

### 3ª Semana

#### Semana Cultural de Cangas del Narcea.

Exposiciones, teatro, conciertos, proyecciones y un

montón de actividades culturales para todas las edades se concentran en la Villa de Cangas del Narcea.

### Finales de mes

**Final Campeonato Nacional de Pote Asturiano.** Desde principios de Diciembre, restaurantes de toda España compiten por hacerse con el premio al mejor potaje de berzas del país. *Cangas del Narcea*.

### Último fin de semana

**Jornadas gastronómicas del Cerdo en Ibias.** Los restaurantes de Ibias proponen menús a base de los derivados del cerdo. *Ibias*.

## Abril

### Primer fin de semana

#### Fiesta del Vino y Muestra Equina en Ibias.

Se ponen a prueba los vinos elaborados en cada casa. Un evento para conocer vinos diferentes. La cita viene acompañada de una muestra ecuestre. *San Antolín - Ibias*.

### Tercer fin de semana

#### Certamen de Pintura La Colmena.

La Aso. Mujeres La Colmena convoca este referente en nuestro calendario cultural. En torno a él se celebran otras actividades, como una exhibición de pintura en directo. *Zarréu - Degaña*

### Última semana

#### Semana del Teatro de Cangas del Narcea.

Cinco días para disfrutar del teatro, con obras para todos los públicos. *Cangas del Narcea*

### Último fin de semana

#### Jornadas Gastronómicas de la Ternera Asturiana, Vino DOP Cangas y Pan de Cangas.

Como complemento del Concurso Subasta nacional de la Raza Asturiana de los Valles. Una cita ineludible para las personas interesadas por el campo y la ganadería y para disfrutar el exquisito maridaje de los mejores platos elaborados con carne de la IGP Ternera Asturiana. *Cangas del Narcea*.

## Mayo

### Primer fin de semana

#### La Francesada

Recreación histórica de la llegada de la Junta Superior de Asturias huyendo de los invasores franceses en mayo de 1810. *Zarréu - Degaña*

### Cangas Sin Gluten

Jornadas gastronómicas con talleres, conferencias, show-cooking y multitud de actividades en el primer destino turístico sin gluten de España, *Cangas del Narcea*.

### Primer fin de semana

#### Carrera por Montaña Puerta de Muniellos.

Prueba incluida en el calendario de pruebas deportivas de Asturias y que transcurre a las puertas de la Reserva Natural Integral de Muniel.los. *Mual - Cangas del Narcea*.



### Todos los fines de semana

#### Festival de Ecoturismo "En peligro de extinción".

Experiencias únicas en los mejores alojamientos rurales de la Comarca. *Cangas del Narcea - Degaña - Ibias*.



### Mediados de mes

#### Aventurerinos.

Encuentro para personas aficionadas a las motos y los viajes, con actividades y rutas por toda la Comarca. *Cangas del Narcea*.

### Decor-Arte.

Promoción comercial de los establecimientos de Cangas del Narcea.

### Último fin de semana

#### Entama la Nueite.

Una noche del folclore más tradicional, toda una auténtica "folixa" con mucha música y baile. *Cangas del Narcea*.

### Finales de mes

#### Valles del Narcea Bike Race.

Bicicleta de montaña en estado puro en dos desafíos, "Gran Bomba" y "Atómicos" que recorrerán bosques, sierras y viñedos. *Cangas del Narcea*.

## Junio

### Primer fin de semana

#### Narcenatur.

Feria vinculada con la naturaleza y el ecoturismo. *Cangas del Narcea*

### Ecunarcea.

Una feria equina que cada año crece más. Recinto Ferial La Imera. *Cangas del Narcea*

### Cangas de Pinchos.

Concurso gastronómico de una selección de pequeños platos. *Cangas del Narcea*

### 23.Noche de San Juan.

Las hogueras de San Juan están presentes en muchos rincones de la comarca. *Cangas del Narcea - Degaña - Ibias*.

### 28. El Arbolón.

Tradicional fiesta en la que los mozos roban un árbol, transportado a hombros y plantado frente a la Capilla del Carmen. *Cangas del Narcea*

### Finales de mes

#### Travesía Degaña-Ibias

Cita deportiva que recorre algunos de los lugares más recónditos y auténticos de la comarca. Imprescindible para los que disfrutan del mountain bike. *Zarréu (Degaña) - San Antolín (Ibias)*.



### Muestra de raza Asturiana de los Valles.

Tradicional Certamen ganadero. *Puerto de Zarréu (Degaña)*

### Finales de mes

#### Concurso-Exposición Nacional de Asturcones y Concurso Morfológico de Oveya Xalda.

Dos de las más apreciadas razas autóctonas asturianas tienen su punto de encuentro en un evento imprescindible. *Cangas del Narcea*.

### Torneos de Verano.

Entre junio y julio se desarrollan los encuentros deportivos de: Fútbol Sala Base, Baloncesto Base, Balonmano, Gimnasia Rítmica y Karate. *Cangas del Narcea*

## Julio

### Principios de mes

#### Romería del Prao del Molín.

La villa canguesa anticipa sus fiestas patronales con esta popular romería.

### Del 14 al 22

#### Fiestas de El Carmen y La Magdalena.

La pólvora es la máxima protagonista. Las peñas compiten todas las noches con sus fuegos artificiales y el día 16, la fiesta llega a su punto fuerte con La Descarga, en la que miles de voladores retumban en el cielo en un espectáculo pirotécnico único. Cangas del Narcea.



### 25. Fiesta de Santiago.

La capital degaonesa acoge distintas actividades que culminan con una noche llena de música. *Degaña*

### Finales de mes

#### Festival de la Hierba Seca.

Los vecinos se unen para mostrar los trabajos de la siega y recogida tradicional de la hierba y el pan. *Xedré*.

## Agosto

### Principios de mes

#### Prestoso Fest.

El primer festival de música independiente que se celebra en un Parque Natural. La música más exclusiva en el entorno más mágico. *Xedré - Cangas del Narcea*



### Segundo fin de semana

#### Fiesta La Mallega de Ibias.

Fiesta en la que se recupera la tradicional mallada del cereal en el concejo de Ibias. *San Antolín - Ibias*

### 19. Fiesta San Luis en Trabáu.

En este pequeño pueblo de Degaña conmemoran a su patrón con una de las tradiciones más arraigadas y bellas del occidente asturiano, la "Danza de los Palos". *Trabáu. Degaña*.



### Todo el mes

**Romerías.** Los Cadavales, San Luis del Monte o Santarbás son algunas de las citas canguesas.

**Fiestas.** Bisuyu, Carbachu, Cibuyu, Courias en Cangas del Narcea. Zarréu y Fonduveigas en Degaña. Buso y Sisterna en Ibias. Son algunas de las más representativas

### "Agosto bajo las estrellas".

Jueves: cine al aire libre  
Viernes: la música en directo toma las calles de la villa canguesa. *Cangas del Narcea*.

## Julio y Agosto

En julio y agosto se concentran la mayor parte de las fiestas patronales y romerías.

Un calendario muy activo para no parar ni un solo día. Manténte al día consultando nuestra agenda de verano.



## Septiembre

### Principios de mes

#### Festival del Tomate de la huerta del Narcea.

Concurso que premia los mejores tomates de nuestras huertas. *Cangas del Narcea*



### Primer fin de semana

#### Fiesta de San Antolín.

Cita festiva a la que acompaña un tradicional certamen ganadero. *San Antolín - Ibias*

### 8. Romería de L'Acebu.

En el Día de Asturias la tradición es peregrinar al Santuario L'Acebu y romería campestre. *Altu L'Acebu - Cangas del Narcea*

### Finales de mes

#### 100 Millas por donde camina el OSO.

Trail que recorre nuestros tres concejos a través del Gran Recorrido y donde podrás escoger entre 5 distancias. *Cangas del Narcea*.

## Octubre

### Primera semana

#### Muestra ganadera y Subasta local de la raza Asturiana de los Valles.

Un referente para las personas que se apasionan con la agro-ganadería. *Recinto Ferial de La Imera. Cangas del Narcea*



### Puente de octubre

#### Fiesta de la Vendimia.

Fiesta de Interés Turístico Regional. Un referente festivo y gastronómico en Asturias, con catas comentadas, visitas guiadas a bodegas y viñedos, demostración de la pisada tradicional y degustación de vinos. *Villa de Cangas del Narcea*.



### Trail Parroquia Rural de Cerredo.

Esta parroquia rural cree en la preservación de su naturaleza y patrimonio y para ello, aprovechando antiguos senderos ganaderos guían a los participantes a conocer y disfrutar del paisaje y la historia de Degaña. *Zarréu*.

## Noviembre

### Segundo fin de semana

#### Trail Tierras Pésicas.

Una oportunidad única para correr por montaña y viñedos. Complementando al Trail las modalidades de Arrastraculos Run Race, Peque-pésicas, relevos, speed trail, parejas y andarines están pensadas para que disfrute toda la familia y amigos el fin de semana. *Cangas del Narcea*.

## Diciembre

### Primer fin de semana

#### Jornadas Gastronómicas de la Cocina Tradicional Asturiana.

Los restaurantes de Zarréu presentan los principales platos de la gastronomía asturiana. *Zarréu - Degaña*.

### 4. Fiestas de Santa Barbara.

En honor de la patrona de los mineros. Procesión nocturna por las calles con la participación de mineros tras la cual la noche deja lugar a la música. *Villa de Cangas del Narcea y Zarréu*.

### Puente de diciembre

#### Jornadas Gastronómicas de Caza y Vino D.O.P. Cangas.

Una cita ineludible para los amantes de la buena mesa. Menús especiales acompañados de Vino D.O.P Cangas. Restaurantes del concejo de Cangas del Narcea



Si quieres estar al día consulta regularmente [www.fuentesdelnarcea.org](http://www.fuentesdelnarcea.org)



# Fuentes del Narcea

## Escapadas de ecoturismo

En Fuentes del Narcea  
sentimos una conexión muy especial  
con nuestra tierra y  
creemos que tú también la sentirás.  
Para ello te damos algunas ideas.

## Experiencias para todos los públicos



Saca tu vena creativa, artesanos por un día.

Vive de primera mano la Cultura Cunqueira trabajando en el antiguo torno de pedal con el que se elaboraba la vajilla cunqueira. Conoce este oficio ancestral ya casi extinguido que solamente perdura en el pueblo de Trabáu.

Y si lo tuyo es modelar pasa una tarde entre el barro del taller de Cerámica Negra de Llamas de Mouro y descubre el secreto de su peculiar color.

En Asturias la pieza artesana más popular y característica son las madreñas; en Pambléi la fábrica de madreñas Virgen de los Remedios te enseña como se trabaja el calzado de Asturias.

### La Guarida del Cunqueiru

Trabáu - Degaña  
T. 689 755 836  
[laguaridadelcunqueiru.com](http://laguaridadelcunqueiru.com)

### Cerámica Negra de Llamas del Mouro

L.lamas del Mouro - Cangas del Narcea  
T.: 985 92 12 35  
[www.ceramicanegraasturias.com](http://www.ceramicanegraasturias.com)

### Fabrica de madreñas Virgen de los Remedios

Pambléi - Cangas del Narcea  
T.: 985 81 50 66



Observación de fauna salvaje.

Fuentes del Narcea es el escenario perfecto para conocer la vida de grandes mamíferos como el oso y el lobo. Salidas a la naturaleza para conocer su biología, sus costumbres, rastros e intentar su avistamiento en la naturaleza.

### Natur. Naturaleza y turismo

T.: 609 54 77 88  
[naturalezayturismo.wordpress.com](http://naturalezayturismo.wordpress.com)

### Trabau Ecoturismo

T.: 659 55 50 77  
[trabauecoturismo.com](http://trabauecoturismo.com)

### Mirada Astur

T.: 628 45 81 38  
[www.miradaastur.es](http://www.miradaastur.es)

### Bosque Activo

T.: 648 62 16 17  
[www.bosqueactivonarcea.com](http://www.bosqueactivonarcea.com)



Experiencias gastronómicas.

El turismo gastronómico es una nueva opción de aventura, no solo dirigido a personas que gusten del arte del buen comer, sino también para gente dispuesta a experimentar nuevas aventuras culinarias.

Porque la gastronomía en Fuentes del Narcea es mucho más que la experiencia que vives en un restaurante.

Visita nuestros mercados y tiendas de venta de productos locales, conoce el trabajo de bodegueros, apicultores, ganaderos o agricultores, participa de las fiestas locales y sorpréndete con nuevos sabores.

Gastronomía y Cultura, todo en el mismo viaje.



Para todos los gustos.

Si te gustan la historia y la cultura...

**Green Door Asturias**  
T. 626 99 11 57-659 27 72 77  
[www.greendoorasturias.com](http://www.greendoorasturias.com)

Paseos interpretativos para toda la familia con...

**Fuentes Viator**  
T. 680 35 77 81  
[www.fuentesviator.com](http://www.fuentesviator.com)

En bici si prefieres conocernos sobre ruedas...

**Narcea Tours, Deporte y Aventura**  
T.:606 66 17 88  
[www.narceatours.es](http://www.narceatours.es)

Excursiones en buggies con

**Tour Narcea**  
T.: 634 58 77 43

El mundo del motor en...

**Karting Cibuyo**  
T.: 984 11 12 14  
[www.kartingcibuyo.es](http://www.kartingcibuyo.es)

## Cangas del Narcea

Accidentado y abrupto, el concejo lo vertebran los ríos y sus afluentes, que separan el territorio en extensos valles entre altas sierras y en cuyos pueblos la vida transcurre natural y serena.

### Valle del río Narcea.

De norte a sur, los paisajes mutan kilómetro a kilómetro: tierras de labranza, viñedo y bosque de ribera en torno a pueblos que atesoran la arquitectura rural asturiana; casas, hórreos, iglesias (Cibuyu, Veiga de Rengos, Xedré y Monasteriu d'Ernu) o molinos como en Veigaipope. Párate y explora. Un desvío en La Venta te lleva por la carretera del Puerto El Coniu a internarte en Muniel.los pasando antes por Mual "Pueblo ejemplar Princesa de Asturias 2018".

### Valle del río Naviego.

Desde la villa de Cangas hasta el techo de la comarca, el Cuetu d'Arbas, este valle se abre camino atravesando zonas de viñedos (San Tisu, Las Barzaniellas y L.lumés). Desde aquí la carretera se aleja del río, dejando cerca de él pueblos como

Vil.laxur (Centro de Alevinaje) y Naviegu, ejemplos de los recursos piscícolas del territorio. El valle se abre y con él se multiplican los pueblos y tierras de cultivo, que a mayor altura dejan paso a las brañas en los montes. Disfruta del paisaje en La Chabola, Brañas d'Arriba o El Puertu.

### Valle del río Cibeá.

Desde Las Mestas, un angosto valle al principio va ganando altura y amplitud y, en él, pueblos con mucha historia. Carbachu conserva su iglesia con retablos del taller del Monasterio de Courias y el Palacio de los Flórez Valdés. En Sorrodiles, Riegla de Cibeá, Sonande, Val.láo y L.lamera, más arquitectura civil y religiosa. La carretera termina en el luminoso valle de Xinestosu. Parada obligada para los que disfrutan del senderismo y la gastronomía asturiana.

### Valle del río del Coto.

Paralela al río, la carretera AS-29 recorre este intrincado valle, con una frondosa vegetación y vistas pintorescas, hasta el Puerto El Pozu de las Mul.leres Muertas. Río arriba, destacan pueblos como La Viña, Veigadhorru o Monesteriu.

### Partido de Sierra.

Serpenteantes curvas conectan los pueblos de la parte noroccidental de Cangas del Narcea. Entre altas sierras se encuentran lugares como Pamléi (fabrica de madreñas), Xarceléi (iglesia y palacio), L.lamas del Mouru (Cerámica Negra y palacio) y lugares de peregrinación como Santarbás, La Pilarina y el Altu l'Acebu.

### Las Montañas.

Conocida por ser una de las zonas de explotación aurífera romana (San Fliz), hoy aún puedes ver su galería de prospección y el inmenso carcavón que araña la montaña. Y además visitar Bisuyu con sus hórreos y paneras, capillas e iglesia, vestigios de su pasado ferreiro en "el mazu d'abaxu" y, cómo no, Alejandro Casona. Aquí nació y vivió sus primeros años el dramaturgo asturiano y, en torno a su figura, podemos encontrar la casa natal, los restos de "La Casona" y el Centro de Interpretación.



## Degaña

Recorriendo la parte alta del río Ibias, el concejo de Degaña discurre como un gigantesco valle glaciar flanqueado por la Sierra de Degaña y las altas cumbres de la Cordillera Cantábrica.

**Zarréu.** Su proximidad a las minas de carbón lo ha convertido en el núcleo más poblado del concejo, con una configuración más urbana. Las casas más recientes se alinean a lo largo de la carretera y la parte más antigua en torno a la iglesia de Santa María, del s. XVII, con la peculiaridad de tener una cubierta con artesonado de tradición mudéjar, de los pocos que se conservan en Asturias. La Casa Florencio, recientemente restaurada, es un buen ejemplo de arquitectura popular. Muy cerca, en **La Pruída**, se conserva un túmulo de época prehistórica.

**Degaña.** Comienza tu visita a orillas del río donde se conserva la Casa de Capellán, vivienda tradicional blasonada. Al otro lado de la carretera conviven nuevas edificaciones con vestigios del pasado como los restos

de La Torre, o la Casa de Sebastián. La iglesia de Santiago fue reconstruida a mediados de siglo pasado y de camino a Zarréu, en el margen izquierda de la carretera, se distingue los restos de un antiguo Castro.

Un paseo por **Fonduveigas** permite apreciar antiguas construcciones de piedra con la típica cubierta de pizarra o tsouza.

**El Rebol.lal** es conocido por la habilidad de sus vecinos en la fabricación artesana de cestos de costietsas o láminas de madera. En su plaza se encuentra una sencilla capilla y en un extremo el área recreativa de Los Molinos. Desde aquí nace un agradable paseo que lo conecta con Degaña pasando por la Fábrica de la luz a orillas del río Ibias.

De camino **Trabáu** disfruta de excelentes panorámicas del valle de Degaña desde



el Ato del Capillo. Una vez rebasado estás en Tierra Cunqueira. Antiguamente comprendía los pueblos de Trabáu y El Corralín en Degaña y Sistema y El Bao en Ibias. El valle y sus habitantes recibían este nombre por la actividad que hasta principios de s.XX era el principal sustento de su economía; llegado el otoño marchaban los hombres a recorrer el occidente español vendiendo los concos o artículos de madera. Pasea por Trabáu para ver su castaño centenario, la iglesia de San Luis y visita La Guarida del Cunqueiru, donde aún perdura éste oficio.

Para llegar a **El Corralín** tendrás que caminar desde El Bao dirección a su cementerio. Desde este punto se divisa este recóndito lugar entre las montañas. Y a su derecha los vestigios de la antigua explotación aurífera de época romana y los montes de La Viliella (dentro de la Reserva Natural Integral de Muniel.los).



## Ibias

Si hay una cosa que no te puedes perder en Ibias son sus pueblos. En una tierra dominada por grandes lomas “chaos” en las que se encajan el río Ibias y sus afluentes, sus pueblos se asientan dominando los valles. De norte a sur te damos algunas ideas.

**Seroiro y Uría.** Su peculiar mampostería de piedra rojiza en algunas de sus casas le confiere una original vista. Camina por sus calles cubiertas de pérgolas sobre las que se asientan las viñas, y descubre hórreos y paneras decorados, fuentes, o la iglesia de Seroiro con la rectoral adosada.

**Dou, Andeo y Pradias.** No habrá dos sin tres en éste recorrido pues en todos ellos disfrutarás de las vistas y conocerás más formas de cultivar la viña. Parrales de aldea, y de camino que aunque no es el utilizado para la elaboración del Vino DOP Cangas, si abastece a las pequeñas y numerosas vendimias que a nivel particular se realizan en muchos de los pueblos de la zona.

**Riodeporcos.** Aislado por carretera, para llegar a él tendrás que pasar un puente colgante sobre la cola del embalse del río Navia. Una vez allí, un entramado de pérgolas sostiene una red de parrales que cubren casi todo el pueblo. Y en la parte alta del pueblo aún se conserva una bodega y una peculiar vegetación, las “sufreiras” (alcornoques).

**San Antolín.** La capital del concejo conserva su iglesia del s.XIII, con modificaciones posteriores. Junto al área recreativa arrancan varias rutas, además de poder hacer una parada en el Aula de la Naturaleza y Centro de Interpretación de la Palloza de San Antolín, para conocer mejor todo lo que te puede enseñar esta tierra.

**Cecos y Lagüeiro.** Separados por el río Ibias y la carretera, estos dos núcleos se complementan para darte una completa vista de cómo la minería aurífera romana dejó huella en sus montes. No te vayas sin dar un agradable paseo por Cecos y subir a Lagüeiro, donde aún conservan dos hórreos con cubierta vegetal y el Palacio de Ron.

**Pueblos en las montañas.** Desde Cecos a Sistema existen dos itinerarios que recorren la parte sur de Ibias.



Si te sientes aventurero visita Alguerdo, Omente, Villarde-cendias y Villarmeirín. Pueblos apartados donde la vida parece haberse detenido y son un espejo de siglos atrás.

Si te gusta conducir no quites ojo de la carretera y no olvides visitar Boiro y San Clemente, parada en Tormaleo para ver su iglesia y palacio (s.XVI) y la mina a cielo abierto visible desde la campa del mismo nombre. Y si aún te quedan ganas de aventura una pequeña desviación te lleva a Villaoril y Taladrid.

**El Bao y Sistema.** Estas en tierra de cunqueiros o también llamados Tixileiros. Recorre sus calles transitadas antaño por estos artesanos de la madera. Si te pica la curiosidad por conocer más sobre ésta profesión siempre puedes visitar la Colección Museográfica del Tixilerio (Sistema).



## Paradas de viaje

**Aula de la Naturaleza del P.N. de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias y Centro de Interpretación de la Palloza**  
San Antolín - Ibias  
T.: 615 16 43 29

**Centro de Interpretación de Muniel.los**  
Crtra. AS-348 PK.5 - Cangas del Narcea  
T.: 610 58 17 20

**Centro de Recepción de visitantes de Muniel.los**  
Las Tablizas - Cangas del Narcea  
T.: 691 88 59 89

**Casa del Parque Natural de las Fuentes del Narcea Degaña e Ibias**  
Courias - Cangas del Narcea  
T.: 985 81 39 81

**Colección Museográfica del Tixileiro**  
Sisterna - Ibias  
T.: 985 81 87 07

**Museo del Vino de Cangas**  
San Tisu - Cangas del Narcea  
T.: 984 49 70 09

**Centro de Recepción de visitantes Alejandro Casona**  
Bisuyu - Cangas de Narcea  
T.: 722 62 17 08

## Contactos de Interés

**Emergencias 112**  
**Hospital Carmen y Severo Ochoa** 985 91 78 00  
**Centro Médico de Zarréu** 985 81 84 21  
**Centro Médico de Degaña** 985 81 88 02  
**Centro Médico de San Antolín** 985 81 61 79

**Bus Narcea** 985 81 39 39  
**TAXIS (parada Cangas del Narcea)** 985 81 07 60  
**Coop. Taxi Narcea** 985 81 33 33  
**Coop. Taxi Cangas** 985 81 70 70  
**Taxis (San Antolín)** 639 91 11 35

**Guardia Civil Cangas del Narcea** 985 81 01 19  
**Guardia Civil Degaña** 985 81 87 13  
**Guardia Civil Ibias** 985 81 61 03

**Asociación de Turismo Rural Fuentes del Narcea** 665 687 069  
[www.fuentesdelnarcea.com](http://www.fuentesdelnarcea.com)

## Oficinas de Información Turística

### CANGAS DEL NARCEA

**Palacio de Omaña**  
Plaza La Oliva  
Cangas del Narcea  
T.: 985 81 14 98  
[turismo@ayto-cnarcea.es](mailto:turismo@ayto-cnarcea.es)  
[www.ayto-cnarcea.es](http://www.ayto-cnarcea.es)

### DEGAÑA

**Centro de Interpretación del P.N. Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias “Casa Florencia”.**  
Zarréu - Degaña  
T. 617 987 097  
[www.degania.org](http://www.degania.org)

### IBIAS

**Aula de la Naturaleza y Centro de Interpretación de la Palloza**  
San Antolín  
T.: 615 16 43 29  
[turismo@ibias.es](mailto:turismo@ibias.es) / [info@ibias.es](mailto:info@ibias.es)  
[www.ibias.es](http://www.ibias.es)

## ¿Cómo llegar?

### POR CARRETERA

**Desde el Norte y Oviedo:**  
A-63 Hasta Cornellana donde parte AS-15 corredor del Narcea  
AS-210 desde la Provincia de Lugo

**Desde el Sur:**  
AS-213 a través del Puerto de Leitariegos.  
AS-15 a través del Puerto de Zarréu

**Cangas del Narcea — Ibias:**  
AS-15 hasta La Riela donde parte AS-29 por el Pozo de las Mul.leres Muertas.  
AS-15 hasta La Venta donde parte AS-348 a través del Puerto El Coniu.

**Ibias — Degaña:**  
AS-212 a través del Puerto de la Campa Tormaleo.

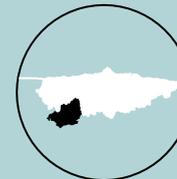
### POR AVIÓN

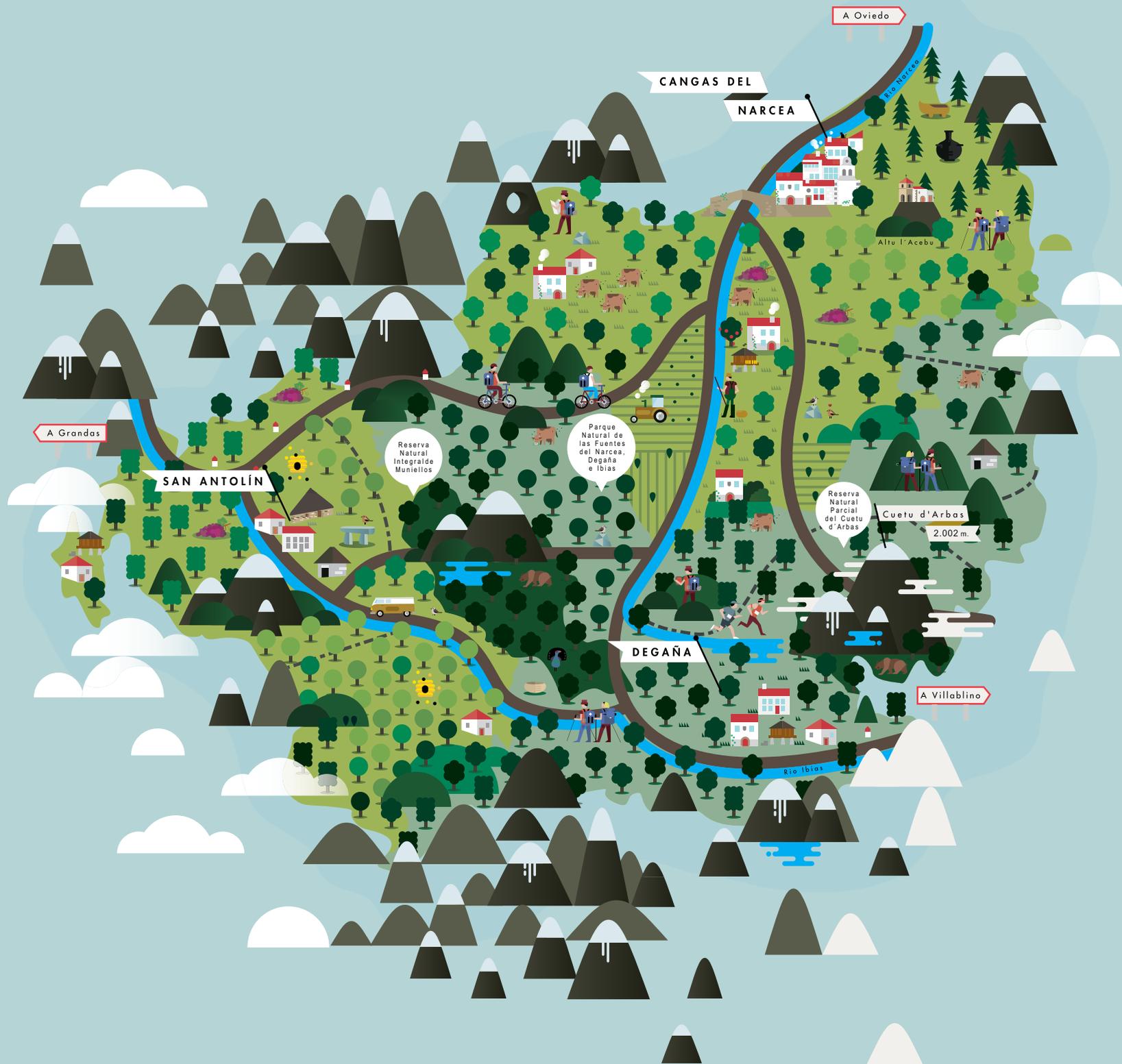
Aeropuerto de Asturias.  
Santiago del Monte (Castrillón)  
Información del aeropuerto: 985 12 75 00

### ESPAÑA



### ASTURIAS







**FUENTES**  
**DEL NARCEA**



**Asturias**  
**paraíso natural**