2021 – 08 - 27

7ª etapa Transcantábrica: Puerto de Tarna – Puente de Wamba

Remelende (1.888 m) – Mongayo (1.849 m) – Les Rapaines (2.022 m) – Peña del Viento (1.992 m)

Preparación Física				
Baja	Media	Alta	Muy alta	Para mí será
0-13	0-25	0-50	0-100	Muy Fácil
14-25	26-50	51-100	101-200	Fácil
26-38	51-75	101-150	201-300	Media
39-50	76-100	151-200	301-400	Dura
> 50	> 100	> 200	> 400	Muy dura

Distantzia/Distancia = **18,9 km**

Aurreikusitako denbora /Tiempo estimado = **7,5 ordu**

Garaiera positiboa /Desnivel positivo = **1.189 mts**

Zailtasunaren indizea/Indice de dificultad = **137** (**consultar tabla adjunta)**

Zailtasun teknikoa/Dificultad técnica = **Moderatua/Moderada**

La opción de bajada a Isoba es de 13 km y 759 metros de desnivel con un tiempo estimado de unas 5 horas

Itinerario: comenzaremos a caminar desde el **Puerto de Tarna**, subiendo por un camino ancho que deja a la izquierda la alambrada de espino que marca el límite provincial. Pronto lo abandonamos siguiendo una **senda** que sigue **paralela a la alambrada**. La pendiente aumentará y, más arriba cruzaremos la alambrada para superar un tramo corto muy empinado. En el último tramo la pendiente se suavizará y finalmente culminamos el **Pico Remelende (1888 m), atalaya sobre el Concejo de Caso.** Hasta que lleguemos a la zona de los **Abedulosos y del Pico Páramo**, la cordillera cantábrica presenta una planicie con alomadas y modestas montañas. Iremos pasando sin esfuerzo por **los picos Mongayo (1.849 m)** y **Moneo (1.825 m)** por el **collado de la Requexadina y por el Pico de la Bardera (1.872 m) de más entidad**.

La senda en suave descenso continúa hacia la **Collá Zampuerna**. Más adelante, tras una corta subida, la abandonaremos y subiremos, impedidos por los altos brezos hasta la cima del **Pico las Cuerdas (1.814 m)** apenas marcado por un **pequeño hito**. Frente a nosotros, al sur, **las impresionantes caídas del Pico San Justo y al suroeste la Sierra de Sentiles (Ausente y Requexines) y los montes cercanos a San Isidro (Toneo y Agujas).**

Bajaremos por la suave y corta ladera occidental cubierta de brezos que apenas nos estorbarán, hasta enlazar con la senda que nos llevará por la zona de **Las Lagunillas**; estas se ven unos metros por debajo en la ladera leonesa. A partir de aquí la senda discurre por una cumbrera más afilada que nos elevará a la cima de **Los Abedulosos (1.844 m)**. Desde aquí veremos cerca la afilada y larga arista del **Pico Páramo (1.901 m)** y, más allá **(oeste**), las caídas verticales hacia el este de los **Peñones del Violosu (Rapaona y Les Rapaínes).**

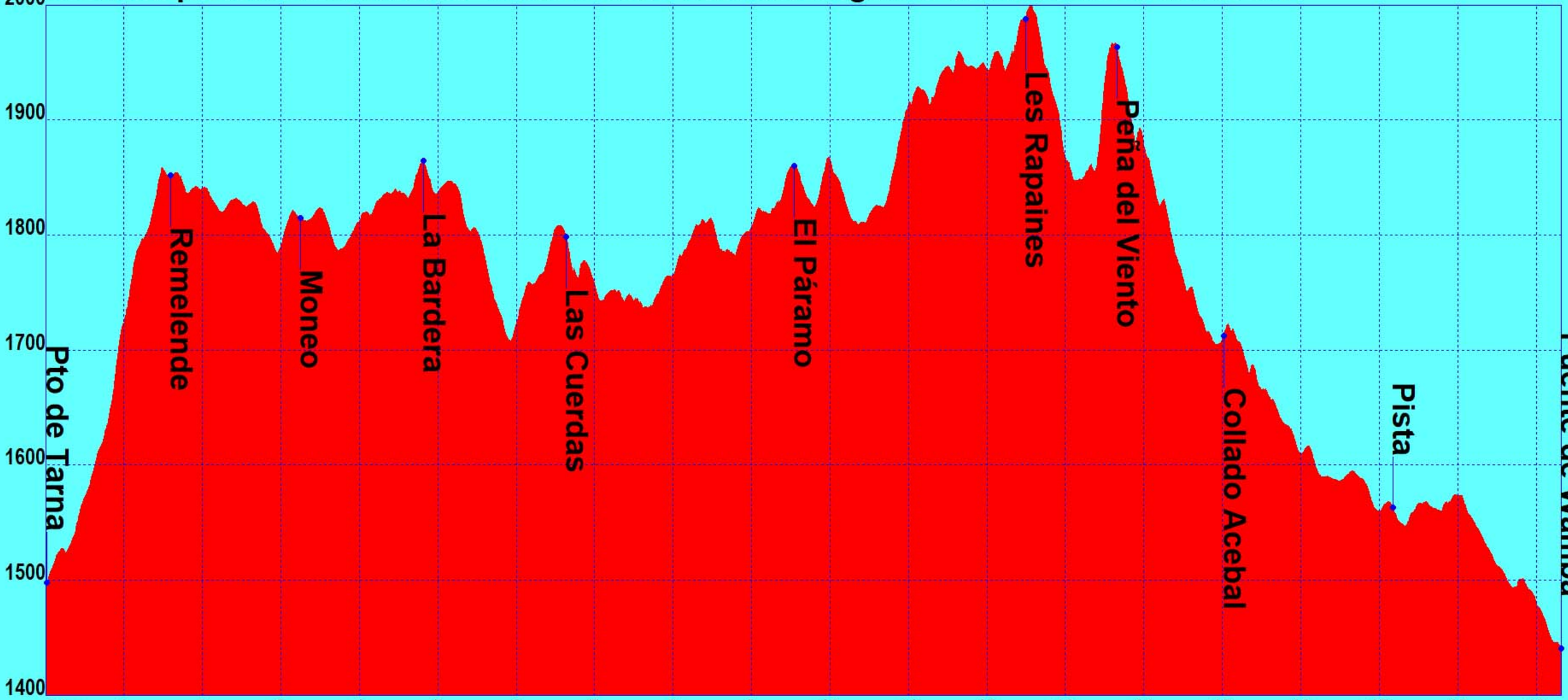
Bajaremos de **Los Abedulosos** por la afilada ladera occidental y enseguida llegaremos al **collado de la Muesca Braga** que enlaza con la larga afilada arista del **Pico Páramo**. Subiremos por ella unos 750 metros hasta culminar el pico donde no hay más que un **hito**. Rápido descenso y corta subida hasta el cercano **Pico Rialcada (1.891 m)**. Otra bajada y estamos en el **collado La Molía.** Mantendremos la dirección **(O)** para remontar duramente, sin senda ni camino, por la **pedregosa ladera hasta alcanzar una cumbre (1956 m) señalizada con una Cruz metálica**.

Otro tramo llano o en ligera bajada nos deja en la afilada arista de **Les Rapaínes**. Ahora nos tocará hacer un par de trepadas con buenos agarres de 3 ó 4 metros cada una. Superado el peñón sólo quedan unos metros para alcanzar la cima de **Les Rapaínes (2022 m) con su buzón de montaña** y unas vistas preciosas en todas las direcciones.

Continuaremos descendiendo por una fuerte pendiente para volver a subir otra vez para llegar a la cima de la **Peña del Viento (1.992 m). Buzón.** Descenderemos por un sendero en dirección al **Collado del Acebal**, aunque antes podremos ascender a la **Peña de los Fornos (1.928 m).** Del collado Acebal tomaremos una pista (S) por donde caminaremos a lo largo de 4 km para llegar al **Puente de Wamba, lugar donde nos estará esperando el Bus.**

GANERANTZ
MENDIZALE TALDEA
PORTUGALETE
7ª etapa Transcantábrica
Puerto de Tarna - Puente de Wamba
Collado Acebal
Km 14
Km 16
Peña del Viento
Pista
Les Rapaines
Opción
Km 12
Km 10
El Páramo
Km 8
Km 18
Las Cuerdas
Km 6
La Bardera
Km 4
Moneo
Mongayo Km 2
Remelende
Pto de Tarna
Puente de Wamba
Opción bajada a Isoba
Isoba
Sierra de Pintacanales
Bosque Fabucado
Mongayo
Las Hazas
Monte la Roza
Cacabo
Sierra de Peña Prieta
Sierra de Peña Labra
Sierra de Peña Sagra
Sierra de Peña Sagra
Sierra de Peña Sag

7 etapa Transcantábrica: Puerto de Tarna - Puente de Wamba

Distancia: 18.92 km - Altura máxima: 1999.76 mts - Altura mínima: 1440.61 mts

Desnivel positivo acumulado: 1189.27 mts - Desnivel negativo acumulado: 1243.68 mts