

# Descripción de la ruta



el punto en el que existe un curva de 180°, donde se abandona para tomar una vereda que desciende zigzagueando por el pinar para contactar con la pista que viene desde Viadangos por el fondo del valle, no sin antes haber cruzado el arroyo de Viadangos. Comienza el descenso por la pista y antes de cruzar de nuevo el arroyo, se pasa cerca de unos corrales y de las ruinas de dos chozos, uno de planta rectangular que aún se mantiene en pie, en parte, y otro circular totalmente derruido. La pista vuelve a cruzar el arroyo en una ocasión para alcanzar la margen izquierda y poco después,

La plaza de Casares de Arbas marca el inicio de la ruta. Desde aquí se comienza a caminar en dirección a la iglesia, para poder tomar el camino que discurre paralelo al arroyo de Casares. Cuando abandona el pueblo, el camino asciende rápidamente hasta llegar a un chozo, situado en la vertiente norte del macizo de las Tres Marías. Después de un breve tramo de suave pendiente, ésta vuelve a ser fuerte hasta llegar a la Collada Gistreo, punto más elevado de la ruta. El descenso continúa por el camino hasta



la ruta se desvía y sigue por la misma margen mientras que la pista lo hace por la vertiente contraria del valle. Al llegar a Viadangos, se toma el camino de la derecha y se sigue valle arriba un tramo hasta el desvío que lleva hacia la Peña Muerca. Se asciende por una pista de nuevo trazado hasta un abrevadero desde donde se continúa hasta un collado desde el que se divisa Casares. A partir de aquí, comienza el descenso por un camino hasta contactar con la carretera, por la que continúa la ruta durante un kilómetro para llegar a Casares, donde concluye de la ruta.

# La abadía de Arbas

La importancia de la colegiata de Arbas ha sido cambiante desde su origen, en el siglo XI, hasta la Edad Moderna. A finales del siglo XII, tuvo su máximo esplendor, gracias a las numerosas donaciones y portazgos que permitieron que la alberguería diera techo y sustento a todos los peregrinos que se dirigieran a San Salvador de Oviedo o a Santiago de Compostela. En el siglo XIV, el abad de Arbas tenía poderes sobre las ocho aldeas del "coto de

Arbas" incluyendo Viadangos y Casares, los dos pueblos por los que discurre la ruta.

Durante decenios permaneció en el olvido y llegó a estar cerca de la ruina, pero un nuevo trazado de la calzada entre Oviedo y León a principios del XIX, le devolvió en parte su importancia como hospital de peregrinos, en el que se daba cobijo a los viajeros y se les orientaba con hogueras y campanas cuando las condiciones climáticas lo exigían.



Las Tres Marías



# Las flores del Valle de Arbas

La primavera en las zonas altas de Arbas se retrasa mucho y hasta mayo puede sorprender alguna nevada tardía. Sin embargo, cuando llega lo hace con todo su esplendor, ya que hasta en el último recoveco aparece el colorido de las flores propias de canchales, pastos o arroyos. La vertiente septentrional de las Tres Marías, aglutina ambientes muy diferentes con una variedad de plantas y flores indescriptible.

## Roquedos y canchales

### Androsace villosa

Fam. Primuláceas

Muy pequeña, carece de tallo y las hojas se agrupan en rosetas que crecen muy cercanas formando ramilletes.

Las flores nacen del centro de las rosetas; son blancas y tienen los sépalos unidos. Florece a finales de mayo o ya en junio. Crece a gran altitud entre rocas o en gleras calizas.

### Erodium

Fam. Geraniáceas

De pequeño tamaño, sin tallo y desprende un fuerte olor. Flores de color rosáceo de cinco pétalos, los dos superiores con las venas muy marcadas en tonos más oscuros. Florece en mayo o junio. Se localiza en roquedos calizos y pedregales.



### Iberis

Fam. Crucíferas

Hojas carnosas, flores de cuatro pétalos, los dos superiores pequeños y los inferiores grandes. Florece en mayo o junio. Se encuentra en gleras de piedra caliza con fragmentos de pequeño tamaño.

### Globularia repens

Fam. Globulariáceas

Planta perenne de crecimiento rastrero, hojas pequeñas, carnosas y sin tallo que crecen muy juntas formando un estructura llamada pulvinilo que recuerda a un cojín. Las flores se agrupan en una inflorescencia de aspecto globoso, de tonos violetas y unos dos centímetros de diámetro. Florece en mayo o junio. Crece en gleras o roquedos calizos situados a gran altitud.



### Digital

Digitalis parviflora

Fam. Escrofulariáceas

Es una especie endémica de la Cordillera Cantábrica. Presenta un buen porte, hasta 50 cm. aunque es la flor la que le confiere la altura ya que carece de tallo y las hojas crecen agrupadas y apenas levantan del suelo. La flores se agrupan en una espiga y presentan tonalidades moradas. Florece a partir de abril y se encuentra

en variedad de lugares como bordes de arroyos o pastizales.

### Hoja de San Pedro

Daphne laureola

Familia Tímeleáceas

Se trata de un arbusto y de porte erguido, hasta un metro de altura. Las hojas son fuertes, coriáceas y de forma que recuerda al laurel, de ahí su nombre científico. Las flores crecen agrupadas entre las hojas pero no son apenas llamativas. Crece en zonas abiertas, pero de gran variedad de hábitats.



## Pastizales de diente

### Genciana de primavera

Gentiana verna

Fam. Gencianáceas

Planta de tamaño diminuto, inapreciable cuando no está en flor. Presenta las hojas lanceoladas agrupadas en una roseta. De cada roseta emerge una flor muy vistosas, de color azul brillante. La flor es de estructura compleja con el sépalo tubular, con cinco lóbulos patentes y cinco pequeñas escamas. Florece muy temprano, desde marzo. Aparece en pastizales tanto de zonas calizas como silíceas.



### Aguileña

Aquilegia vulgaris

Fam. Ranunculáceas

Planta de porte pequeño. Destacan sus flores de tamaño relativamente grande y aspecto delicado. Presentan tonos azules o violetas o formas muy complejas como los nectararios, donde se produce las sustancias que atraen a los insectos. Florece en mayo o junio. Crece en pastizales o roquedos calizos.

### Acónito

Aconitum napellus

Fam. Ranunculáceas

Planta perenne de gran porte, hasta un metro. Flores azules o violáceas con el sépalo superior en forma de yelmo y agrupadas en una espiga terminal. Florece en abril o mayo. Crece en prados húmedos o en las orillas de los arroyos. Se trata de una de las especies de plantas más venenosa de la península Ibérica.



### Eleboro verde

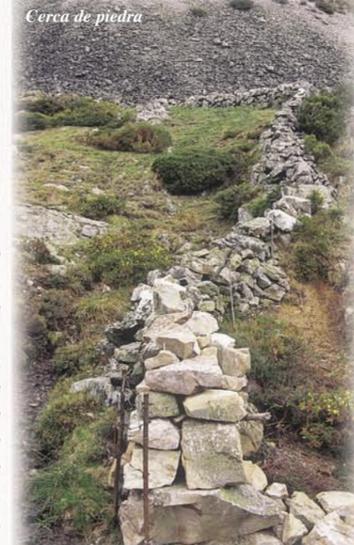
Helleborus viridis

Fam. Ranunculáceas

Planta de porte mediano, unos 20 cm de altura. Presenta hojas palmeadas con un número de lóbulos entre 7 y 12. Las flores son muy características ya que son de tono verde manzana y carecen de olor. Puede florecer desde marzo aunque normalmente, lo hacen bien entrado el mes de abril. Crece en zonas muy diversas, desde bosques, zonas con matorral hasta roquedos calizos.



Cerca de piedra



CUATRO VALLES

ROTA

El Valle de Arbas

CUATRO VALLES

GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE Y MEDIO RURAL Y MARINO

Junta de Castilla y León

DIPUTACIÓN DE LEÓN

Caja España

CENTRO DE DESARROLLO CUATROVALLES

Avda. Manchocho 92  
24120 Canales - La Magdalena  
León, España  
Tfno.: 00 34 987 58 16 66  
Fax: 00 34 987 58 15 68  
www.cuatrovalles.es  
cuatrovalles@cuatrovalles.es

Realización: Servicios Ambientales, S.L. 987 87 5 907 • www.tomeyromillob.com • Maquetación: omillob



# El valle de Arbas

## RUTA

### Descripción de la ruta

**RUTA COMPLETA:** 13 Km. 4:30 Horas.

**DIFICULTAD:** media

**PUNTO DE PARTIDA:** Casares de Arbas

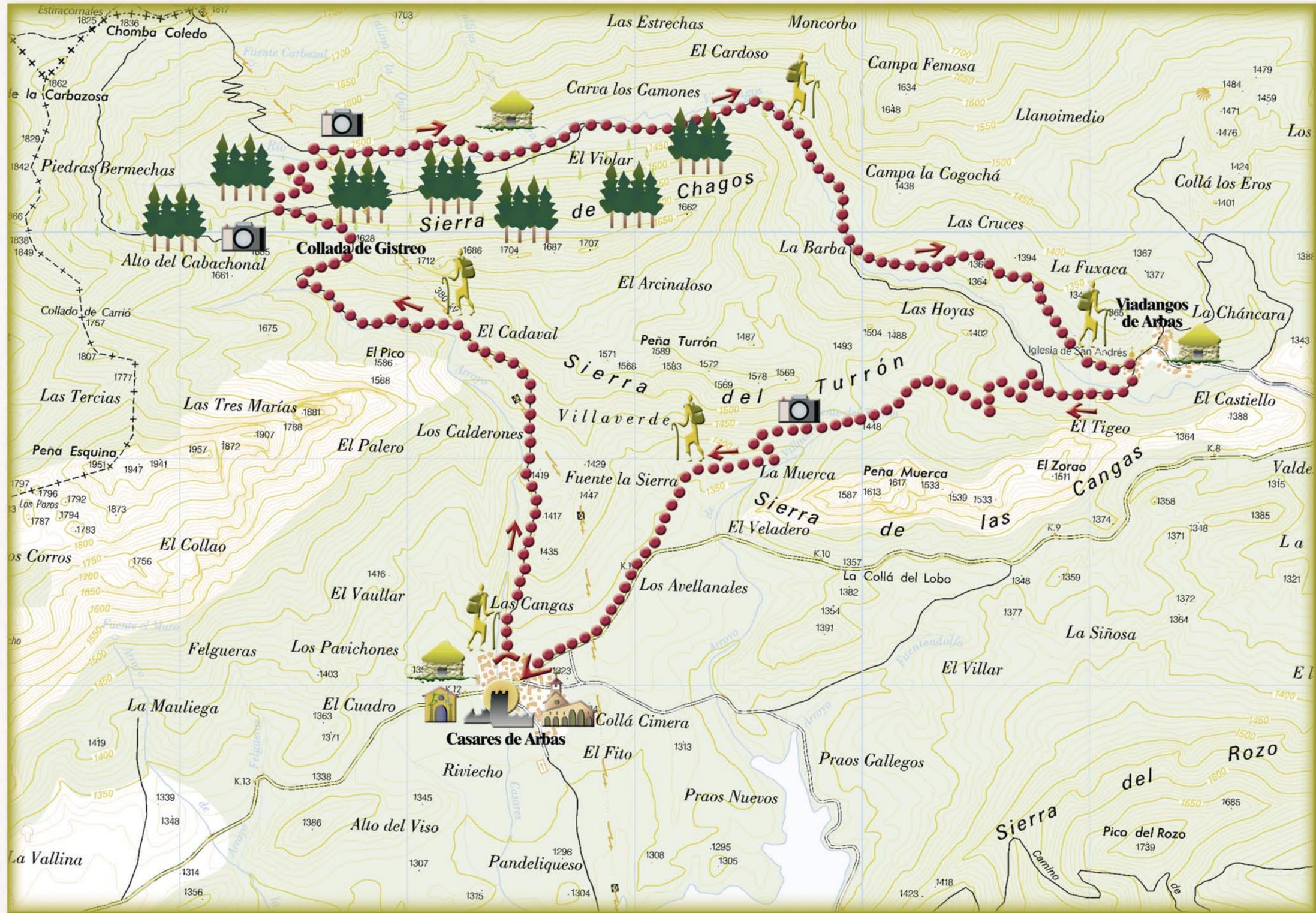
### RECOMENDACIONES:

- Es aconsejable llevar calzado apropiado.
- No se deben llevar perros sueltos ya que pueden causar molestias al ganado.
- Aunque en el recorrido existen algunos manantiales y fuentes, debe procurarse no beber agua sin las suficientes garantías sanitarias. Es mejor llevar agua.
- Por respeto al entorno y a otros posibles visitantes, evite dar voces o llevar aparatos con ruidos estridentes.
- La recogida de residuos es muy dificultosa en estos valles. Procure llevar su basura de regreso y depositarla en contenedores.
- En verano, por las tardes suele entrar nieblas desde el norte que pueden dificultar la orientación y bajar notablemente la temperatura.
- En invierno el camino puede complicarse por la presencia de hielo y nieve por lo que se recomienda no realizar la ruta a no ser que se disponga de equipo adecuado.

### ACCESOS:

• Desde León se toma la carretera de Asturias, N-630; al llegar a Villamanín de la Tercia existe un desvío a la izquierda que conduce hacia Arbas y a la comarca de Luna y que pasa por Casares de Arbas.

• Desde la Magdalena, hay que llegar a Aralla de Luna, por la carretera C-623 o por autopista; desde ahí se sigue en dirección a La Pola de Gordón, pero poco después existe un desvío hacia Villamanín y Casares de Arbas.



Base Cartográfica Propiedad del Instituto Geográfico Nacional • Centro Nacional de Información Geográfica • Hoja 103-I • M.U.P. nº 721 "La Peña" de Casares de Arbas y nº 713 "Concejil" de Viadangos de Arbas

