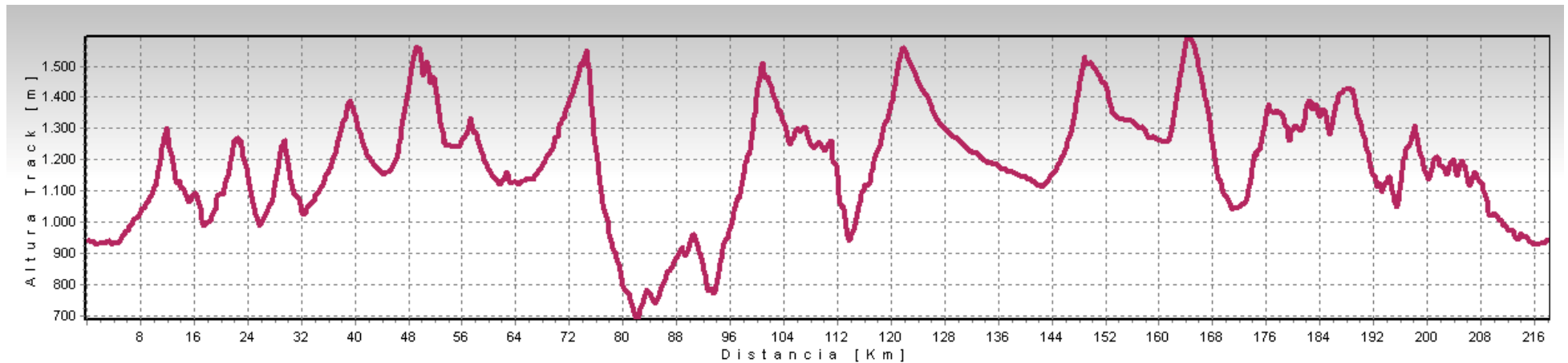


perfil de la ruta 2010



algunos datos sobre el itinerario:

Altura mínima: 690 m (Pío de Sajambre)

Altura máxima: 1.592 m (Collado de Henal)

Desnivel máximo: 902 m

Ascensión acumulada: 6.000 m

Máxima pendiente: 26,09%

Salida: Iglesia localidad de Cistierna

Llegada: Pedales de León, Las Cerámicas nº7, bajo (Cistierna)

Pueblos: Cistierna, Yugueros, Olleros de Sabero, Sabero, Valdoré, La Velilla de Valdoré, Crémenes, Corniero, Primajas, Reyero, Lois, Liegos, Lario, Polvoreda, Pío de Sajambre, Oseja de Sajambre, (Soto de Sajambre), Posada de Valdeón, Santa Marina de Valdeón, Portilla de la Reina, Barniedo de la Reina, Los Espejos de la Reina, Villafrea, Valverde de la Sierra, Besande, Morgovejo, La Red de Valdetuejar, Ferreras del Puerto, La Mata de Monteagudo, Quintana de la Peña y Sorriba del Esla.