

ACTIVIDADES DE AVENTURA

INTRODUCCIÓN



La privilegiada geografía de la provincia permite la práctica de numerosas y variadas actividades como el Esquí en las estaciones invernales de San Isidro y Leitariegos, actividades náuticas en ríos y pantanos, espeleología en impresionantes cuevas como la de Valporquero, barranquismo y escalada, equitación, senderismo,...

Existen empresas especializadas en ofertas deportivas relacionadas con el ocio en la naturaleza, desde el senderismo al esquí, las rutas a caballo y el barranquismo.

- *Esquí*



La provincia de León cuenta con dos estaciones de esquí y de montaña en las que poder practicar todas las modalidades del deporte blanco. El esquí, snowboard, raquetas de nieve, trineo o esquí de fondo se pueden practicar en las estaciones de San Isidro y Leitariegos, en plena Cordillera Cantábrica. Ambas están equipadas con todo tipo de servicios, alojamientos, escuelas de esquí y una variada oferta relacionada con el turismo de nieve, tanto en las propias estaciones como en el área de influencia.

- *Actividades náuticas: rafting, piragüismo, canoas*



Algunos ríos y pantanos ofrecen la posibilidad de disfrutar de la versatilidad de sus aguas. En la provincia de león existen varias empresas encargadas de las actividades vinculadas con los deportes acuáticos como el rafting, piragüismo y canoas. Los ríos de la provincia permiten la bajada en diferentes niveles de dificultad, desde el Porma al río Esla y Curueño, así como los pantanos, ideales para la práctica de estas modalidades deportivas, como el pantano de Riaño y el de Luna.

- *Espeleología*



La amplia extensión montañosa de la provincia de León le permite contar, en toda su geografía de altura, con gran variedad de cavidades donde poder practicar este deporte dirigido por especialistas de diversas empresas leonesas de turismo activo. La visita a la cueva de Valporquero ofrece una oportunidad única de vivir una aventura subterránea descendiendo el río que formó la cueva y que discurre por

impresionantes galerías.

- ***Barranquismo y escalada***



La variedad geológica de la provincia ofrece lugares destacados para la práctica del barranquismo y de la escalada. Hay escuelas para la iniciación de estos deportes y lugares destinados a los alpinistas más expertos. Desde Picos de Europa hasta Cuatro Valles, la experiencia invita a una escapada para disfrutar del contacto con la montaña.

- ***Equitación y rutas ecuestres***



Las rutas a caballo pueden practicarse en diversos puntos de la provincia. Hay escuelas de equitación para principiantes y para los jinetes más avanzados. Los caminos invitan a contemplar una naturaleza tranquila y pasear por bellos parajes que abarcan desde la posibilidad del Camino de Santiago, a los valles de Babia, las riberas y toda la montaña leonesa.

- ***Actividades al aire libre***

Senderismo

A lo largo de la provincia se extienden múltiples rutas para caminar y pasear rodeados de un bello paisaje. Desde rutas de montaña, con vías que alcanzan diversos niveles de dificultad, hasta caminos para el paseo más relajado. Todas las comarcas leonesas ofrecen un amplio abanico de posibilidades para poder disfrutar del patrimonio natural, humedales, lagos y riberas de ríos; del patrimonio histórico, vías romanas o de la trashumancia y de toda la fauna característica de la variada orografía leonesa.

Tiro con arco, ala delta, parapente, todo terreno, quads

Se pueden practicar las más múltiples actividades con empresas especializadas distribuidas en diferentes puntos de la provincia. Rutas para quads y todo terrenos, además de espacios donde obtener una impresionante vista en ala delta y parapente en las zonas norte, oeste y Bierzo de la provincia. El viento y las montañas de la provincia leonesa son muy favorables para los vuelos de estos aparatos sin motor.

• **Empresas turismo activo**

Nombre	Dirección	Teléfono/Fax	Actividades
<u>ACCIÓN PESCA LEÓN</u>	Párroco Pablo Diez, 219 – Trobajo del Camino - 24010	987 804 366 / 987 804 365	
<u>ACTIVIDADES FILANDÓN</u>	C/ del Sol, 7 – Quintanilla de Somoza 24717	629 436 323 / 987 601 732	Actividades de formación para empresas y grandes grupos. Senderismo, rutas...
<u>ALBERGUE LAS AGUEDAS</u>	Camino de Santiago, 52 – Murias de Rechivaldo - 24718	987 616 765	Albergue peregrinos
<u>ALBERGUE MUNICIPAL DE PÁRAMO DEL SIL</u>	Juan Bautista, s/n – Paramo del Sil - 24470	987 526 043	Albergue
<u>BOLERA BERCIANA</u>	Esla, 17 – Bembibre - 24300	987 510 001 / 987 511 917	
<u>CABALLO NEGRO</u>	C/ Las Barreras, s/n – San Feliz de Torío (Garrafe de Torío) - 24890	658 881 582 / 696 574 802	Pupilaje, Rutas a caballo...
<u>CANTÁBRICO-SUR</u>	C/ Real, s/n – Caboalles de Arriba - 24111	649 840 774 / 646 937 466	Actividades en la nieve, Rutas a caballo, Rutas de montañismo
<u>CENTRO DE TURISMO ECUESTRE</u>	C/ De Abajo, s/n – Rabanal del Camino - 24722	649 370 066 / 620 200 193	Rutas a caballo
<u>CLUB KAYAK LACIANA</u>	La Fuente, 6, 4º A – Villablino - 24100	987 480 599 / 619 505 112 / 987 480 393	Kayak
<u>CLUB LEONES AMIGOS DEL CABALLO</u>	Ctra. Sanfelismo a Villacete, s/n – Sanfelismo - 24227	646 119 206 / 987 319 291	Pupilaje de caballos
<u>ESCUELA DE VUELO</u>	Ctra. N-601. Km. 301 (Desvío hacia Villamarco) – Villamarco - 24345	639 448 889 / 987 230 933	Vuelo
<u>EUROPARK</u>	Ctra. De la Ermita, s/n – Manzaneda de Torío (Garrafe de Torío) - 24891	987 698 342 / 649 092 177 / 987 281 803	Rutas a caballo, campo de mini golf, pista deportiva, parque infantil y campo de futbol

Nombre	Dirección	Teléfono/Fax	Actividades
<u>GUHEKO S.L</u>	Ctra. León-Collanzo Km.15 - Vegacervera - 24836	987 082 083 / 629 913 132	Descenso de cañones, espeleología, paintball, espeleobarranquismo, raquetas de nieve, escalada...
<u>JUNTA VECINAL DE SAN MIGUEL DE LAS DUEÑAS</u>	San Miguel de las Dueñas - 24398	676 952 721	
<u>KARTING LACIANA</u>	Paraje de las Rozas, s/n - Villablino - 24100	987 470 406 / 987 481 138	Carreras de Karts / Quads / Minimotos
<u>KAYAK PICO AZUL</u>	C/ Las Raneras, s/n - Vegacervera - 24836	609 240 991 / 987 591 341 - 987 591 341	Rafting, escalada, piragüismo, espeleología, senderismo...
<u>LA ARDILLA REAL</u>	Pza. de la Esquina, 1 - Santa Marina de Valdeón - 24915	987 742 677	
<u>A BRAÑA VIEJA</u>	C/ La Presa, s/n - Mena de Babia (Cabrillanes) - 24 142	987 488 779 / 678 373 756	Rutas a caballo
<u>LA OCA</u>	C/ La Escuela, 5 - Carrocera - 24123	630 043 709 / 987 849 454 - 987 849 454	Rutas turísticas a pie, caballo y en bicicleta, caza pesca, golf
<u>LACIANA PAINTBALL</u>	Avda. Asturias, 31 4º Izda. - Villablino - 24100	678 612 489 / 687 932 601 / 620 541 000	Paintball
<u>LEITARIEGOS</u>	C/ Las Brañas, 5 (Aptado. Correos 51) - Villablino - 24100	987 471 325 / 689 760 466	Actividades relacionadas con el medio natural
<u>LEO RISKY</u>	La Bañeza, 20-5º - León - 24007	987 245 690	
<u>LEÓN CLUB DE GOLF</u>	Ctra. León-Astorga. Monte Matahijadas, s/n - San Miguel del Camino - 24391	987 303 400 / 987 303 474	Golf
<u>LUNA LLENA</u>	Caldas de Luna (Sena de Luna) - 24146	987 592 260 / 625 426 340 / 699 051 239 - 987 592 260	Senderismo, tiro con arco, escalada, descenso de cañones...

Nombre	Dirección	Teléfono/Fax	Actividades
<u>MONITORES Y GUIAS DE MONTAÑA DEL PRINCIPADO</u>	La Estación, s/n – Busdongo de Arbas – 24690	987 598 369 / 987 598 369	
<u>MONTAÑAS Y VALLES DEL CURUEÑO</u>	La Iglesia, 24 – Mata de Curueño – 24848	987 342 022	Alojamiento, Rutas a caballo, pesca...
<u>NATURAVENTURA RIAÑO, S.L.</u>	Pza. Cimadevilla, s/n – Riaño (León) – 24900	649 645 947	
<u>NATURESLA</u>	Avda. Principado de Asturias – Valencia de Don Juan – 24200	987 686 234	
<u>NATUROCIO VALLE DE ARBAS, S.L.</u>	C/ La Villa, s/n – Cubillas de Arbas (Villamanín) – 24688	987 216 580 / 670 597 280 / 654 033 770 / 987 216 580	Senderismo, bici de montaña, escalada, rappel, tirolina, windsurf, vela legera, puenting, rutas 4x4
<u>PASEO Y SENDA CICLOTURISTA RIBERA RÍO ESLA</u>	Paraje el Soto y los Cachones – Valencia de Don Juan – 24200	987 750 001 / 987 752 213	Senda cicloturista
<u>PICOS DE EUROPA-CAMPING “EL CARES”</u>	Ctra. León-Santander, Desvío Portilla – Santa Marina de Valdeón – 24915	987 742 676	
<u>PIE TRAS PIE</u>	C/ Conceja Jose Luis Villar Torres, 13 – Santa Lucía de Gordón (La Pola de Gordón) – 24650	651 663 540 / 620 519 497	Rutas caminando
<u>PIEDRASECHA DEPORTE VIVO</u>	Avda. del Desfiladero, 2 – Piedrasecha (Carrocera) – 24123	987 581 300 / 649 875 410	Descensos en canoa, espeleología, descenso de barrancos, rutas a caballo, rappel...
<u>PROMOCIONES TURÍSTICAS DE SALAMÓN</u>	Salamón – Salamón – 24991	987 710 806 / 987 710 911	Rutas a caballo
<u>QUAD Y KART CROSS</u>	C/ La Plaza, 11 – Alcuetas – 24207	618 887 425 / 618 887 426	Rutas guiadas Quad

Nombre	Dirección	Teléfono/Fax	Actividades
<u>RANCHO CANADÁ</u>	Carretera C-626, s/n – Naredo de Fenar (Matallana de Torio) - 24839	987 591 587	Rutas a caballo
<u>RECORRIDO TIRÍSTICO A LOS MOLINOS AMPUEROS</u>	Noceda - 24319	658 929 569	
<u>REFUGIO-ESCUELA DE PESCA SANTA MARINA DEL REY</u>	Ctra. Del Órbigo, 47 – Santa Marina del Rey - 24393	987 377 086	Pesca
<u>RUTAS A CABALLO LACIANA</u>	C/ La Casona, 12 – Orallo (Villablino) - 24113	639 830 730 / 600 292 824	Rutas guiadas a caballo
<u>RUTAS DE SENDERISMO DE VEGACERVERA</u>	C/ Marcelino González, 7 – Vegacervera - 24836	987 591 387	
<u>RUTAS ECUESTRES POR LA MONTAÑA ORIENTAL LEONESA</u>	Ctra. Ojedo-Riaño – Boca de Hurgano - 24911	987 740 100	Rutas caminando
<u>RUTASTUR S.L.</u>	Casa Consistorial, Planta 2º - Riaño - 24900	987 740 104	
<u>SADIA REQUEJO</u>	Cain, s/n – Cain de Valdeón - 24915	987 742 702	
<u>SANTA CATALINA</u>	Finca Santa Catalina – Vecilla de Curueño - 24840	987 741 212 / 987 741 212	Actividades de multiaventura
<u>SERRILLA</u>	C/ Real, 22 – Serrilla (Matallana de Torio) - 24836	987 578 364 / 607 487 351 / 987 233 118	Talleres tradicionales, talleres de teatro y expresión corporal, dramatización y guiñol...
<u>TODO CAZA</u>	Camposagrado (Rioseco de Tapia) - 24275	639 817 770 / 987 262 161	Caza menor, caza mayor

Nombre	Dirección	Teléfono/Fax	Actividades
<u>VIVE PICOS DE EUROPA</u>	Guadalupe Noriega, s/n – Soto de Sajambre – 24916	629 177 268	Senderismo, rutas en vehículo todo terreno