

El Domingo día 5 de Junio en la localidad de Cadavedo, se celebrará al patron San Bernardo Menthon ,haciendo la ruta costera desde Quintana hasta la Regalina En total unos 8,7 km de recorrido con desniveles fáciles de superar. La duración de la ruta se estima en 3 horas

RECEPCION: 9,30-10,30 Recogida de bolsa de avituallamiento en el parking de la gasolinera de Quintana

SALIDA 10,30 desde Gasolinera de Quintana

FINAL DE LA RUTA sobre las 13,30 horas

MISA En la pradera de la Ermita.En la Regalina. a la 13,30 Gaita y tambor con atención gastronómica de la Sociedad Popular de la Regalina

INSCRIPCION

Enviando el boletín de inscripción a actividades@fempa.net,
El plazo de inscripción se cerrará el 27 de mayo

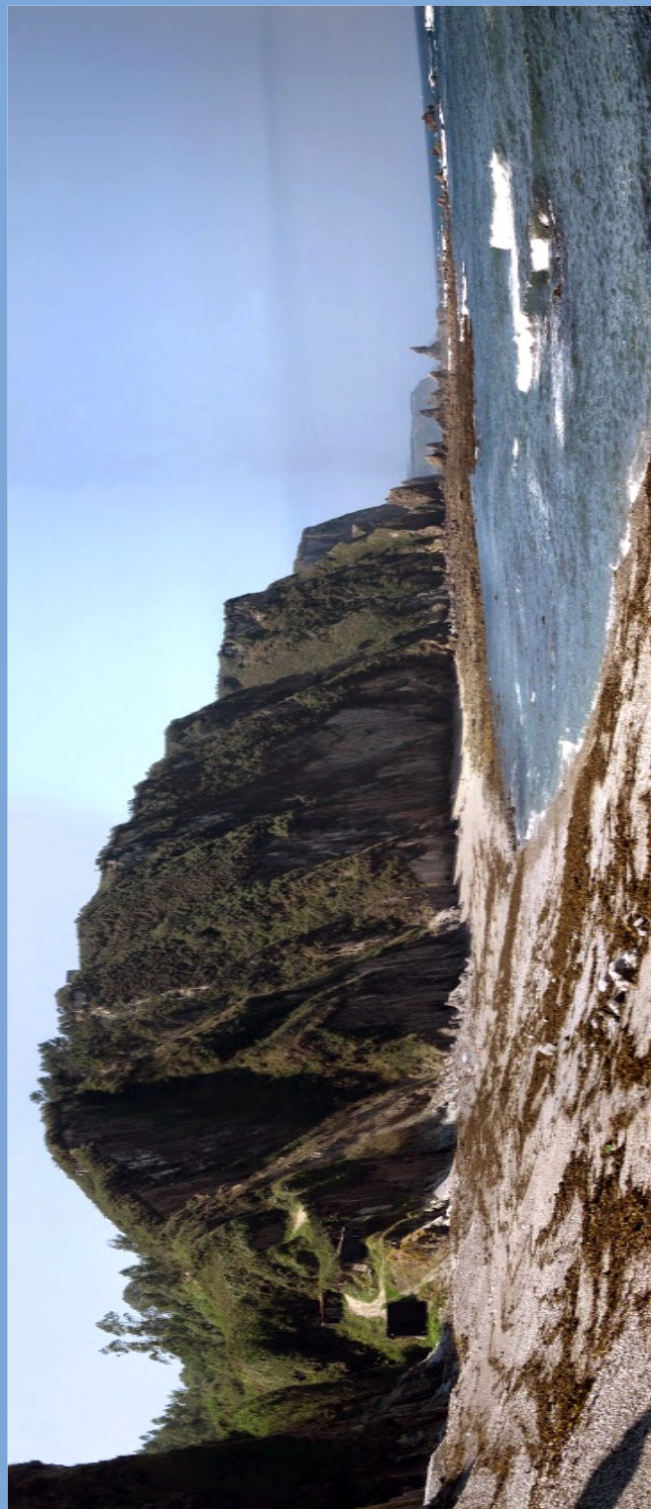
ORGANIZA

FEMPA

**SOCIEDAD POPULAR
DE LA REGALINA**



COLABORAN



SAN BERNARDO MENTHON Domingo 5 de JUNIO 2022



LA REGALINA (CADAVEDO)



RUTA COSTERA



Tenemos un territorio rico y diverso que nos ofrece muchas oportunidades para cualquier tipo de iniciativa. Sobresaliendo el senderismo como actividad deportiva saludable que permite promocionar los paisajes y todo el patrimonio cultural diseminado por nuestra extraordinaria naturaleza.

Cadavedo, con todo su potencial y siendo probablemente el enclave más característico de la región en lo referente a tradición, arquitectura, gastronomía, y simbolismo asturiano, acoge este encuentro haciendo gala de su enorme hospitalidad y de su proyección como una localidad viva y dinámica. Quiero dar la bienvenida a todos los que nos vais a visitar y agradecer a los valdesanos que con pasión se han implicado en el desarrollo de tan favorable iniciativa. Este encuentro, lleno de hermandad y sintonía, representa todo en lo que creemos y a lo que aspiramos; una sociedad que camina unida en la dificultad para alcanzar un porvenir mejor.

Oscar Pérez Suárez
Alcalde de Valdes



Si el senderismo es una actividad que consiste en caminar siguiendo un itinerario determinado, y que busca acercarse a las personas al medio natural y al conocimiento de la zona a través del patrimonio y los elementos etnográficos y culturales tradicionales utilizando especialmente senderos de tierra, antiguos caminos de herradura y carreteros, cañadas y caminos reales, caminos forestales y otros, no cabe duda que el entorno que ofrece la zona Oriental de Valdes reúne al completo todos estos requisitos, y aun los ampliaríamos y reforzaríamos con las sensaciones que encuentra el senderista al avistar los recorridos, aun desconocidos para la mayoría, que se esconden en esta zona.

Basta con asomarse a este balcón al Cantábrico, que Cadavedo cuida y mimosa, que es la Regalina para comprobar que cualquier sendero que salga o llegue a este enclave llega a los sentidos, sea cual sea la hora del día o época del año que lo visitemos.

Recorrer la costa, adentrarnos por la falda de Palradiella, o serpentear entre las quintanas de las localidades que tienen como proa este enclave, no deja indiferente a caminante alguno que se preste de reconocer unos itinerarios de calidad.

Como Presidente de la Sociedad Popular de la Regalina, propietaria de los terrenos en los que se ubica esta riqueza paisajística, que se pone a disposición pública, resulta un honor poder colaborar con la Federación de Montañismo de Asturias por la celebración de los actos en honor a san Bernardo Menthon de 2022 tenga lugar en Cadavedo. Y que se sientan todos como en su propia casa, disfrutando de un entorno maravilloso e invitándoles a que regresen siempre que lo deseen.

Angel Valverde Martínez
Presidente de la Sociedad Popular la Regalina

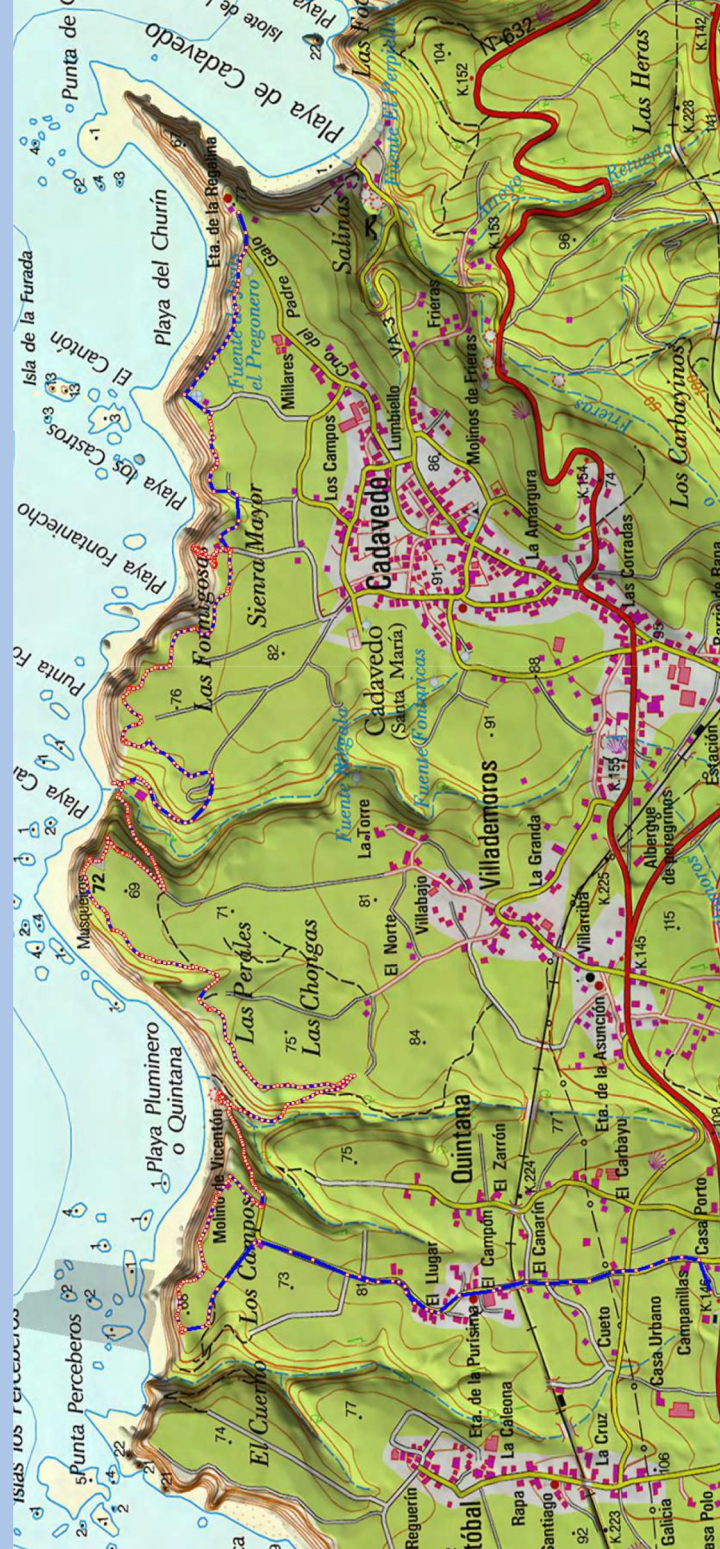


No necesita nuestro occidente asturiano ni de la grandiosidad de playas como las Catedrales de Ribadeo ni de la magnitud de los Picos de Europa para nada.

La costa del occidente astur está plagada de escondidas joyas que son las caletas y arenales ocultos entre unos acantilados majestuosos y las montañas cercanas, que, sin ser altivos, cierran el paisaje agreste y salvaje, resguardándolo contra un mar, a veces manso, a veces fiero y aterrador.

El tramo a recorrer en el día de nuestro Santo Patrono, San Bernardo Menthon, encierra esta belleza natural que pocos asturianos aun conocen. Si la senda de la Costa Navega es espléndida esta nueva senda que se pretende poner en valor, por el empuje y labor incansable de la Sociedad Popular de la Regalina de Cadavedo no le va a la zaga. Recordad también que esta localidad del Concejo de Valdes fue declarada "Pueblo más bello de Asturias" en el año 1954. Y si ha cambiado ha sido para mejor al amparo de la Virgen de la Regalina, reina del mar desde su estratégica capilla do, minando el mar y la tierra. En este lugar inigualable finalizaremos nuestro recorrido, celebrándolo con una hermandad a lo "asturiano" (lease espicha). Un agradecimiento a los organizadores, amparados por el grupo Estoupe de Luarca y a todos nuestra bienvenida más afectuosos! Nuestra cita es Cadavedo!

Juan Rionda Mier
Presidente de la Gestora de la FEMPA



SENDA COSTERA QUINTANA LA REGALINA

La ruta comienza en la gasolinera de Quintana, desde donde nos dirigimos hacia los acantilados, atravesando los barrios del Campon y Lugar, para luego entrar en una amplia zona de prados de la rasa costera, donde al final de la misma, merece la pena girar a la izquierda para contemplar en su totalidad la playa de Pluminero o Quintana.

Se prosigue, ahora, por encima del acantilado en dirección este, llegando junto a la pista que hemos abandonado. Una vez en ella se desciende a la playa en la que podemos ver el Molin de Vicenton.

Ascendemos por el camino pudiendo contemplar una bonita cascada. El camino finaliza en la rasa costera, donde debemos girar a la izquierda, para acercarnos al acantilado. Desde aquí tenemos una bonita vista del barrio de Villa Abajo sw Villademoros con la torre en primer plano. Torre de Villademoros, es una imponente torre construida en la Baja Edad Media (s. XV). En progresivo deterioro, destaca por ser un buen exponente de la arquitectura Lamedieval defensiva y señorial.

Se prosigue por encima del acantilado contemplando el inmenso pedrero de la playa de Quintana, en el que los mariscadores buscan oricios y Llamparas. Continuamos atravesando una pequeña vaguada bajando, poco después a la playa de Campiellos, con unos edificios totalmente imbricados en el acantilado. Desde la playa contemplamos la enorme roca agujereada "Penedo Loligo o Dolmen", así como el monolito llamado Menhir. Volvemos a ascender a la rasa costera, desde donde varios edificios de una cetera.

Se asciende a la rasa costera, donde al llegar a ella se gira a la izquierda para continuar junto al acantilado, pasando junto a la playa de Fontiecho. Llegamos a un cruce, donde vemos unos edificios casi enfrente. Aquí giramos a la izquierda, para descender a una hermosa finca, donde vemos detrás de un seto una barandilla metálica. Nos acercamos a ella, aunque se encuentra en el interior de la finca, para disfrutar de un espléndido mirador sobre la playa de los Castros.

Regresamos hasta el desvío, donde se continúa por el sendero en dirección este, por encima del acantilado, viendo a la derecha las casas de Cadavedo. Ya no queda más que seguir el sendero que nos conduce junto al Campo La Garita, lugar donde se celebra la Regalina, punto final de este bello recorrido.

