

PROGRAMA ACTIVIDADES

MIR 2016



WWW.MIREXPERIENCIAS.COM



MIREXPERIENCIAS

"Asturias vive la aventura"



PROGRAMA

- SALIDAS SIEMPRE A LAS 10:00h
- LLEGADAS ANTES DE LAS 20.00h
- SALIDAS Y LLEGADAS DESDE Y A LA PLAZA DE SAN MIGUEL (OVIEDO)

INCLUYE

- **COMIDA** + TRANSPORTE + MATERIAL
- REPORTAJE FOTOGRÁFICO + STAFF
- LOCKERS + ENTRADAS + PUNTOS

INDICE

JULIO:

- SABADO 25: ESPICHA DE BIENVENIDA
- DOMINGO 3: DESCENSO DEL SELLA
- DOMINGO 10: RUTA DEL OSO EN BICICLETA
- DOMINGO 17: PLAYA DE LA GRIEGA Y LASTRES
- DOMINGO 24: OVIEDO Y PREROMANICO
- DOMINGO 31: SALINAS LONGBOARD FEST Y BBQ

AGOSTO:

- DOMINGO 7: XIRIN
- DOMINGO 14: PLAYA DE XAGO Y CAMPEONATO FUTBOL PLAYA Y PALAS
- DOMINGO 21: CUDILLERO Y PLAYA DE EL SILENCIO
- DOMINGO 28: PLAYAS DE ORIENTE Y LLANES

SEPTIEMBRE:

- DOMINGO 4: ESPELEO / CANONES / RAFTINGG Y CUEVAS RUPESTRES
- DOMINGO 11: PAINTBALL
- DOMINGO 18: SPA LAS CALDAS
- DOMINGO 25: COVADONGA Y LAGOS

OCTUBRE:

- DOMINGO 2: RUTA DEL CARES
- DOMINGO 9: PLAYA DE LAS CATEDRALES Y RIBADEO
- DOMINGO 16: SPA TALASOPONIENTE GIJON
- DOMINGO 23: SENDERISMO – PICOS DE EUROPA
- DOMINGO 30: RUTA DE LAS XANAS

¡BIENVENIDOS A ASTURIAS!

Hace ya más de mil años, los primeros pobladores fundaban en una tierra rica, fértil, frondosa y salvaje el Reino de Asturias. Daba entonces comienzo la que sería una historia determinante y relevante para lo que hoy es España. Fueron 12 los reyes que gobernaron el Principado en aquellos días, desde Pelayo, primero de ellos, hasta Alfonso III “El Magno”, último rey. Durante este periodo histórico grandes eventos acontecieron en el territorio asturiano, dejando huellas que hoy aún persisten y que convirtieron a Asturias en una comunidad del todo singular. Ejemplos de esto son Covadonga, Santuario que un día albergó a aquellos que libraron la Batalla de Covadonga, la cual marcó el inicio de la Reconquista de España cambiando el porvenir de nuestro país; o el Arte Prerrománico Asturiano, declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y caracterizado por su singularidad, pues solo existen manifestaciones en esta comunidad.

Asturias se torna por tanto rica no solo en sus paisajes, bosques, fauna y gentes, sino en su historia y prehistoria. Asturias cuenta con un relieve propicio para la práctica de deportes de aventura, bosques y montañas con rutas dignas de ser caminadas, playas con huellas jurásicas que no dejan a sus veraneantes indiferentes, cinco cuevas prehistóricas declaradas Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, un arte único, y una gastronomía tildada por algunos como una de las mejores del mundo. Es de destacar también su extensa y rica tradición mitológica y religiosa, Asturias fue el primer reino cristiano de España, y cuenta con más de 30 seres mitológicos que a lo largo de los años dieron rienda suelta a la imaginación de paisanos visitantes.

Te recomendamos sin duda que experimentes la inmersión cultural, la aventura, la historia, la cultura y la naturaleza que Asturias te ofrece.

¡Bienvenido a Asturias!





Conoce a los que serán tus compañeros durante los próximos meses y disfruta de la gastronomía asturiana en una sidrería típica.

DIA: sábado 25 de junio

FECHA LIMITE RESERVA: martes 21 de junio, más tarde contactar.

LUGAR: "Llagar El Güelu" (Oviedo)

INCLUYE: menú típico asturiano, barra libre de sidra y... ¡muchas sorpresas!

DESCRIPCION: La espicha comenzará a las 22:30h en el "Llagar El Güelu" (Oviedo), restaurante con decoración temática típica de Asturias. La comida se servirá en mesas de donde podréis probar todo lo que queráis. Dispondréis también de barra libre de sidra, vino y demás bebidas. Durante la cena, se presentarán varias sorpresas. No os la perdáis!!!!.



DESCENSO DEL SELLA EN CANOA

Disfruta de una de las experiencias más famosas de Asturias.

DIA: domingo 3 julio.

FECHA LIMITE RESERVA: martes 21 de junio, más tarde contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida en bus a las 9:30h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, material, clase de instrucción, bajada en canoa, comida tipo picnic, reportaje fotográfico, staff, instalaciones con duchas y vestuario.

IMPORTANTE: Llevar traje de baño y calzado que se pueda mojar. Es recomendable también llevar ropa para cambiarse después de la bajada

DESCRIPCION: Viajaremos hasta Arriendas donde la mejor empresa de canoas de Asturias, Jaire Aventura, nos estará esperando con todo el material preparado. Dejaremos las cosas en los vestuarios, recibiremos una breve clase de instrucción, y comenzaremos el descenso que durará aproximadamente 4-5 horas.

Dispondréis de un bidón que llevaréis en la canoa que contendrá una comida tipo picnic, y donde podréis guardar vuestros objetos personales. Finalizada la bajada, un transporte os estará esperando para devolveros a las instalaciones de partida donde podréis cambiaros y descansar un poco antes de volver a Oviedo. Regresaremos sobre las 19:00h para llegar a Oviedo no más tarde de las 20:00h.



Conecta con la naturaleza en un entorno natural boscoso y de montaña por el que discurre la ruta y conoce a los famosos osos pardos "Paca y Tola"

DIA: domingo 10 julio.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 7 de julio, más tarde contactar.

INCLUYE: transporte, alquiler de bicicleta, instructor, mecánico y comida tipo picnic.

IMPORTANTE: Llevar ropa y calzado cómodo.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h con destino a Proaza, una de las regiones orográficas más bonitas de

Asturias. Allí, nos estarán esperando con todo el material preparado para iniciar la ruta de 36km (aproximadamente 3 horas en bici a paso lento). Al comienzo del recorrido, podréis ver a los famosos osos pardos asturianos "Paca y Tola", y durante el camino podréis disfrutar de la belleza de la montaña y del bosque asturiano. Al finalizar la ruta, el autobús os estará esperando para regresar y llegar a Oviedo no más tarde de las 20:00h.



Pasa un día de relax en una de las playas más bonitas de Asturias, la playa de La Griega, interesante no solo por su belleza sino porque tiene huellas de dinosaurio reales. Además, visitaremos uno de los pueblos costeros más bonitos de España: Lastres.

DIA: domingo 17 julio.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 14 de julio, martes 21 de junio, más tarde contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida en bus a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, reportaje fotográfico, staff y picnic.

IMPORTANTE: Llevar traje de baño.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, a las 10:30h con destino a la Playa de la Griega, una de las pocas playas del mundo donde podréis pisar huellas reales de dinosaurios!!!. Pasaremos una mañana de "relax" en la playa y comeremos allí nuestro picnic.

Por la tarde visitaremos Lastres, el pueblo que esta al lado de la playa, y antigua casa del "Doctor Mateo" bajo el pseudónimo "San Martín del Sella" (famosísima serie de televisión de Antena 3), y recientemente nombrado por la Asociación Pueblos más Bonitos de España, como uno de los pueblos más bonitos del país. Finalmente regresaremos a Oviedo como siempre antes de las 20h





DIA: domingo 24 julio.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 21 de julio. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: guía, entradas y comida tipo pic-nic.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h y empezaremos por la visita del centro histórico de Oviedo. Una vez completada, subiremos al Monte del Naranco (ruta de aproximadamente 4 km hasta arriba), y allí, además de disfrutar de las excelentes vistas, visitaremos las dos que probablemente son las más valiosas y mejores representantes de este curioso arte: San Miguel de Lillo, y San Julián de los Prados. Finalmente regresaremos al centro de Oviedo, para llegar no más tarde de las 20:00h.



Disfruta de un día con alma surfera: mercadillos de ropa, artesanía, food trucks, barbacoa y muy buen rollo!

DIA: domingo 31 julio.

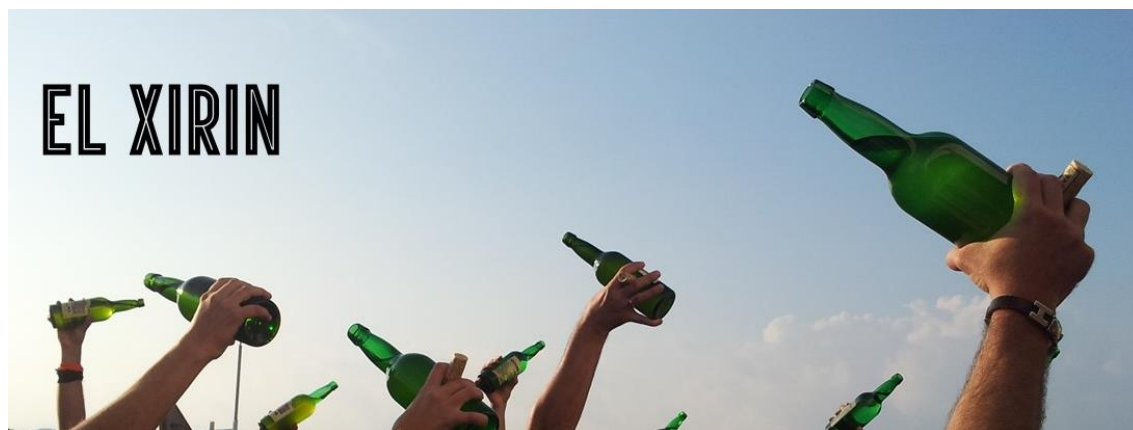
FECHA LIMITE RESERVA: jueves 28 de julio. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, barbacoa, reportaje fotográfico y staff.

DESCRIPCION: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, con destino a Salinas, una vez allí se dejará tiempo libre para visitar los puestos de ropa, artesanías..., ver las competiciones, disfrutar de los food trucks o incluso si os coincide asistir a algún concierto.

En las inmediaciones del festival (aproximadamente a 1min), haremos una barbacoa en un area preparada de la que todos podréis disfrutar. Como siempre regresaremos a Oviedo antes de las 20:00h.



La gran fiesta asturiana por excelencia, conoce nuestra gran "folixa".

DIA: domingo 7 de agosto.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 4 de agosto. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, caseta privada, sidra y comida tipo picnic.

IMPORTANTE: Recordad llevar ropa que pueda mojarse con sidra (camiseta vieja y zapatos viejos).

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h, el autobús llegará hasta el lugar de la fiesta. Se os guiará a vuestra caseta y se os dará vuestra sidra. A partir de ahí, a pasarlo bien.



DIA: domingo 14 de agosto.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 11 de agosto. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, comida tipo picnic, reportaje fotográfico, campeonato de fútbol playa y palas con premios.

IMPORTANTE: Llevar bañador y toalla.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h con destino a la playa de Xagó, donde pasaremos el resto del día en la playa. Realizaremos diferentes actividades, entre ellas un campeonato de fútbol playa y otro de palas con premios para los ganadores.

Al final de la tarde regresaremos para llegar a Oviedo no más tarde de las 20:00h.



CUDILLERO Y PLAYA DE "EL SILENCIO"

DIA: domingo 21 de agosto

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 18 de agosto. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, staff y comida tipo picnic.

IMPORTANTE: Llevar bañador y toalla.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h para llegar a "El Silencio" sobre las 10:40h. Descenderemos hasta la playa (unos 300 metros) y pasaremos el resto de la mañana tomando el sol y bañandonos. Sobre las 14:00h iremos a Cudillero, donde podremos disfrutar de las vistas desde del faro, las calles del pueblo, y el encanto del puerto. Regresaremos a Oviedo como siempre, antes de las 20h.



PLAYAS DE ORIENTE Y LLANES

Pasa un día relajado visitando las famosas playas de la zona de Llanes, las más bonitas de la región.

DIA: domingo 28 de agosto.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 25 de agosto. Después de esa fecha contactar.

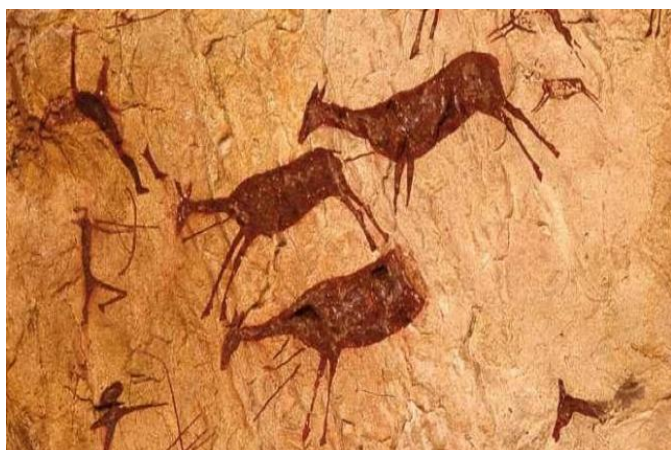
SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, reportaje fotográfico, staff y comida tipo picnic.

IMPORTANTE: Llevar bañador y toalla.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00 para llegar a Llanes sobre las 11:30h. Visitaremos las mejores playas de la zona: Niembro, Gulpiyuri, Barro... entre otras, y finalmente el pueblo de Llanes.

Tras las visitas volveremos a Oviedo sobre las 18:00h para llegar no más tarde de las 20:00h.



ESPELEOLOGIA RAFTING CUEVAS RUPESTRES

DIA: domingo 4 de septiembre.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 1 de septiembre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, entrada a la cueva, visita guiada y comida tipo picnic.

IMPORTANTE: Llevar bañador, toalla, y ropa y calzado cómodo. La visita de Tito Bustillo es un componente opcional y por tanto **requiere notificación previa**.

DESCRIPCION: Saldremos como en todas las visitas de la Plaza de San Miguel a las 10:00h, y nos dirigiremos hacia Ribadesella. Allí, el equipo de Jaire Aventura nos estará esperando para realizar una de las siguientes actividades, la que tú elijas: **espeleología, descenso de cañones, o rafting**.

Por la tarde, dejaremos tiempo libre para pasear por Ribadesella, y de manera **OPCIONAL**, ofreceremos la posibilidad de visitar la Cueva rupestre de Tito Bustillo, iii la cual cuenta con pinturas que datan de hasta el 10.000 a.C.!!!. La visita será guiada y será la única excursión en la que no esta todo incluido, ya que al ser un componente opcional,

el que quiera visitarla deberá de abonar su entrada (5.30€ con carnet joven y grupos de más de 20 personas o 7.34€ para menos de 20 personas) o bien podrá cambiarla por la actividad de por la mañana (espeleología, cañones o rafting) y en tal caso no deberá de abonarla. Solo deberá de abonarla aquel que quiera hacer las dos actividades. Requiere notificación previa. Finalmente regresaremos a Oviedo para llegar no más tarde de las 20:00h



DIA: domingo 11 de septiembre.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 8 de septiembre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, ropa de equipamiento, 100 pelotas de pintura, staff y comida tipo picnic.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h para llegar a Ribadesella sobre las 10:50h. En Ribadesella iremos directamente a las instalaciones de la empresa con la que tenemos contratado el paintball que estará preparada para darnos el material, y empezar el juego lo antes posible.

Al finalizar el paintball, haremos una parada en el citado pueblo donde podréis comer el picnic y pasear por sus animadas calles, e incluso bañaros en su playa.

Finalmente, regresaremos sobre las 19:00h para llegar a Oviedo no más tarde de las 20:00h.





Ya es hora de relajar de verdad...

DIA: domingo 18 de septiembre.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 15 de septiembre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, entrada al SPA, staff, clase de "aquagym" (para quien quiera disfrutar de ella) y comida tipo picnic.

IMPORTANTE: Recordad llevar bañador y ropa para cambiarse.

DESCRIPCION: Día tranquilo. Salida de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h para entrar en el SPA sobre las 11:00h. Pasar la mañana relajándose en el balneario y paseando por el hermoso entorno rural que lo acoge. También podréis disfrutar de una clase de aquagym los que queráis.

Regresaremos a Oviedo sobre las 16:00h.



COVADONGA Y LAGOS

DIA: domingo 25 de septiembre.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 22 de septiembre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

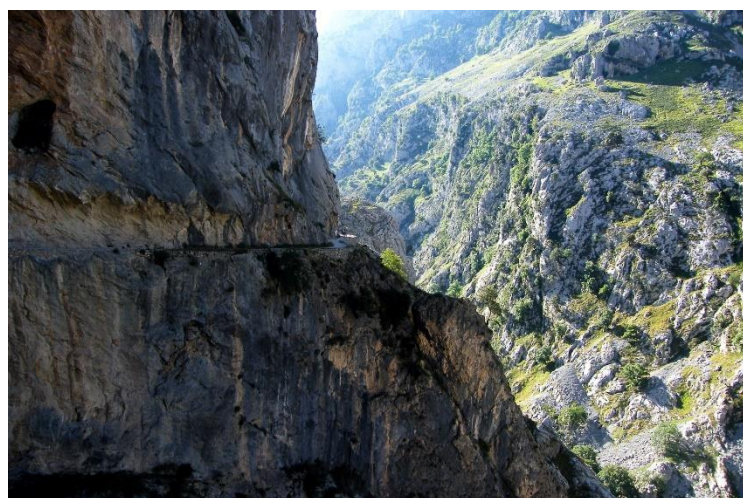
INCLUYE: transporte, comida tipo picnic y reportaje fotográfico.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h para llegar a Covadonga sobre las 10:50h. Visitaremos nuestro queridísimo templo cristiano, el cual además de una extensa y relevante historia religiosa, también es prueba y cuna de la famosa frase "Asturias es España, y lo demás terreno conquistado", pues fue aquí donde las tropas de Pelayo con palos y piedras, vencieron al gobernador Munuza iniciándose en dicho histórico momento, la

Reconquista de España. Gran parte de la comunidad asturiana jamás fue Al-Andalus.

Después de visitar el hermoso santuario, subiremos a los Lagos de Covadonga, conocido por aquellos aficionados al ciclismo pues muchos años es anfitriona de una de las más duras etapas de la vuelta a España.

Finalmente, tras visitar los Lagos regresaremos a Oviedo para llegar no más tarde de las 20.00h.



RUTA DEL CARES

DIA: domingo 2 de octubre.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 29 de septiembre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las **10:00h** de la **Plaza de San Miguel**, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, staff, reportaje fotográfico y comida tipo picnic.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h hacía la localidad asturiana de Poncebos, lugar en el que dará comienzo la ruta que se extiende a lo largo de doce

hermosos kilómetros (4 horas caminando) y finaliza en la localidad leonesa de Caín. Durante toda la ruta podrá disfrutarse de la enorme riqueza que el entorno nos ofrece, esta es sin duda una de las rutas más recomendables de la montaña asturiana.

Al finalizar la ruta, un autobús nos estará esperando para volver a Oviedo y llegar no más tarde de las 20.00h.



DIA: domingo 9 de octubre.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 6 de octubre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, stuff, reportaje fotográfico y comida tipo picnic.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h con destino a Ribadeo, pueblo fronterizo entre Asturias y Galicia.

Visitaremos en primer lugar la impresionante playa de Las Catedrales, y pasaremos por algunas de las rutas que la bordean.

Más tarde, pararemos en Ribadeo y dejaremos tiempo libre para que se visite. En Ribadeo organizaremos una suculenta comida con las delicias más típicas de la zona: patatas, pulpo, pimientos, empanada... Finalmente, regresaremos a Oviedo para llegar no más tarde de las 20.00h.



SPA TALASOPONIENTE Y VISITA GIJON

DIA: domingo 16 de octubre.

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 13 de octubre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, reportaje fotográfico, staff, y comida tipo picnic.

DESCRIPCION: Esta vez nos desplazaremos hasta Gijón para disfrutar de una mañana de relajación en un SPA.

Por la tarde, dejaremos tiempo libre po Gijón para que visiteis los principales enclaves de la ciudad, la playa... Con ayuda de miembros de la Oficina de Turismo os recomendaremos un itinenario.

Finalmente, regresaremos a Oviedo para llegar no más tarde de las 20.00h.



SENDERISMO - PICOS DE EUROPA

DIA: domingo 23 de octubre

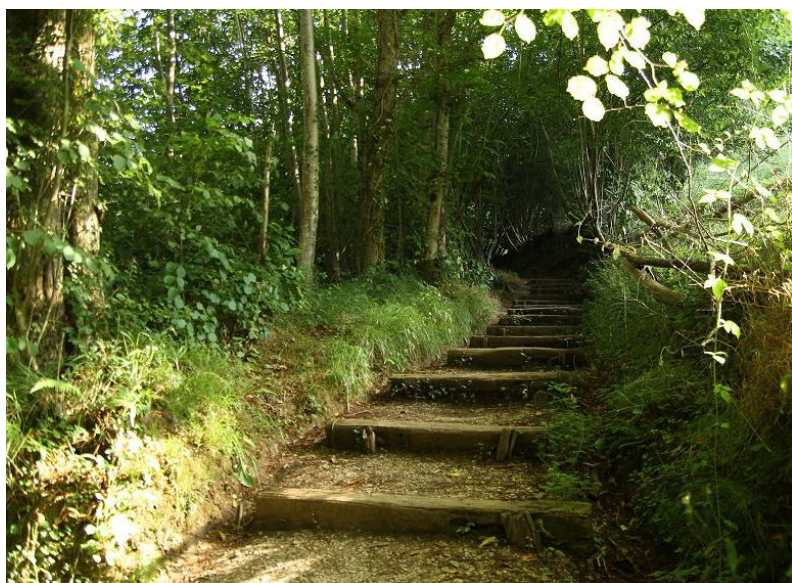
FECHA LIMITE RESERVA: jueves 20 de octubre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, comida tipo picnic y reportaje fotográfico.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00 a uno de los lugares más impresionantes de la cornisa cantábrica, la llamada "Peña del Viento". Situada a 2.000m, supone una ruta poco conocida, fácil y sin duda uno de los que podría ser el punto más deslustrante del norte de España.

Regresaremos a Oviedo para llegar no más tarde de las 20.00h.



RUTA DE LAS XANAS

DIA: domingo 30 de octubre

FECHA LIMITE RESERVA: jueves 27 de octubre. Después de esa fecha contactar.

SALIDA Y REGRESO: salida a las 10:00h de la Plaza de San Miguel, Oviedo, y regreso a Oviedo no más tarde a las 20:00h (hora de llegada a Oviedo).

INCLUYE: transporte, reportaje fotográfico, staff, y comida tipo picnic.

DESCRIPCION: Saldremos de la Plaza de San Miguel, Oviedo, a las 10:00h hacia la localidad de Villanueva de Santo Adriano, de donde parte el camino de 7.5km catalogado como ruta fácil. El primer tramo es un desfiladero similar a la ruta del Cares, ha sido bautizada por muchos como "El Pequeño Cares", y el segundo tramo es boscoso. Finalmente, regresaremos a Oviedo para llegar no más tarde de las 20.00h.

CONTACTA CON NOSOTROS



Contacto

- www.instagram.com/mirexperiencias
- www.facebook.com/mirexperiencias
- www.youtube.com/mirexperiencias
- www.mirexperiencias.com
- info@mirexperiencias.es
- Teléfono: 984038999