# 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Cicloturismo - 04 Jul 2020 09:00



El concejo de **Salas** es un lugar poco explorado y el pueblo de **La Espina** suele ser un pueblo de paso poco conocido. Por ello, hemos decidido pasar un día por sus alrededores.

En esta ruta circular, saldremos de Salas por el primitivo **Camino de Santiago** hasta La Espina. A continuación nos dirigiremos hacia el Norte para recorrer tranquilas y bonitas carreteras y una buena pista para volver de nuevo a La Espina donde comeremos. Tras el descanso nos acercaremos al parque eólico de **Boden** 

aya

para disfrutar de unas impresionantes vistas. Ahora nos toca descender por pistas pasando por pequeños pueblos para llegar nuevamente a Salas.

Si nunca has estado en La Espina, esta es la ruta para sacarte esa espinita.

### Ficha de la ruta.

Ficha de esta ruta en el catálogo de rutas de AcB.

# Transporte.

El transporte se debe de realizar en vehículo particular. Estad atentos/as al foro para compartir coches. Para haceros una idea, de Oviedo a Salas hay unos 45 Km y se tarda 35 minutos aproximadamente.

# Recordatorios, anotaciones y enlaces.

- NUMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES EN ESTA RUTA DE 15 PERSONAS
- Muy recomendable el uso de bicicleta de montaña.
- No apta para ciclistas noveles o principiantes.

#### **NOTA COVID-19**

Asturies ConBici no puede garantizar que ningún participante no contraiga el COVID-19 en sus actividades. En los datos aportados al

Documento de Exención de Responsabilidad de AcB

reconoceremos su naturaleza contagiosa y asumiremos voluntariamente el riesgo al asistir a la presente ruta. Entendemos y aceptamos que esta exención incluye cualquier reclamación sobre la actuación de la persona que encabeza la ruta y sobre la asociación Asturies ConBici.

Al participar en ella manifestamos no tener sintomatología del COVID-19 y que conozco y me comprometo a cumplir la normativa de seguridad establecida por las autoridades sanitarias para evitar contagios.

Por el bien del grupo, hay que respetar y cumplir la normativa sobre seguridad e higiene para prevenir contagios y es responsabilidad de cada participante conocer la normativa y respetarla, asumiendo la responsabilidad de no hacerlo.

Gracias por vuestra compresión, colaboración y ...buena ruta.

La inscripción en estas rutas cicloturistas y/o actividades englobadas en nuestro calendario supone la **a** ceptación de todas las condiciones

que se indican para poder realizada y el conocimiento y aceptación de las "

Description de las descriptions de las descriptions de la misma riabra que rimar, del "

procede). Estos documentos están disponibles y publicados en nuestra web oficial a través de dichos enlaces.

A la hora de apuntarnos, **indicaremos**: nombre y apellidos (requeridos para el seguro), si soy socio o no, y si vamos a coger el

## Foro ACB - Asturies ConBici

Generado el: 28 November, 2025, 16:56

transporte indicado y dónde (por temas de organización).
<u>Leer Más</u>
2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Cicloturismo - 04 Jul 2020 12:09
Sácate la espina y retoma las salidas cicloturistas de Asturies ConBici con esta nueva y prometedora ruta de nuestro calendario.
Os recordamos que para esta ruta hay un <u>límite de participantes de 15 personas</u> y que hasta el jueves tienen <u>preferencia las personas socias</u> para apuntarse.
Queremos contar contigo!!
Re: 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Papero - 04 Jul 2020 15:52
Me apunto,Pablo Pedraz,desde Gijón, me entra una bici de rueda 26 o a lo sumo 27 y medio o bien quitando la rueda.
Re: 2020/07/11: Sácate La Espina  Publicado por fon - 04 Jul 2020 16:27
Hola
Me apunto a la ruta Karina
Gracias por la propuesta
Nos vemos el sábado
Re: 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Karina - 04 Jul 2020 21:21
Hola,

### Foro ACB - Asturies ConBici

Generado el: 28 November, 2025, 16:56

Hemos reconocido la ruta y haremos algunos cambios en el track, pero sigue siendo una ruta exigente.
Espero que hayáis entrenado en el confinamiento 🔎
2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por chefri - 06 Jul 2020 16:51
Hola me apunto Juan Carlos matas no socio
2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Lezo - 06 Jul 2020 18:49
Buenas tardes, me apunto a ruta, Jose Peña, socio.
2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por JS - 07 Jul 2020 12:49
Me apunto tambien!!! Juan Serna Sanchez , No socio
Re: 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Felipe - 07 Jul 2020 21:38
Buenas me apunto Felipe Yáñez socio saludos hasta el sábado
2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por caleero - 08 Jul 2020 12:04
Hola me apunto
Macrino Martínez
socio

2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por AnaRG - 08 Jul 2020 20:51

..........

# Foro ACB - Asturies ConBici Generado el: 28 November, 2025, 16:56 Hola, me apunto. Ana Rodríguez Garrido. Socia. Nos vemos el sábado. Re: 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Karina - 08 Jul 2020 22:19 Hola de nuevo, Unas recomendaciones: Por favor, llevar la bici revisada sobre todo cambios y frenos, ya que hay subidas y bajadas muy exigentes. Sobre todo los frenos porque concretamente hay una bajada de unos 2 kms a un 20% en la que te puedes quedar sin frenos fácilmente. Lo ideal es que las pastillas sean nuevas. Hemos intentado quitarla del track, pero el resto de caminos están cerrados por la maleza o son caminos privados. \_\_\_\_\_\_ 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Edu - 10 Jul 2020 09:20 Hola Karina. Nos apuntamos Ángeles, socia y E.G., no socio. Besinos. 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Astural - 10 Jul 2020 17:29 Hola, ¿sobre qué hora está prevista la vuelta a casa desde Salas? Saludos \_\_\_\_\_\_ Re: 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Karina - 10 Jul 2020 19:35 Astural escribió: Hola, ¿sobre qué hora está prevista la vuelta a casa desde Salas? Saludos

No sé decirte, pero supongo que entre las 5 o 6 de la tarde

Foro ACB - Asturies ConBici Generado el: 28 November, 2025, 16:56 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por angels - 11 Jul 2020 15:18 Una buena ruta para empezar el calendario 2020. Enhorabuena a la guía que no dejó que se nos atragantase la espina a ninguno. Nunca estuve tan cerca de los eólicos, gracias. \_\_\_\_\_\_ Re: 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por fon - 11 Jul 2020 17:50 Gracias por la ruta

Re: 2020/07/11: Sácate La Espina Publicado por Karina - 12 Jul 2020 09:13

Nos lo hemos pasado bien.

Un grupito pequeño, fuerte y majo.

Gracias por la compañía.