

# Las razones de Lena...

La Vuelta a España ha tenido siempre mucha presencia en nuestro Concejo desde que pasara por primera vez en el año 1945 y hasta el año 2008, la Vuelta pasó nada menos que en 27 ocasiones. Siendo en 6 ocasiones final de etapa, 2 en Pajares, 3 en Valgrande-Pajares y 1 en La Cobertoria y en una ocasión fue inicio de etapa, en 1965, entre el Puerto de Pajares y Palencia.

Pero de todos son recordados los míticos pasos por El Cordal (antes de L'Angliru) o los espectaculares pasos por La Cobertoria (camino del Naranco, L'Angliru, Pajares, etc). Puertos estos con unas pendientes medias de 8,5 % muy por encima de lo habitual en la Vuelta o incluso el Tour.

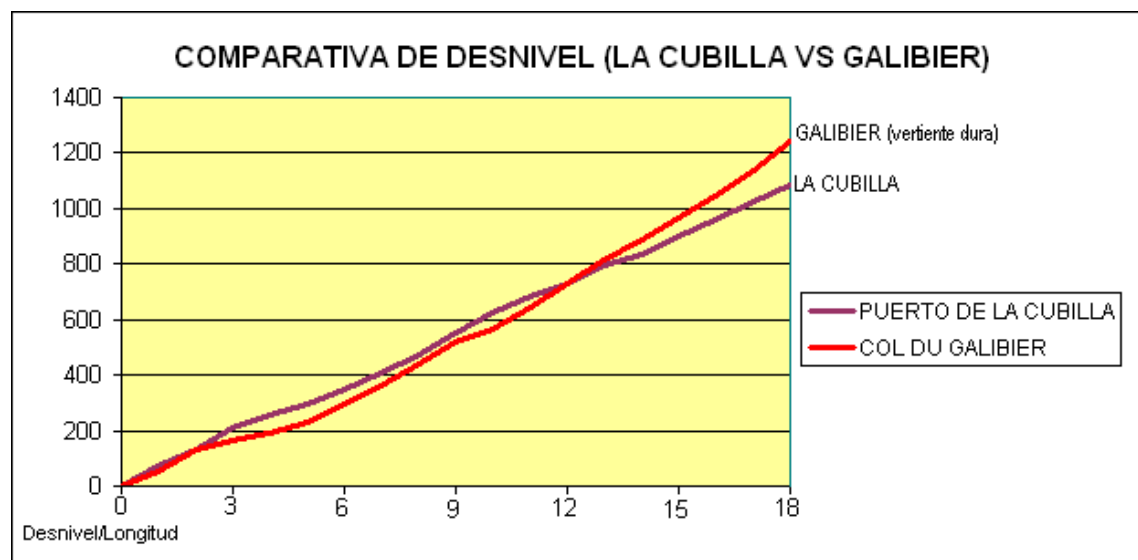
Pajares, El Cordal, La Cobertoria... Y ahora le toca el turno a La Cubilla. El Galibier asturiano. 18 kms al 6,1 % o 20 kms al 5,8, según como se mire, pero números muy similares al puerto alpino, por su lado duro.



¿Novedades? ¿pendientes medias altas? ¿puertos largos? ¿AUDENCIA?. Nadie ve las etapas del Tour por un puerto determinado, sino por el compute de una gran etapa con varios puertos de primera seguidos y juntos. Y esta es la razón principal por la Lena es el lugar que UNIPUBLIC ha de escoger para dotar a la Vuelta de la “ansuada” gran etapa que año tras año se espera y que solo cuando pasó por nuestros puertos hacia L'Angliru, se consiguió.

La Cubilla con pasos previos por nuestros otros puertos (recordar las 4 caras de La Cobertoria) son la razón de este dossier, repleto de posibilidades, perfiles, puertos, comparaciones y promesas para una Vuelta 2010 diferente.

Más razones...Más puertos...Más etapas en las siguientes líneas.



# La Vuelta en Lena



Desde los años cincuenta del siglo pasado tenemos constancia de que se llevan celebrando pruebas ciclistas en nuestro concejo. Debemos destacar la gran presencia de público a pie de carretera que ha habido y sigue habiendo en todas las pruebas que se celebran en esta zona, sean de la categoría que sean.



Aquí hay muchos aficionados entendidos de ciclismo, pero muchas de las personas que se acercan a ver las carreras lo hacen atraídos por el espectáculo y es ahí donde da su fruto el trabajo de organizadores, patrocinadores y corredores, pues está claro que el fin con el trabajamos todos es dar a conocer nuestra publicidad al mayor número de personas posible.



## 2010 año del ciclismo en Lena

El Club Ciclista Puerta de Asturias tiene previsto organizar carreras de todas las categorías destacando la prueba más importante que se disputa en nuestra comarca; la Vuelta a la Montaña Central de Asturias, para corredores élite y sub 23. De esta forma se mantiene durante todo el año el ambiente ciclista que existe en esta zona.



Gracias a que tenemos muy buenas relaciones con todos los clubs, sociedades, peñas ciclistas y aficionados en general promoveremos las etapas de la Vuelta a España que se desarrollen en nuestro concejo a través de instituciones, medios de comunicación y todas las formas posibles. Originaremos acciones como las que vemos en otros países, adornando los jardines, los balcones con banderas, los escaparates de las tiendas (incluso se pueden hacer concursos).



Ya que la gran novedad para la próxima vuelta será el cambio de color en el maillot de líder, intentaremos que el público que se acerque a los puertos, vista prendas rojas, camisetas, gorras etc. y repartiremos globos de color rojo para que los niños los agiten al paso de los corredores.

# 2010 la Vuelta en Lena

La Vuelta Ciclista a la Montaña Central de Asturias viene celebrándose desde hace doce años y desde entonces cuenta con una etapa con salida y meta en Pola de Lena, además de los pasos que se hacen por el concejo durante todas las etapas.



Este año también se celebraron los campeonatos de España de juveniles y veteranos, un total de nueve carreras, simultaneando las salidas y metas entre los concejos de Mieres y Lena.



De aquí salió una etapa de la Vuelta a los Valles Mineros en 1997 por desgracia ese fue el último año que se celebró.

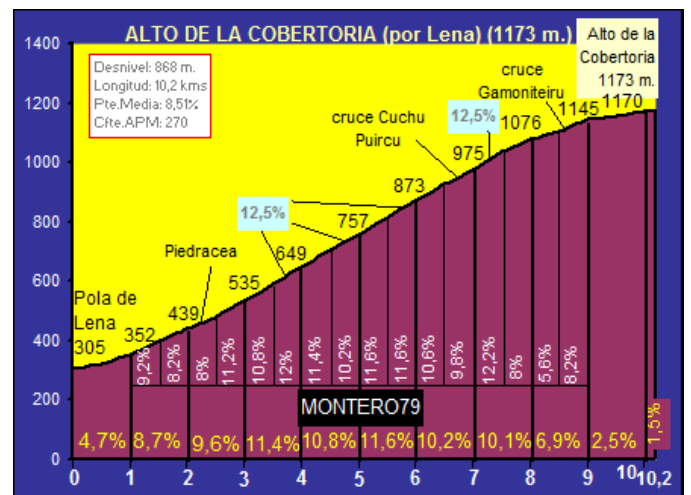
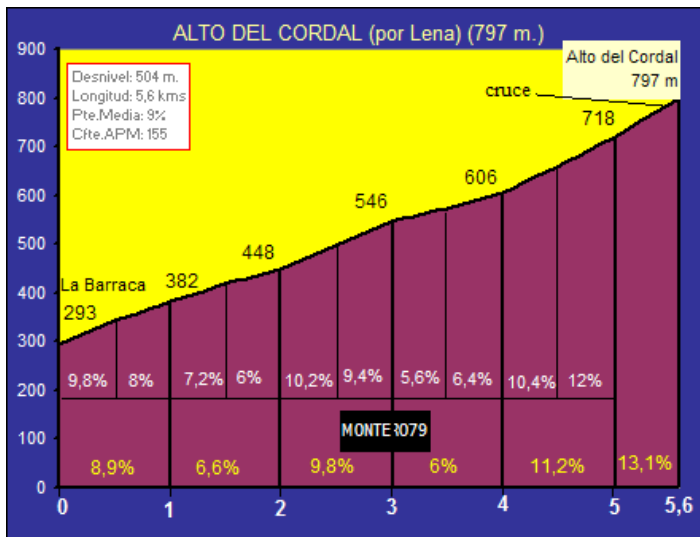
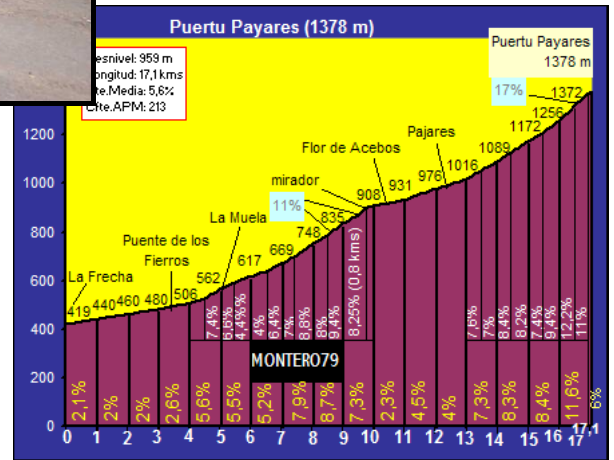
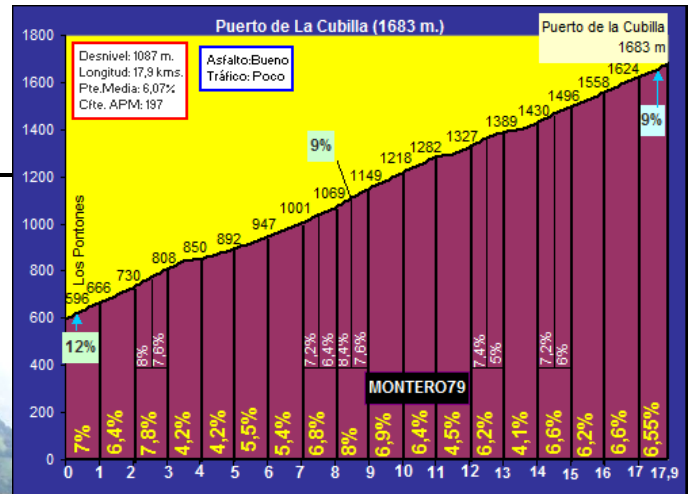
En 1998 Pola de Lena acogió el campeonato de Asturias de elite y sub. 23 en el que resultó vencedor Santi Pérez.

En el año 2000 tuvimos una prueba de la copa de España de féminas, con las mejores corredoras de todo el país.

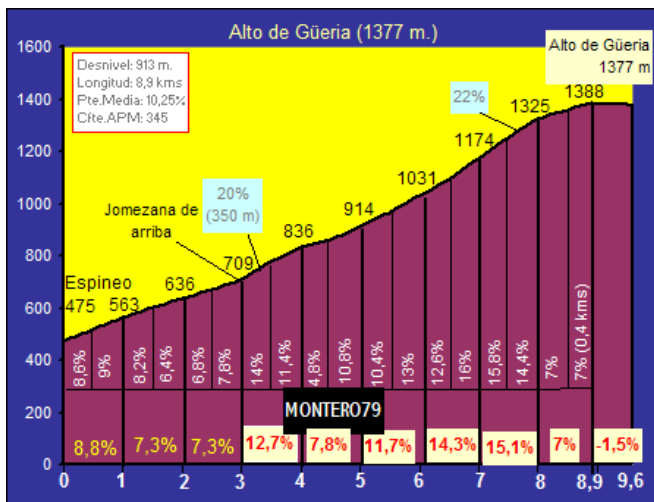
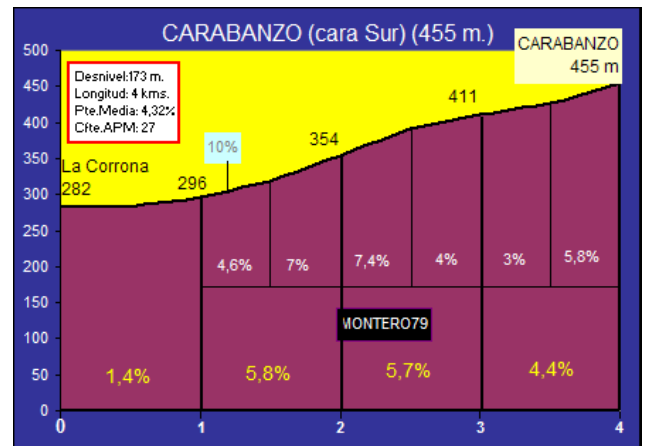
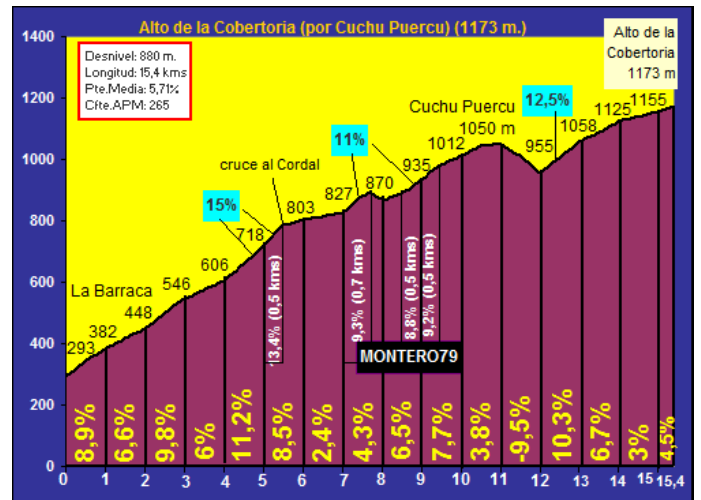
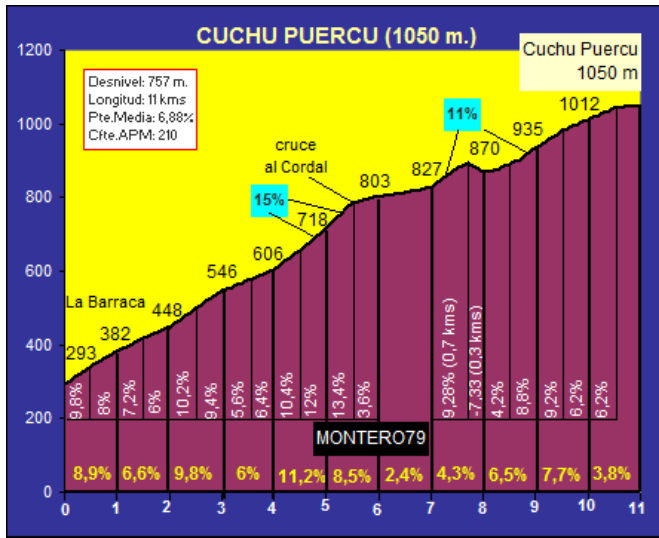
# Puertos en el concejo de Lena



Foto: Roberto Menéndez

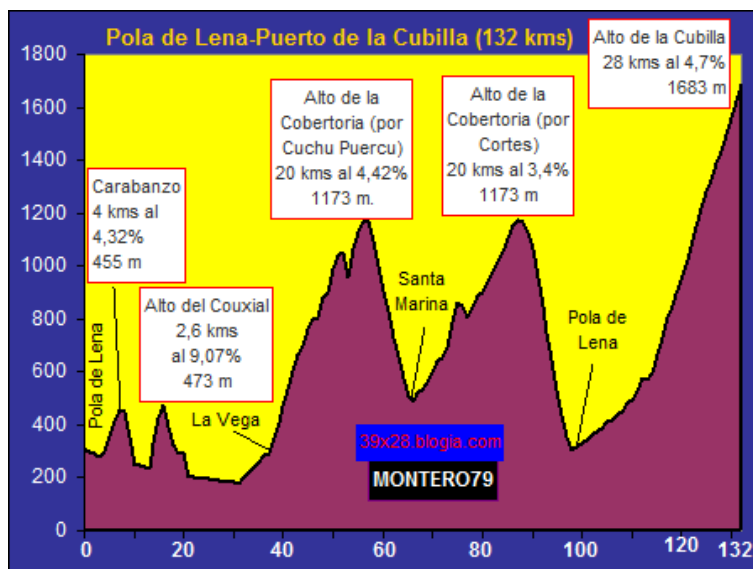


# Puertos en el concejo de Lena



# POSIBLES ETAPAS

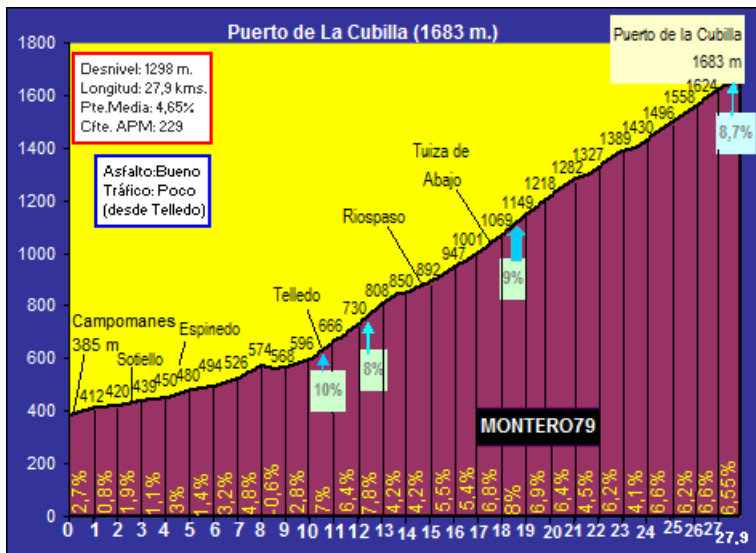
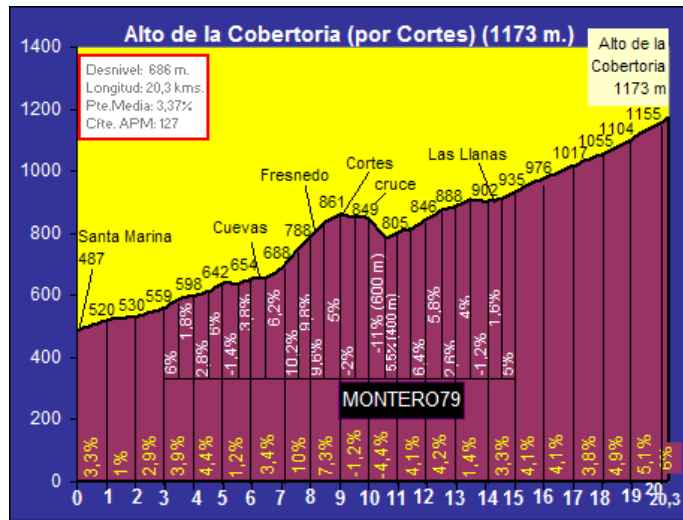
## **ETAPA 1: Pola de Lena-Puerto de la Cubilla (3300 metros de desnivel acumulado)**



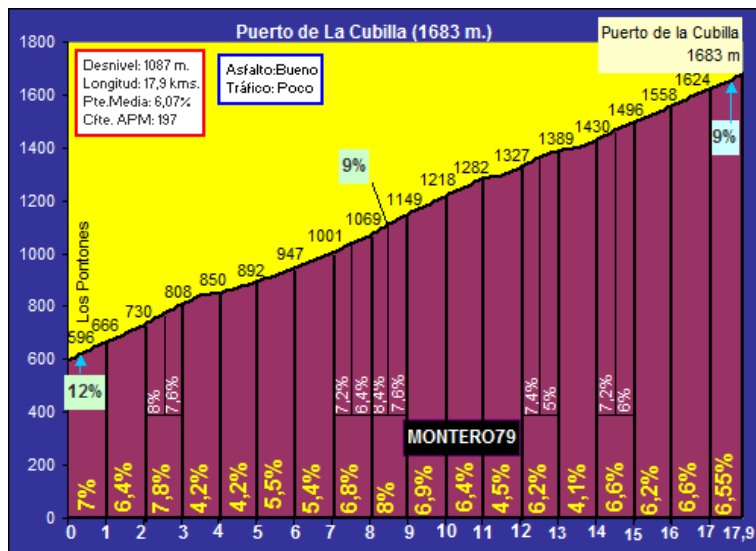
Se trata de diseñar una etapa de puertos largos, lo cual contrasta con el tópico de que en Asturias las ascensiones suelen ser cortas y muy explosivas, esto es, de fuertes rampas. El recorrido tiene su inicio en Pola de Lena para dirigirse a la localidad de Carabanzo tras una subida de 4 kilómetros a una pendiente media inferior al 5%. Tras bajar a Santa Cruz de Mieres nos dirigimos a Santullano para iniciar a otro pequeño alto aún no transitado por ninguna ronda profesional o de aficionados: el alto del Coaxial, el cual tiene poco más de 2,5 kilómetros a una media superior al 9%. El descenso nos deja en Mieres donde tomaremos la carretera N-630 para dirigirnos a Riosa. Quince kilómetros, cinco de ellos en ligero ascenso que nos situarán al pie del Cordal, el conocido puerto que antecede al Angliru, pero esta vez por la vertiente que se desciende. Llegados al alto y tras poco menos de 100 metros nos desviamos hacia el Cuchu Puercu (o Collado Puercu) donde tenemos otros 5,5 kilómetros de ascensión con rampas que alcanzan el 11 y el 12%. Un kilómetro de descenso tras coronar este alto nos sitúa en la vertiente lenense del alto de la Cobertoria cuando aún quedan algo más de 3 kilómetros. Coronada la Cobertoria a 1173 metros ya hemos acumulado más de 20 kilómetros de ascenso intermitente (los 5 anteriores a Riosa, los 8 del Cordal, los 5,5 del Cuchu Puercu y los 3,4 que restan de la Cobertoria).

Descendemos el alto de la Cobertoria por la vertiente de Llanuces hacia Santa Marina donde, posteriormente, tomamos dirección Cortes y Lindes. Se inicia, entonces, otra de las ascensiones desconocidas: la del alto de la Cobertoria por Cortes. Son algo más de 20 kilómetros salpicados de duras rampas que alcanzan el 10% y de pequeños descensos que inciden en que la pendiente media se quede en torno al 3,5% (muy engañoso). Culminada la subida descendemos hacia Pola de Lena para afrontar el último puerto de la jornada, el puerto de la Cubilla. Se trata de una subida con dos partes muy bien diferenciadas: la primera, de Campomanes a Los Pontones, de 10 kilómetros, la cual, si bien es de ascenso, es más bien tendida, con pendientes que rara vez se acercan al 5-6%. La segunda parte se correspondería con el puerto propiamente dicho y consta de 17,9 kilómetros a una pendiente media del 6,07% y rampas que alcanzan el 12%.

**PUERTOS**



La última parte del alto de la Cubilla (17,9 kilómetros) es la que se muestra abajo:



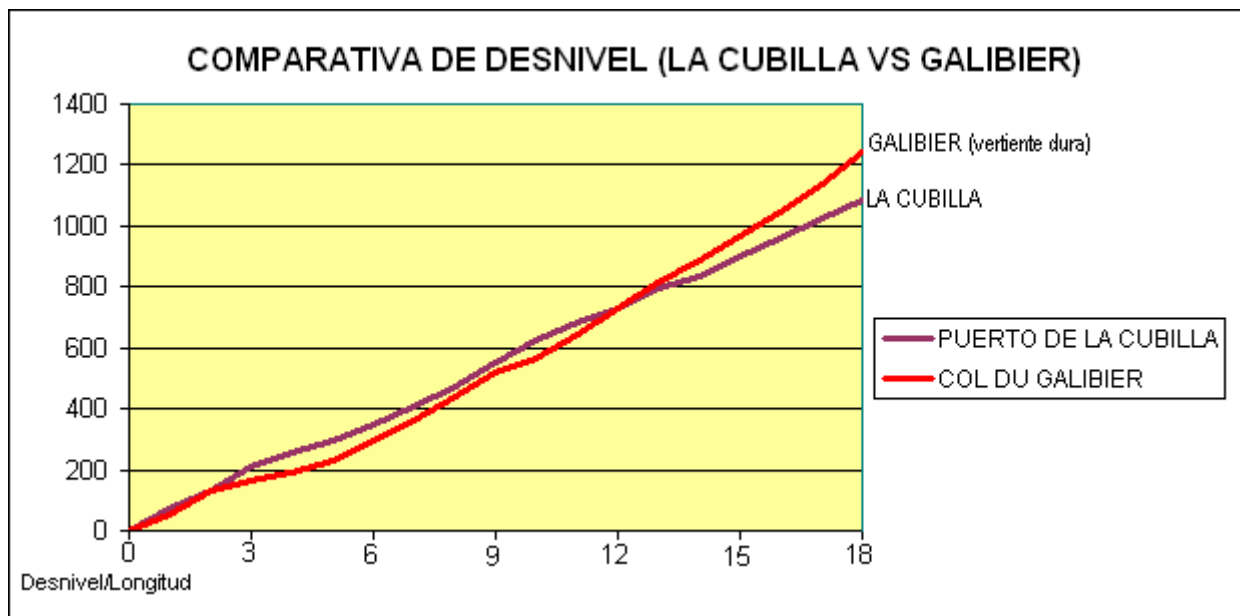


**TABLA COMPARATIVA**

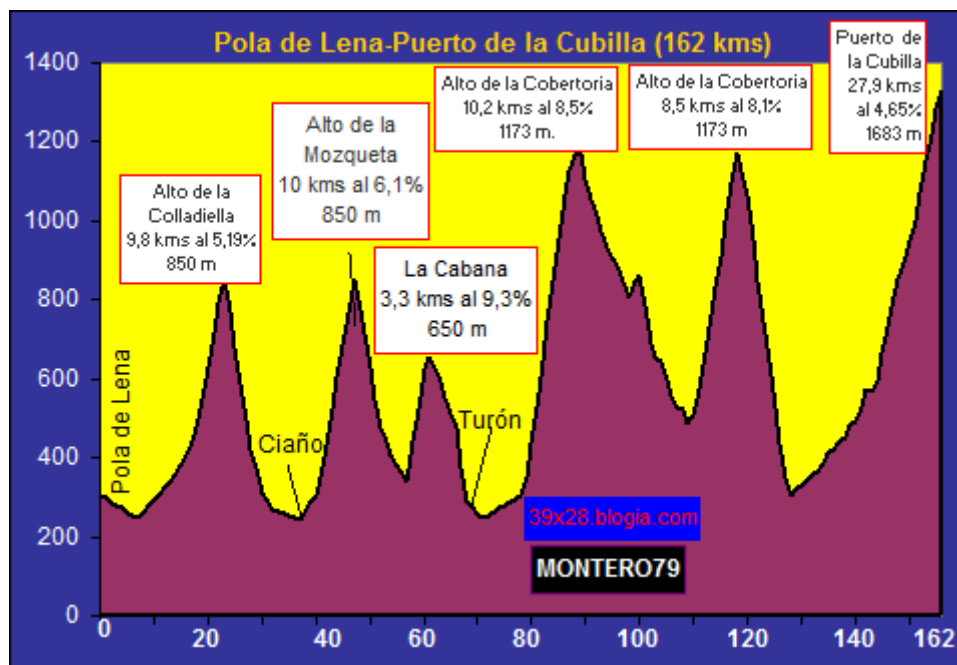
	<b>PUERTO DE LA CUBILLA</b>	<b>GALIBIER</b>	<b>LA COVATILLA</b>	<b>SOULOR</b>
DESNIVEL	1087 m.	1246 m.	1112 m.	1024 m.
LONGITUD	17,9 kms	18,2 kms.	19,7 kms	20 kms.
PENDIENTE MEDIA	6,07%	6,84%	5,64%	5,12%
ALTITUD	1683 m.	2645 m.	1962 m.	1474 m.
PENDIENTE MÁXIMA	12%	12%	14%	17%
COEFICIENTE APM	197	287	250	215

**GRÁFICO COMPARATIVO DE DESNIVEL LA CUBILLA-GALIBIER**

A continuación podemos ver un gráfico comparativo del desnivel acumulado entre el puerto de La Cubilla y el **Col du Galibier por su vertiente más dura**, la de Valloire.

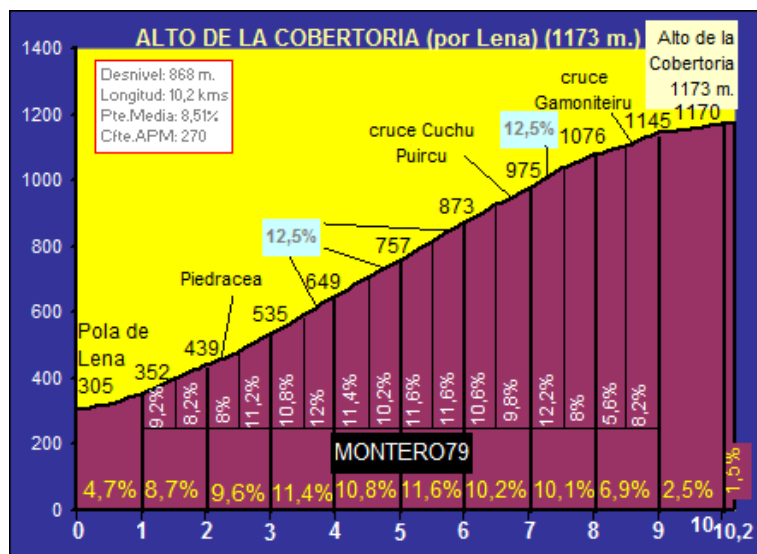
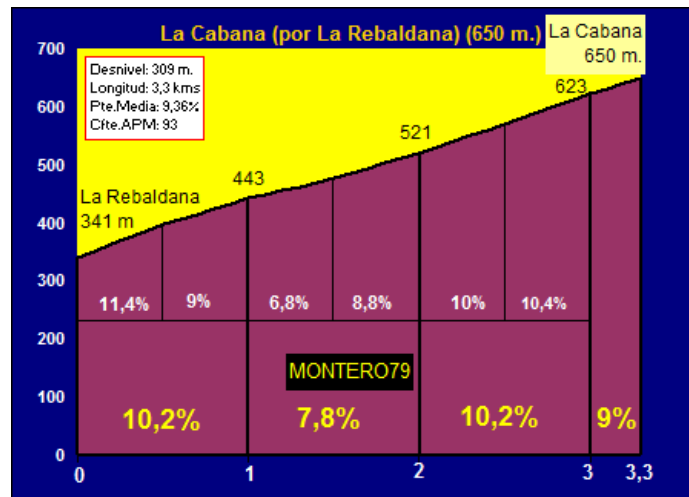
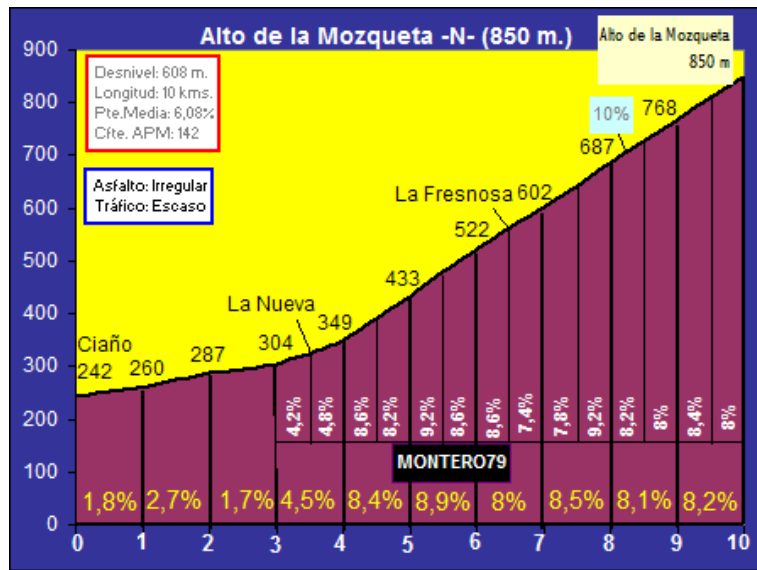


## ETAPA 2: Pola de Lena-Puerto de la Cubilla (4300 metros de desnivel acumulado)



Es esta una de las etapas más duras que se pueden realizar en Asturias y en una zona relativamente pequeña, como son las Cuencas Mineras, por donde transcurre íntegramente. La gran cantidad de pasos de montaña cercanos hace que diseñar una etapa de estas características sea relativamente fácil. El recorrido se inicia en Pola de Lena en dirección norte hacia la localidad de Figaredo. A partir de aquí la carretera toma sentido ascendente, en principio, de forma suave hasta La Rebaldana, donde parten los 10 kilómetros de ascenso hasta la Colladiella. La primera parte, al igual que el tramo anterior, no tiene grandes desniveles, pero todo cambia cuando llegamos a la localidad de Entrerríos, donde las rampas se sitúan ya en el 7-8%, y así hasta la cima. Coronado el puerto descendemos hacia Sotrondio por la vertiente tradicionalmente utilizada como de ascenso. 5-6 kilómetros de repechos nos sitúan en Ciaño donde comenzamos el segundo puerto de la jornada: el alto de La Mozqueta, situado geográficamente al lado de la Colladiella. Al igual que el puerto anterior, las primeras rampas son suaves, al 3-4%, hasta llegar a La Nueva, en que las pendientes crecen bruscamente hasta el 8-9% (y algo más). La ascensión es espectacular, muy dura, tal vez más que la Colladiella por su vertiente de Sotrondio. Un rápido descenso nos sitúa de nuevo en el valle de Turón, en la misma carretera que hemos ascendido anteriormente. Pero en la localidad de La Rebaldana, a los pies del Pozu Santa Bárbara nos encontramos con el tercer puerto de la jornada, la ascensión a La Cabana, que se corresponde con la primera parte de la subida al Picu Polio. Es este el típico puerto asturiano, corto y de pendientes duras (el desnivel medio es superior al 9%). El descenso no es muy pronunciado en principio hasta que tomamos la carretera de Los Valles, que nos sitúa, otra vez, en Turón, para dirigirnos, a continuación, a Pola de Lena y afrontar el puerto más duro de la jornada: el alto de la Cobertoria. Subida durísima ya desde el principio, no hay un solo descanso hasta llegar al kilómetro 9 (justo en el desvío hacia el Gamoniteiru). Las rampas lo dicen todo puesto que en los 8 kilómetros centrales la pendiente media es del 10% y con zonas a más del 12%. El descenso se hace por la vertiente de Cortes, de más de 20 kilómetros y salpicada por algún tramo de subida. Llegados a Santa Marina se afronta el penúltimo puerto, el de la Cobertoria por Llanuces y Murias, el cual fue utilizado en 2006 como final de etapa, son 8,5 kilómetros a más de un 8%. Posteriormente, bajada hacia Pola de Lena, de nuevo para dirigirse hacia Campomanes y ascender el puerto de la Cubilla, de 17,9 kilómetros a más de un 6% de pendiente media. Todo un coloso.

# PUERTOS

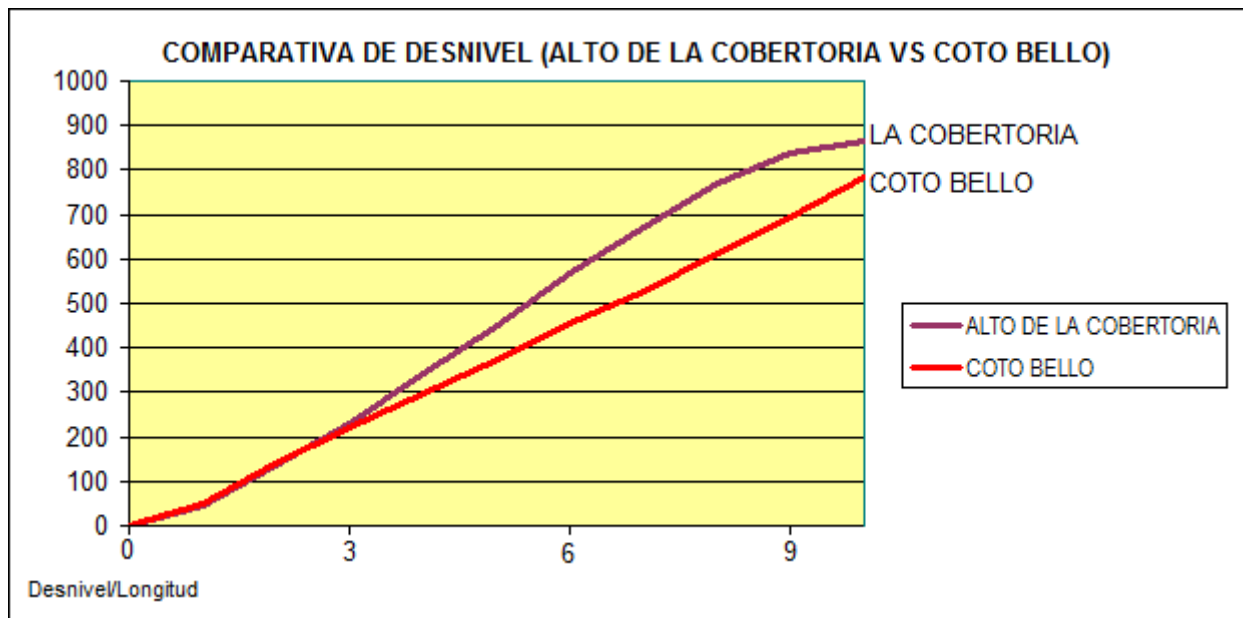


**TABLA COMPARATIVA**

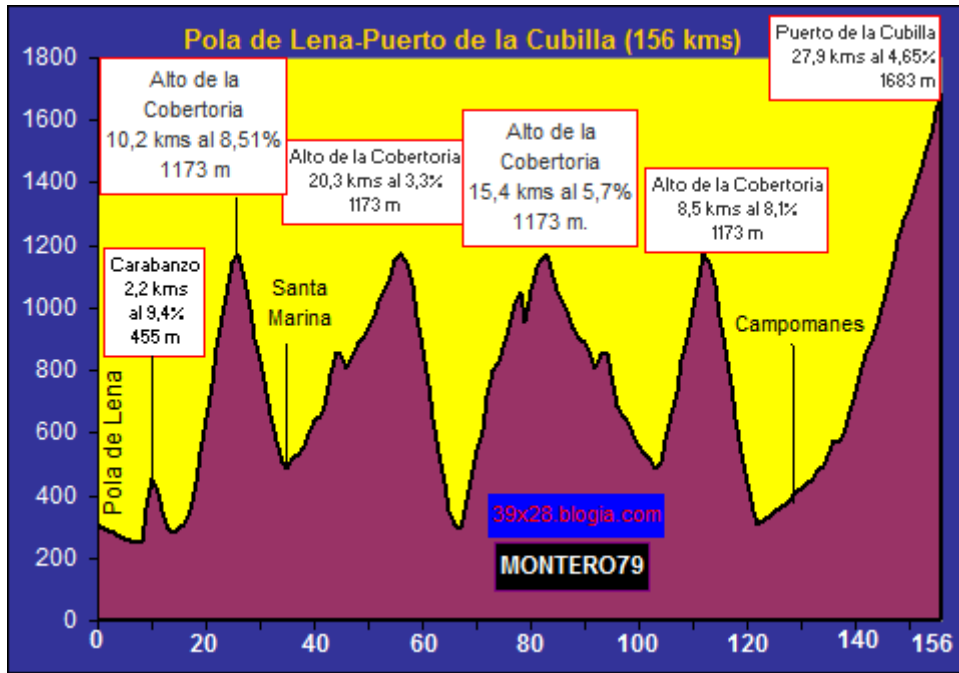
	<b>ALTO DE LA COBERTORIA (POR POLA DE LENA)</b>	<b>COTO BELLO</b>	<b>VESUBIO</b>	<b>JOUX PLANE</b>
DESNIVEL	868 m.	831 m.	1035 m.	989 m.
LONGITUD	10,2 kms	10,5 kms	12,3 kms	11,1 kms
PENDIENTE MEDIA	8,51%	7,91%	8,41%	8,9%
ALTITUD	1173 m.	1198 m.	1055 m.	1691 m.
PENDIENTE MÁXIMA	12,5%	12%	11%	12%
COEFICIENTE APM	270	203	275	-

**GRÁFICO COMPARATIVO DE DESNIVEL LA COBERTORIA-COTO BELLO**

A continuación presentamos un gráfico comparativo del desnivel acumulado entre el **alto de la Cobertoria por la vertiente de Pola de Lena** y el alto de Coto Bello.

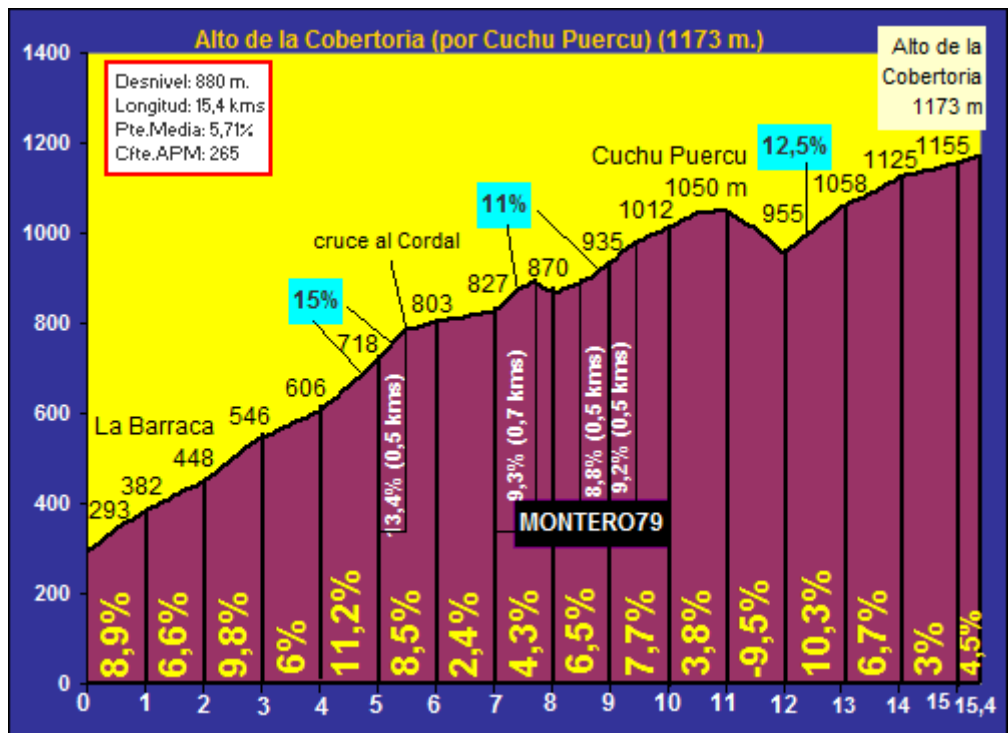
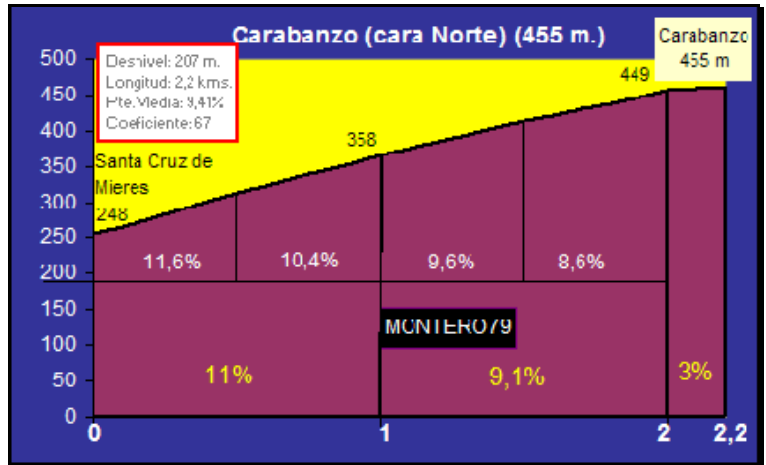


**ETAPA 3: Pola de Lena-Puerto de la Cubilla (4700 metros de desnivel acumulado)**



KM	LUGAR
0	Pola de Lena
10	Carabanzo
16	Pola de Lena
26	Alto de la Cobertoria
35	Santa Marina
56	Alto de la Cobertoria
67	La Barraca
78	Cuchu Puercu
83	Alto de la Cobertoria
103	Santa Marina
112	Alto de la Cobertoria
122	Pola de Lena
128	Campomanes
138	Los Pontones
156	Puerto de la Cubilla

**PUERTOS**

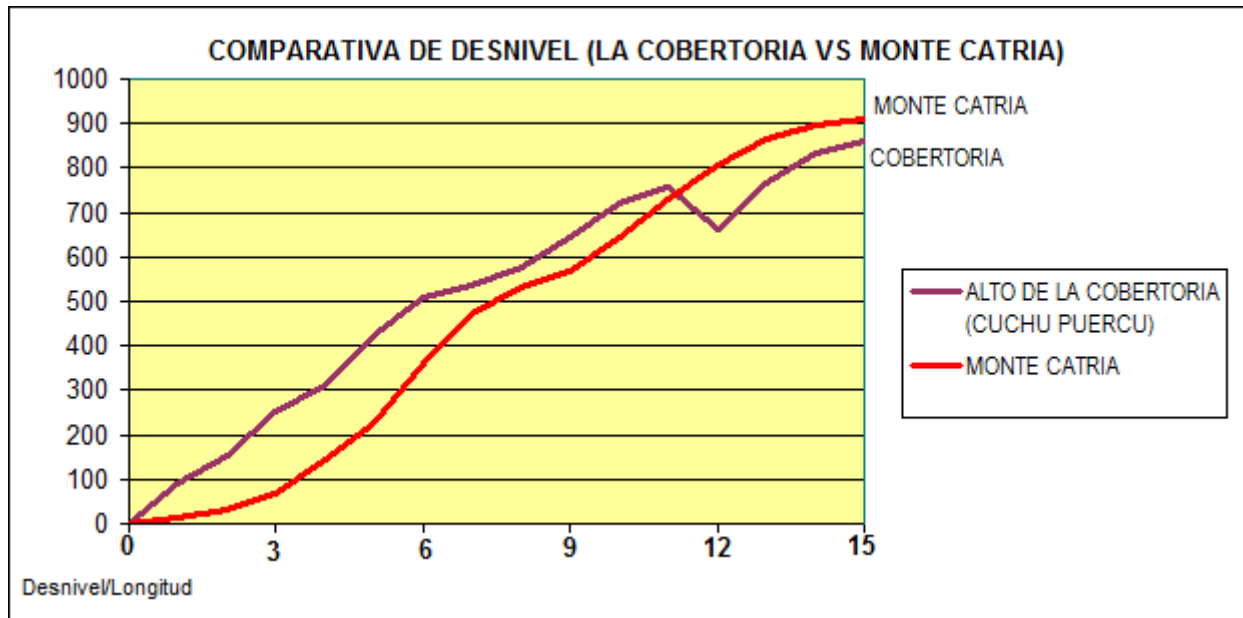


**TABLA COMPARATIVA**

	<b>ALTO DE LA COBERTORIA (POR CUCHU PUERCU)</b>	<b>ALTO DE LA CRUZ DE LA DEMANDA</b>	<b>MONTE CATRIA</b>	<b>BOÍ-TAÜLL</b>
DESNIVEL	880 m.	912 m.	911 m.	780 m.
LONGITUD	15,4 kms	17 kms	15,7 kms	14,2 kms
PENDIENTE MEDIA	5,71%	5,6%	5,8%	5,49%
ALTITUD	1173 m.	1900 m.	1368 m.	2031 m.
PENDIENTE MÁXIMA	15%	14%	15%	12%
COEFICIENTE APM	265	224	240	142

**GRÁFICO COMPARATIVO DE DESNIVEL LA COBERTORIA (POR CUCHU PUERCU)-MONTE CATRIA**

A continuación presentamos un gráfico comparativo del desnivel acumulado entre las ascensiones al alto de la Cobertoria (por Cuchu Puercu) y el Monte Catria (ésta correspondiente a los 15 primeros kilómetros, los más duros).



Este proyecto ha sido realizado por:

Marcelino Fernández Montero, Rolando Díaz Ordóñez y Roberto Menéndez Mateos

# Fotos del puerto de La Cubilla





# Fotos del puerto de La Cubilla



## Fotos del puerto de La Cubilla



## Fotos del puerto de La Cubilla

