

Caminando por la vida con sus Caminantes, sigue haciendo camino al andar un año más, ampliando horizontes y con una diversa oferta, que promueve la caminata como hábito saludable y proponiendo el caminar como solución indispensable para vivir. Para ello, desde la Fundación de Servicios Sociales y el Patronato Deportivo Municipal proponen 39 rutas para el 2025-2026, dirigido a los diferentes niveles físicos, en horarios de mañana y tarde. En cada ruta se ofertarán 51 plazas que estarán supervisadas por 3 monitores.

¡MUCHOS PASOS A COMPARTIR Y VIVIR!

32 rutas de mañana
6 rutas de tarde
1 ruta especial

INSCRIPCIONES
Este programa es gratuito para las personas participantes. La inscripción se podrá efectuar en cualquier Oficina de Atención a la Ciudadanía, Cajeros Ciudadanos o en internet, desde la semana anterior a la fecha de la ruta (imprescindible Tarjeta Ciudadana). Aquellas personas que se inscriban en más de siete rutas y no acudan al menos a tres de las mismas, no se les permitirá inscribirse a la ruta especial a Villaviciosa.

RECOMENDACIONES

- Llevar calzado deportivo cómodo y ropa que facilite la transpiración y que se adecúe a la época en que se ejecute la marcha. En una mochila pequeña (no bolsa de mano) lleva las cosas que necesites: chubasquero, bebida.....
- Come siempre unas 2 horas antes de la actividad. Bebe para mantener la hidratación antes , durante y después de la marcha.
- Inicia la caminata a ritmo lento, progresando según las fuerzas lo permitan. Es importante realizar un pequeño calentamiento que prepare los músculos y las articulaciones para la caminata y, al finalizar la misma, hacer unos estiramientos que permitan evitar lesiones.
- Si tienes problemas de salud, consúltalo en tu centro médico antes de apuntarte a estas marchas o caminar por tu cuenta.

Caleyando pela vida coles y colos sos Caminantes, sigue facendo camín al andar un año máis, ampliando horizontes y con una ufierta bayurosa, que promueve la caminata como vezu saludable y proponiendo l'andar como solución indispensable pa vivir. Pa ello, dende la Fundación de Servicios Sociales y el Patronatu Deportivo Municipal proponen 39 rutes pal 2025-2026, empobinaes a los distintos niveles físicos, n'horarios de mañana y tarde. En cada ruta van ufiertase 51 places que van tar supervisaes por 3 monitores.

¡MUNCHOS PASOS PA COMPARTIR Y VIVIR!

32 rutes de mañana
6 rutes de tarde
1 ruta especial

INSCRIPCIONES
Esti programa ye gratuitu pa les persones participantes. La inscripción va poder facese en cualesquier Oficina d'Atención a la Ciudadanía, Caxeros Ciudadanos o n'Internet, dende la selmana anterior a la fecha de la ruta (imprescindible Tarxeta Ciudadana). A les persones que s'inscriban en mas de siete rutes y nun acudan a lo menos a tres d'elles, nun va permitíse-yos apuntase pa la ruta especial a Villaviciosa.

ENCAMIENTOS

- Has llevar calzáu deportivu cómodo y ropa que facilite la trespíración y que s'afaye a la época en que se faiga la marcha. Nuna mochilina pequena (non bolsa de mano) has llevar les coses que necesites: chubasqueru, bébora...
- Has comer siempre unes 2 hores primero de l'actividá. Bebi pa mantener la hidratación enantes, mientres y depués de la marcha.
- Has entamar la caminata seliquino, progresando conforme te vayan permitindo les tos fuerces. Ye importante facer un calentamientu pequeñu que prepare los músculos y les articulaciones pa la ruta y, al acabala, facer unos estiramientos que permitan evitar lesiones.
- Si tienes problemes de salú, has consultalo nel to centru médicu enantes d'apuntate a estes marches o de caminar a los tos deleres.

MAPA

Concejo de Gijón
Consejo de Xixón

DEPÓSITO LEGAL AS 02257-2025

RUTA DE TARDE ☀️

RUTA AUTOBÚS 🚌

SEPTIEMBRE 2025

- CIMADEVILLA
- LLOREDA
- CASTIELLO
- UNIVERSIDAD LABORAL
- EL RINCONÍN

OCTUBRE 2025

- CABUEÑES
- SENDA VERDE
- LA COROLLA
- JOVE
- LA PEDRERA

NOVIEMBRE 2025

- SENDA LITORAL
- BERNUECES
- LA CAMOCHA

DICIEMBRE 2025

- GRANDA
- MAREO

ENERO 2026

- PORTUARIOS
- FUENTE ISABEL II
- VALLE DEL MONTE DEVA

FEBRERO 2026

- PORCEYO
- SENDA FLUVIAL
- ALTO DE LA MADERA

MARZO 2026

- SOMIÓ
- FUENTE CENTENARIO
- SAN MARTÍN DE HUERCES
- SENDA PEÑAFRANCIA
- SOMIÓ
- VERIÑA

ABRIL 2026

- FUENTES DE XOVE
- LLANTONES
- PERLORA
- TREMAÑES

MAYO 2026

- CALDONES
- CAPILLA LA PROVIDENCIA
- LA CORÍA
- LOS MAIZALES
- SAN ANDRÉS DE LOS TACONES

JUNIO 2026

- FARO CAMPA TORRES
- LA PROVIDENCIA
- ESPECIAL VILLAVICIOSA
- NUEVO ROCES

Caleyando pela Vida

2025/2026



SEPTIEMBRE 2025	01 Jueves 11 CIMADEVILLA	10,3 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. Acuario (Playa Poniente) Final: 13:00 h. Plaza Mayor	Acuario, Puerto Deportivo, Cimadevilla, Plaza Mayor, Paseo San Lorenzo, Puente del Piles.
	02 Miércoles 17 LLOREDA	10 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. Iglesia Nuevo Gijón (C/Torrecerredo, 26) Final: 13:00 h. Nuevo Gijón	Iglesia Nuevo Gijón, El Mortero, Senda Verde, Tremañes, Lloreda, Nuevo Gijón.
	03 Martes 23 CASTIELLO	8,6 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. El Molinón puerta nº6 Final: 13:00 h. Parque Isabel La Católica	Senda Peñafrancia, Bernueces, Quinta San Eutiquio, Viesques, El Molinón.
	04 Jueves 25 UNIVERSIDAD LABORAL	8,4 Km ●●●● Baja	Inicio: 16:30 h. Universidad Laboral (Puerta principal) Final: 18:30 h. Universidad Laboral	Universidad Laboral, Somió, Intra, Campus Universitario, Universidad Laboral.
	05 Martes 30 EL RINCONÍN	10,3 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. El Rinconín Parque Isabel La Católica (Entrada Avda. Castilla, frente c/Manso) Final: 13:00 h. Parque Isabel La Católica.	Parque Isabel La Católica, Paseo Marítimo hasta Madre del Emigrante, Club de Tenis, Somió, Parque Isabel La Católica.

OCTUBRE 2025	06 Miércoles 8 CABUEÑES	10,3 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. El Molinón puerta nº 6 Final: 13:00 h. El Molinón	El Molinón, Senda Peñafrancia, Cabueñes, Somió, El Molinón.
	07 Jueves 16 SENDA VERDE	9,8 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. Avda. Concha Espina, esquina Carretera Oviedo (En frente Supermercado DIA). Final: 13:00 h. Montevil	Santa Bárbara, Senda Verde, Llantones, Granda, Nuevo Rocés, Montevil.
	08 Martes 21 LA COROLLA	9,8 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. El Molinón puerta nº 6 Final: 13:00 h. El Molinón	El Molinón, Parque El Rinconín, Carbayera Laviada, La Corolla, Huertos Somió, Palacio Deportes.
	09 Jueves 23 JOVE	8,2 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 16:30 h. Casa del Mar (Avda. Príncipe de Asturias, 74) Final: 18:30 h. Casa del Mar	Casa del Mar, Jove, Alto Campa Torres, Veriña, Cementerio Jove, Casa del Mar.
	10 Miércoles 29 LA PEDRERA	10,3 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Parque Montevil (Plaza Donantes, C/Antonio Machado) Final: 13:00 h. Montevil	Montevil, Nuevo Rocés, La Pedrera, Llantones, Granda, N. Rocés, Montevil.

NOVIEMBRE 2025	11 Jueves 6 SENDA LITORAL	10,1 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Puente del Piles (Avda.Jose García Bernardo, Tostaderu) Final: 13:00 h. Puente del Piles	Puente del Piles, Senda Litoral, Parque de la Providencia, El Infanzón, Somió, El Molinón.
	12 Martes 11 BERNUECES	10,1 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Pista Atletismo de las Mestas (C/Jesús Revuelta Diego) Final: 13:00 h. Viesques	Las Mestas, Viñao, Bernueces, Deva, Bernueces, Viñao, Viesques.
	13 Miércoles 19 LA CAMOCHA	10,6 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Molín de La Coría (Carretera de La Coría, cruce senda Fluvial) Final: 13:00 h. Viesques	Rotonda Viesques, Senda Fluvial La Camocha, Senda Fluvial, Viesques.

DICIEMBRE 2025	14 Jueves 4 GRANDA	10,2 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. Cuartel G. Civil (Ronda Exterior, 53) Final: 13:00 h. Cuartel G.Civil	Cuartel Guardia Civil, Granda, Senda río Llantones, Senda Fluvial, Granda, Contrueces.
	15 Miércoles 10 MAREO	9,8 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Campo fútbol “Covadonga” del Tsk Rocés (C/Sor Juana Inés de La Cruz, 5) Final: 13:00 h. Rocés	Campo fútbol Rocés, Iglesia Rocés, Senda Verde, Mareo, Rocés.

ENERO 2026	16 Martes 13 PORTUARIOS	8,9 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Casa del Mar (Avda. Príncipe de Asturias, 74) Final: 13:00 h. Casa del Mar	Casa del Mar, cementerio de Veriña, Campa Torres, Portuarios, Muselín, Portuarios, Xove, Casa del Mar.
	17 Miércoles 21 FUENTE ISABEL II	9,4 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. El Molinón puerta nº6 Final: 13:00 h. El Molinón	El Molinón, Somió (Camino Bérbola), Cabueñes (Cimadevilla, Lloreda), Fuente Isabel II, Univ. Laboral, La Guía, El Molinón.
	18 Jueves 29 VALLE DEL MONTE DEVA	9,1 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. El Molinón puerta nº 6 Final: 13:00 h. El Molinón	Monte Deva, Rioseco, Baldornón, La Collada.

FEBRERO 2026	19 Martes 3 PORCEYO	11 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Iglesia Nuevo Gijón (C/Torrecerredo, 26) Final: 13:00 h. Nuevo Gijón	Iglesia Nuevo Gijón, Santa Bárbara, recorrido Porceyo, Santa Bárbara, Nuevo Gijón.
	20 Miércoles 11 SENDA FLUVIAL	9,1 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. Rotonda Viesques (entre C/Corín Tellado y C/Gloria Fuertes) Final: 13:00 h. Viesques	Rotonda Viesques, Senda Fluvial, Área Humedal, Aliseda Pantanosa, Viesques.
	21 Jueves 19 ALTO DE LA MADERA	9,8 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. Cuartel G. Civil (Ronda Exterior, 53) Final: 13:00 h. Contrueces	Alto de la Madera, Ruedes, La Pedrera, Mareo, Nuevo Rocés, Montevil, Plaza de los Donantes.

MARZO 2026	22 Martes 3 SOMIÓ FUENTE CENTENARIO	9,1 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. Puente del Piles (Avda. José García Bernardo, Tostaderu) Final: 13:00 h. Pueblo de Asturias	Puente del Piles, Somió, Fuente Centenario, Pueblu de Asturias.
	23 Jueves 12 SAN MARTÍN DE HUERCES	9,6 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. A.V.V. Nuevo Rocés (C/Cesar Maese Alonso s/n) Final: 13:00 h. Nuevo Rocés	Alto San Martín, San Martín de Huerces, Huertos Leorio, Nuevo Rocés.
	24 Martes 17 SENDA PEÑAFRANCIA	10,9 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Rotonda Piles, La Guía (Entre Ctra. Villaviciosa y Avda. Justo del Castillo) Final: 13:00 h. Rotonda Piles, La Guía	Senda Peñafrancia hasta Deva, Cabueñes, Villamanín, La Guía.
	25 Jueves 19 SOMIÓ	7,3 Km ●●●● Baja	Inicio: 16:30 h. El Molinón puerta nº6 Final: 18:30 h. El Molinón	Huertos de Somió, Carbayera Laviada, La Corolla, Villamanín, La Pecuaria, Huertos de Somió.
	26 Miércoles 25 VERIÑA	9,2 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. C. Municipal de empresas (Avda.Argentina, 132) Final: 13:00 h. Cristasa	Cristasa, Veriña, Jove, Cristasa.

ABRIL 2026	27 Jueves 9 FUENTES DE XOVE	9 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. C. Municipal de empresas (Avda.Argentina, 132) Final: 13:00 h. Matajove	Cristasa, Cementerio de Xove, Fuente del Cañu, Fuente el Pingón, Fuente la Parra, Fuente la Piqueta, Iglesia de Fátima.
	28 Martes 14 LLANTONES	9,4 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. A.V.V. Nuevo Rocés (C/Cesar Maese Alonso s/n) Final: 13:00 h. Nuevo Rocés	Nuevo Rocés, La Pedrera, Llantones, Granda, Nuevo Rocés.
	29 Miércoles 22 PERLORA	10 Km ●●●● Media Alta	Inicio: 10:00 h. Casa del Mar (Avda. Príncipe de Asturias, 74) Final: 13:00 h. Casa del Mar	Casa del Mar, Hospital Jove, Campa Torres, Térmica Aboño, Playa Xivares, Perlora.
	30 Jueves 30 TREMAÑES	7,8 Km ●●●● Baja	Inicio: 16:30 h. Iglesia N. Gijón (C/Torrecerredo, 26) Final: 18:30 h. Nuevo Gijón	Nuevo Gijón, Fuente Diosa fortuna, Senda Verde, Tremañes, El Piquerón, Nuevo Gijón.

MAYO 2026	31 Miércoles 6 CALDONES	10,1 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Cuartel G.Civil (Ronda Exterior, 53) Final: 13:00 h. Cuartel G.civil	Caldones, Vega, Senda Fluvial, Nuevo Rocés, Contrueces.
	32 Jueves 14 CAPILLA LA PROVIDENCIA	9,6 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Puente del Piles (Avda. José García Bernardo, Tostaderu) Final: 13:00 h. El Molinón	Puente del Piles, Somió, Capilla Providencia, Somió, El Molinón.
	33 Martes 19 LA CORÍA	8,7 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. Piscina El Llano (Avda. del Llano, 69) Final: 13:00 h. Piscina de El Llano	Parque Pericones, La Coría, Castiello, La Coría, Parque Pericones, Piscina de El Llano.
	34 Jueves 21 LOS MAIZALES	8,4 Km ●●●● Baja	Inicio: 16:30 h. El Molinón puerta nº6 Final: 18:30 h. El Molinón	Senda Peñafrancia, Campus Universitario, Los Maizales, Senda Peñafrancia, El Molinón.
	35 Miércoles 27 SAN ANDRÉS DE LOS TACONES	8,9 Km ●●●● Baja	Inicio: 10:00 h. C. Municipal de empresas (Avda.Argentina, 132) Final: 13:00 h. Cristasa	Senda Serín, Serín, Embalse San Andrés, San Andrés de los Tacones, Serín.

JUNIO 2026	36 Martes 2 FARO CAMPA TORRES	10 Km ●●●● Media	Inicio: 10:00 h. Casa del Mar (Avda. Príncipe de Asturias, 74) Final: 13:00 h. Casa del Mar	Casa del Mar, Jove, Muselín, Campa Torres, Faro, Veriña, Jove, Casa del Mar.
	37 Jueves 4 LA PROVIDENCIA	7,3 Km ●●●● Media	Inicio: 16:30 h. Puente del Piles (Avda. José García Bernardo, Tostaderu) Final: 18:30 h. Puente del Piles	Puente del Piles, Playa Rinconín, Senda hasta Cabo San Lorenzo, regreso camino Arces y Tejón.
	38 Miércoles 10 ESPECIAL VILLAVICIOSA	11,9 Km ●●●● Media Alta	Inicio: 10:00 h. El Molinón puerta nº6 Final: 17:00 h. El Molinón	Alto Campa, Puelles (Monasterio Sta. María Valdediós), Villaviciosa.
	39 Martes 16 NUEVO ROCÉS	10,3 Km ●●●● Baja Media	Inicio: 10:00 h. Cuartel G. Civil (Ronda Exterior, 53) Final: 13:00 h. Cuartel	Nuevo Rocés, Granda, Nuevo Rocés, Cuartel.