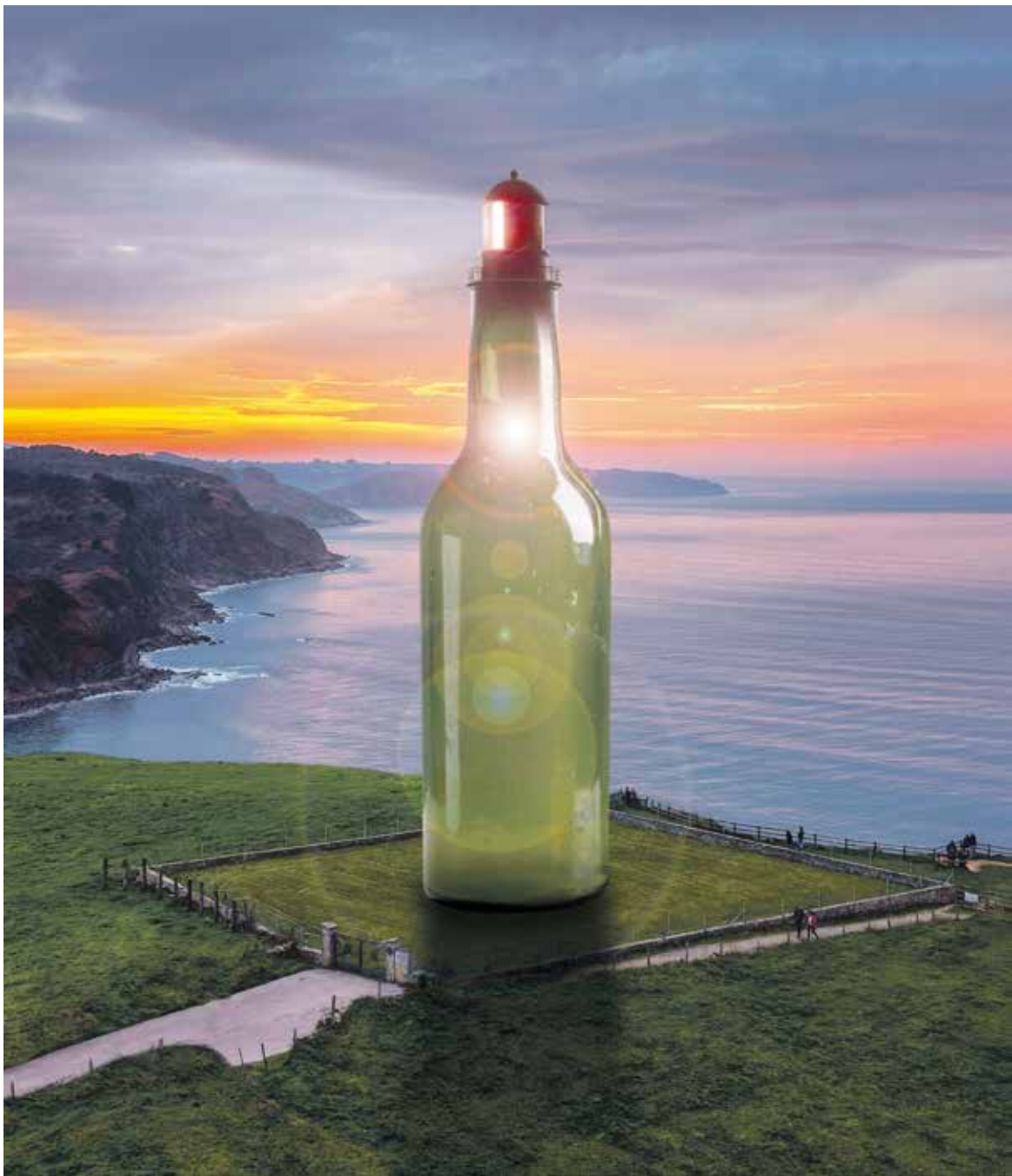


# TIERRA

*ASTURIAS, FOOD AND TRAVEL INSANITY*



qué ver · qué comer · what to see · what to eat

NOS GUSTA  
SER LA BANCA  
que siempre quisimos ser

oficina  
**53**

*“No importa si un fondo  
está en campaña.  
Aquí, lo que importa,  
son las necesidades  
del cliente”.*

**Elena García.**

Hay muchas formas de definir **PROFESIONALIDAD**.  
Nosotros, preferimos hacerlo con ejemplos.



#### CONTENIDOS Y SUGERENCIAS

asturias@revistatierra.com  
Tel. 619 982 298

SÍGUENOS ONLINE  
revistatierra.com

#### STAFF

##### DIRECCIÓN:

Juan Bedía Álvarez

##### DIRECCIÓN DE ARTE:

Sonia García Lozano

##### DEPARTAMENTO COMERCIAL:

Gimpei Asturias - asturias@revistatierra.com

##### TEXTOS:

Elsa González, Alba Familiar, María Salas,  
Carolina de Pablo

##### TRADUCCIÓN:

Alicia Carrero Ruiz

##### FOTOGRAFÍA:

Fotos de JP. López San Juan y Toni Delong  
Fotos de archivo

Fotos cedidas por: Turismo Asturias: págs. 6, 9,  
13, 14, 23, 24, 26, 67, 71, 73, 76, 78. Ecomuseo  
Minero Valle de Samuño: pág. 25. Ayto. de Oviedo:  
págs. 29, 30, 32, 35, 36, 39 y 60. Ayto. de Gijón:  
págs. 41, 44 y 62. Ayto. de Llanera: págs. 52 y 59.  
Ayto. de Valdés: págs. 55 y 63. Ayto. de Tapia de  
Casariego: pág. 58. Codis: página 64.

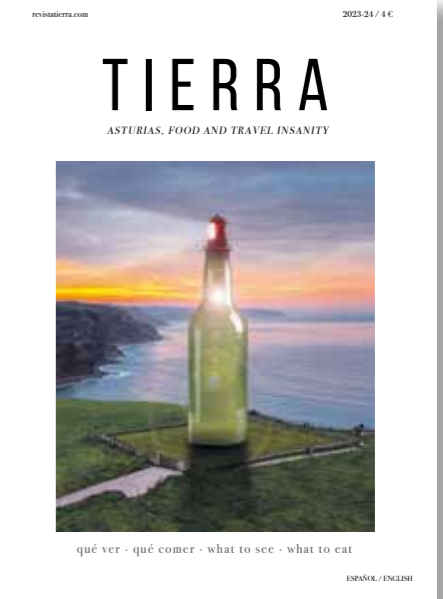
##### RRSS TIERRA ASTURIAS:

Eva Cuetos Álvarez

##### ADMINISTRACIÓN:

Carolina Bárcena

La selección de contenidos y restaurantes ha sido  
realizada exclusivamente por la dirección editorial.



Esta revista está disponible en  
habitaciones de hoteles de 4 y 5 estrellas y  
establecimientos seleccionados.

Si desea adquirir un ejemplar solicítelo en  
recepción.

ÚNETE A LA RED DE  
FRANQUICIAS

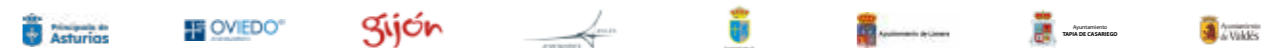
TIERRA  
franquicias@revistatierra.com



#### GLOSARIO DE ICONOS · ICONS GLOSSARY

Restaurante / Restaurant · Tapas / Tapas · Terraza / Terrace · Copas / Drinks · Celiacos / Celiacs

#### COLABORADORES



TIERRA es una publicación anual. La Dirección de la Revista no  
se responsabiliza de las opiniones aquí publicadas de terceros.

Edita:  
Grupo Go Ediciones S.L.  
16.000 ejemplares auditados por la

DIRECCIÓN GENERAL: José Ramón de Pablo

© TIERRA. Todos los derechos reservados. Todo el material de  
esta publicación no debe ser reproducido, editado o transmiti-  
do total o parcialmente por cualquier otro medio en cualquier  
otro soporte sin la previa autorización de Grupo Go Ediciones  
S.L.

TIERRA se reserva el derecho de aceptar o rechazar cualquier  
artículo o material y de editar éste previo a la publicación



# Asturias, un paraíso por explorar

*Asturias, a paradise waiting to  
be explored*

Respirar el salitre del Cantábrico desde su costa abrupta, perderse entre senderos de una escarpada cordillera y cerrar los ojos para que en tu cabeza solo exista la paz de sus verdes valles. Asturias es paraíso por tierra, mar y aire. Un lugar al que acudir con los cinco sentidos bien dispuestos, donde deleitarse con el paisaje y saborear su gastronomía con identidad propia. Región para descubrir horizontes más allá de sus playas, también dignas del edén, y ejercitar cuerpo y mente en sus senderos y sus frondosos bosques donde conviven flora y fauna sin parangón.

El Principado también es inicio y cruce de caminos, rutas con historia, y patrimonio forjado con trabajo. Una tierra honesta, auténtica, vital y respetuosa con el pasado y el presente. Un lugar servicial, valiente, acogedor, moderno y cosmopolita para descubrir en todas sus vertientes.

*Smell the salpetre of the Cantabrian Sea from its rugged coast, get lost in the trails of a steep mountain range, and close your eyes so that only the peace of its green valleys exists in your mind. Asturias is a paradise on land, sea, and air. It is a place to visit with all five senses alert, where you can delight in the landscape and savor its unique gastronomy. It is a region to discover horizons beyond its beaches, which are also worthy of paradise, and to exercise your body and mind on its trails and lush forests where unparalleled flora and fauna coexist.*

*The Principality is also a starting point and a crossroads, with historical routes and a heritage forged through hard work. It is an honest, authentic, vibrant, and respectful land that values both the past and the present. It is a helpful, courageous, welcoming, modern, and cosmopolitan place to explore in all its aspects.*



Fotografía: Vista de los Lagos de Covadonga







# Los Caminos de Santiago

## The Caminos of Santiago

### PRIMITIVO, LA COSTA Y SALVADOR

#### PRIMITIVE, COASTAL, AND SAN SALVADOR WAY

#### Camino Primitivo

No solo destino, Asturias también es inicio. Cuenta la leyenda que el rey Alfonso II de Asturias, conocido como El Casto, es considerado el primer peregrino a Santiago. Realidad o ficción, lo cierto es que la tradición narra cómo el rey decidió emprender camino hacia Galicia después de que descubrieran la tumba del apóstol para comprobar si era cierto. Ahora, tras los pasos que comenzaron en Oviedo, discurre el Camino Primitivo, uno de los más atractivos para realizar al completo.

Un total de nueve tramos componen los 323 kilómetros del sendero que lleva desde la catedral de Oviedo hasta Santiago de Compostela a través del paisaje rural y montañoso. La ruta discurre en sentido único hasta la cuarta etapa. Una vez allí, los caminantes podrán continuar hasta Pola de Allande, tal y como marca el itinerario oficial, o tomar la llamada variante de Hospitales, el que se cree que fue el original, pero sus pendientes muy pronunciadas de extrema dureza y su discursar por tierras completamente despobladas hicieron que, con los años, los peregrinos optaran por el desvío.

El itinerario, que sigue fielmente los pasos de Alfonso II, ha sobrevivido manteniendo las esencias de las peregrinaciones primigenias. Por ello, cada vez son más quienes lo eligen para encaminarse, al estilo de los romeros medievales, hacia la lejana Compostela, y hacen de este una opción que permite poder descubrirse en la experiencia completa del Camino en tan solo dos semanas.

#### Primitive Way

*Asturias is not only a destination but also a starting point. Legend has it that King Alfonso II of Asturias, known as "The Chaste," is considered the first pilgrim to Santiago. Whether fact or fiction, tradition tells how the king decided to embark on a journey to Galicia after the discovery of the apostle's tomb to verify its authenticity. Now, following the footsteps that began in Oviedo, the Primitive Way unfolds, one of the most attractive routes to complete.*

*A total of nine stages make up the 323-kilometer trail that leads from the Cathedral of Oviedo to Santiago de Compostela through rural and mountainous landscapes. The route follows a one-way path until the fourth stage. Once there, walkers can continue to Pola de Allande as indicated by the official itinerary or take the so-called variant Los Hospitales, believed to be the original route. However, its extremely steep slopes and passage through completely uninhabited lands led pilgrims over the years to opt for the detour.*

*The itinerary faithfully follows the footsteps of Alfonso II, preserving the essence of the original pilgrimages. That is why an increasing number of people choose it to embark, in the style of medieval pilgrims, on the distant journey to Compostela, making it an option that allows them to experience the complete Way in just two weeks.*



Fotografía: Detalle de una calabaza atada al bordón del peregrino en un punto del Camino de Santiago / Autor: Juanjo Arrojo



## Camino de la Costa

El Camino de la Costa es otra prueba de que, más allá del Camino Francés, existen senderos inigualables para el peregrinaje. Mucho antes de que se consolidara este último, la ruta jacobea más conocida y transitada era el Camino del Norte. También llamado de la Costa, con un recorrido de 284 kilómetros en trece etapas asturianas, atraviesa el noroeste peninsular siguiendo la línea que dibuja el mar junto a sus playas y acantilados.

La senda deja atrás puentes medievales, playas, ciudades y antiguos hospitales de peregrinos. Entre el mar y la montaña, quien opte por esta ruta seguirá los pasos de los peregrinos que durante el siglo XII llegaban al paso de Irún y de los que desembarcaban en los puertos de Bermeo o Bilbao.

## Camino del Salvador

El Camino del Salvador resulta crucial a la hora de abordar la relación de Asturias con las rutas jacobeanas. La historia se remonta al año 1075, cuando el rey Alfonso VI abrió el Arca Santa y salieron a la luz las reliquias que durante varios siglos habían reposado en su interior, entre las que se encontraban el cariz simbólico del Santo Sudario. Un hallazgo que hizo que Oviedo no solo reforzara su título de punto de salida hacia Santiago, sino que se convirtió en un lugar de peregrinaje, a través de este Camino que nace en León.

La importancia del trayecto hizo popular una estrofa del medievo: "Quien va a Santiago y no va al Salvador visita al criado y olvida al Señor". Versos que todavía recitan muchos de los que llegan a Asturias siguiendo las huellas que conducen al sepulcro del apóstol.

Sea cual sea la elección del trazado, el Camino es historia, espiritualidad y paisaje garantizados en Asturias.

## Coastal Way

*The Coastal Way is another proof that, beyond the French Way, there are unparalleled paths for pilgrimage. Long before the latter became established, the most well-known and traveled Jacobean route was the Northern Way, also known as the Coastal Way. Spanning 284 kilometers in thirteen stages across Asturias, it traverses the northwest of the Iberian Peninsula, following the line drawn by the sea along its beaches and cliffs.*

*The path passes medieval bridges, beaches, cities, and ancient pilgrim hospitals. Between the sea and the mountains, those who choose this route will follow in the footsteps of pilgrims who, during the 12th century, arrived at the Irún Pass or disembarked at the ports of Bermeo or Bilbao.*

## Way of San Salvador

*The Way of San Salvador is crucial in understanding Asturias' connection to the Jacobean routes. Its history dates back to 1075 when King Alfonso VI opened the Holy Ark, revealing the relics that had rested inside for several centuries, including the symbolic face of the Shroud of Oviedo. This discovery not only reinforced Oviedo's status as a starting point to Santiago but also made it a place of pilgrimage through this route that begins in León.*

*The significance of this journey popularized a medieval stanza: "He who goes to Santiago but not to San Salvador (the Cathedral in Oviedo) visits the servant and forgets the Lord." These verses are still recited by many who arrive in Asturias, following the footsteps that lead to the apostle's tomb.*

*Regardless of the chosen route, the Camino de Santiago represents a blend of history, spirituality, and breathtaking landscapes guaranteed in Asturias.*



Fotografías: Peregrino frente al mar en el Camino de la Costa. Autor: Noé Baranda / Dos peregrinos en los acantilados de Caravia. Autor: Benedicto Santos.  
[turismoasturias.es/camino-de-santiago](http://turismoasturias.es/camino-de-santiago)







# Un paraíso natural

## A Natural Paradise

OBLIGATORIO RESPETO A LA NATURALEZA #ECOTURISMOASTURIAS

RESPECT FOR NATURE IS MANDATORY #ECOTOURISMASTURIAS

No es de extrañar que Asturias presuma de entorno. Bosques frondosos, acantilados que quitan el aliento, montañas escarpadas y playas de extrema belleza. El pequeño tamaño del Principado no le impide aglutinar un ecosistema único, que guarda siete reservas de la Biosfera declaradas por la UNESCO, además de un parque nacional (Picos de Europa), cinco parques naturales (Fuentel del Narcea, Degaña e Ibias, Las Ubiñas-La Mesa, Ponga, Redes y Somiedo), una reserva natural integral (Muniellos), seis reservas naturales parciales, dos paisajes protegidos y 39 monumentos naturales. Se dice pronto.

En definitiva, una ubicación privilegiada, paisajes de ensueño y un vasto catálogo de recursos naturales que hacen que la lista de atractivos para el turismo de naturaleza sea casi ilimitada. Aunque este territorio solo ocupe el dos por ciento de la superficie del país, aquí viven el 67 por ciento de las especies de vertebrados nacionales, destacando las aves y los mamíferos con alrededor del 75 por ciento de las especies presentes en España. En cuanto a flora vascular, encontrarás alrededor de 2.200 especies autóctonas.

Este amor por su entorno hace que quienes allí viven quieran compartirlo con el resto, pero siempre desde el respeto por el medioambiente. Por ello el ecoturismo es la mejor manera de adentrarse en este paraíso para poder observar, mezclarte y sentir el mundo natural: sus paisajes, su flora y su fauna salvaje que integran una gran muestra de la mejor naturaleza ibérica, con pinceladas mediterráneas y, sobre todo, atlánticas.

*It is no wonder that Asturias boasts about its environment: lush forests, breathtaking cliffs, rugged mountains, and extremely beautiful beaches. The small size of the Principality does not prevent it from encompassing a unique ecosystem, which includes seven UNESCO-designated Biosphere Reserves, as well as one national park (Picos de Europa), five natural parks (Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, Las Ubiñas-La Mesa, Ponga, Redes, and Somiedo), one integral nature reserve (Muniellos), six partial nature reserves, two protected landscapes, and 39 natural monuments. That is quite a list.*

*In essence, it is a privileged location, dreamlike landscapes, and an extensive catalog of natural resources that make the list of attractions for nature tourism almost limitless. Although this territory only occupies two percent of the country's surface, 67 percent of the national vertebrate species live here, with birds and mammals being particularly prominent, accounting for around 75 percent of the species present in Spain. As for vascular flora, you will find around 2,200 native species.*

*This love for the environment motivates those who live there to share it with others, but always with respect for the environment. That is why ecotourism is the best way to immerse yourself in this paradise, allowing you to observe, mingle, and experience the natural world: its landscapes, flora, and wild fauna that showcase the best of Iberian nature, with Mediterranean and, above all, Atlantic touches.*



Fotografía: Vista de la Santa Cueva de Covadonga



# Avistamiento de osos

## Bear Watching

Este museo al aire libre tiene un emblema con nombre propio: el oso pardo. La mayor parte de la población cantábrica de este animal, formada por aproximadamente 300 ejemplares, vive en territorio asturiano. En concreto, en los parques naturales de Somiedo y de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias.

Animal salvaje, desde estos parques podrás avisar al oso en libertad. Para ello, existen tres sendas interpretativas. La primera, en las inmediaciones de El Puerto, se llama “Caminando al ritmo de las estaciones” y gira en torno al calendario de los osos con un recorrido lineal de 6,2 kilómetros y dificultad baja. La segunda, “Los refugios del oso pardo”, es un sendero en el entorno de Muniellos y descubre las claves para su conservación en un trazado circular de 4,3 kilómetros y dificultad media. Y la última se encuentra en Valle de Lago, con un recorrido de 6,2 kilómetros ida y vuelta y dificultad media, en la que adentrarse en la vida familiar de los osos y las claves de su reproducción y cría.

### Observar tierra y cielo

Pero en las montañas habitan también lobos y otros mamíferos como ciervos, rebecos, corzos, zorros o gatos monteses. Los lobos asturianos forman parte de la población noroccidental de la península Ibérica, la más numerosa, con más de 2.000 que viven al norte del río Duero. De los cuales, alrededor de un diez por ciento de las 300 manadas que componen al conjunto están afincadas en el territorio asturiano. En sus movimientos de agosto-septiembre y posteriormente en diciembre, enero y febrero, coincidiendo con su época de celo, son los mejores meses del año para observarlos en libertad, ya que están más activos.

El gran desnivel del Principado, que va desde el nivel del mar hasta la alta montaña, hace de esta tierra un lugar con multitud de ecosistemas y hábitats, que permiten la existencia de casi 400 especies de aves. Destino obligatorio de todos los aficionados a la ornitología, donde podrán observar a casi el 70 por ciento de las aves existentes en España.

*This open-air museum has its own emblem: the brown bear. The majority of the Cantabrian population of this animal, consisting of approximately 300 individuals, lives in the Asturian territory. In particular, in the natural parks of Somiedo and Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias.*

*It is A wild animal. You can observe bears in their natural habitat from these parks. For this purpose, there are three interpretive trails. The first, in the vicinity of El Puerto, is called “Walking to the Rhythm of the Seasons” and revolves around the bears’ calendar, offering a linear route of 6.2 kilometers with low difficulty. The second, “The Shelters of the Brown Bear,” is a circular trail in the Muniellos area that reveals the keys to their conservation, covering 4.3 kilometers with moderate difficulty. And the last one is located in Valle de Lago, with a round trip route of 6.2 kilometers and moderate difficulty, where you can delve into the family life of bears and learn about the keys to their reproduction and upbringing.*

### Observing Land and Sky

*But in the mountains, wolves and other mammals such as deer, chamois, roe deer, foxes, and wildcats also inhabit. Asturian wolves are part of the northwestern population of the Iberian Peninsula, the most numerous, with over 2,000 living north of the Duero River, of which around ten percent of the 300 packs that make up the whole are established in Asturian territory. During their movements in August-September and later in December, January, and February, coinciding with their mating season, these are the best months of the year to observe them in the wild, as they are more active.*

*The great unevenness of the Principality, ranging from sea level to high mountains, makes this land a place with numerous ecosystems and habitats, allowing the presence of nearly 400 bird species. A mandatory destination for all birdwatching enthusiasts, where you can observe almost 70 percent of the bird species found in Spain.*



Fotografía: Oso pardo cantábrico. Autor: Juan de Tury [turismoasturias.es/naturaleza](http://turismoasturias.es/naturaleza)





# Calzarse las botas

## Putting on Hiking Boots

#PARAÍSONATURAL

#NATURALPARADISE

Tras los pasos de caminos abiertos por animales y humanos, se erigen sendas por las que los aficionados a las rutas de montaña podrán llegar a parajes como cascadas, lagos, lagunas, picos, bosques, playas, cabos y acantilados. Senderos creados por cazadores que buscaron presas, ganaderos y agricultores, pastores y su ganado, que ahora son caminos idílicos para descubrir esta tierra en sus entrañas.

### Picos de Europa

Sin lugar a dudas, el Parque Nacional de los Picos de Europa es destino de peregrinaje obligatorio para todo aquel que se precie de decir que ama la montaña. Con una complicada orografía, su altitud va desde apenas 300 metros hasta los 2.648 de su máxima cota, el Pico Torrecedo, techo de Asturias.

Además de desniveles imposibles, altas cumbres y profundos valles y rocas talladas por glaciares, ríos, vientos y lluvias, hablar de Picos de Europa es también hablar del Real Sitio de Covadonga, de su cueva y su basílica, y de los lagos que llevan el mismo nombre. Pero también del Pico Urriellu (Naranjo de Bulnes), cumbre mítica para los escaladores de todo el mundo.

Entre sus caminos imprescindibles, se encuentran la Ruta del Cares, un estrecho sendero excavado en la roca y que se adentra por túneles y que se ha ganado, merecidamente, la fama de ser una de las más bonitas y populares del Principado. Junto a ella, destacan la de Entrelagos, en Cangas de Onís, y Océño-San Esteban de Cuñaba, en Peñamellera Alta y Peñamellera Baja.

*Following paths opened by animals and humans, trails lead to places such as waterfalls, lakes, lagoons, peaks, forests, beaches, capes, and cliffs. These paths were created by hunters in search of prey, farmers and livestock owners, and shepherds and their livestock, and now they are idyllic paths to discover this land in its depths.*

### Picos de Europa

*Undoubtedly, the Picos de Europa National Park is a must-visit destination for anyone who claims to love the mountains. With a complex topography, its altitude ranges from barely 300 meters to the highest peak, the Pico Torrecedo, at 2,648 meters, the roof of Asturias.*

*In addition to impossible gradients, high peaks, deep valleys, and rocks carved by glaciers, rivers, winds, and rains, talking about Picos de Europa also means talking about the Royal Site of Covadonga, its cave and basilica, and the lakes that bear the same name. But it also means talking about Pico Urriellu (Naranjo de Bulnes), a mythical summit for climbers worldwide.*

*Among its essential paths is the Ruta del Cares, a narrow path carved into the rock that delves through tunnels and has rightfully earned its fame as one of the most beautiful and popular routes in the Principality. Alongside it, notable routes include Entrelagos in Cangas de Onís, and Océño-San Esteban de Cuñaba in Peñamellera Alta and Peñamellera Baja.*



Fotografía: Senderista en las montañas de Asturias. Autor: Mampiris



## Río Eo, Oscos y Tierras de Burón

Asturias también comparte Reserva de la Biosfera con Galicia. En la zona del río Eo, Oscos y Tierras de Burón, la etnografía, las labores ancestrales, el campo, la manufactura artesanal, el marisqueo en la ría y la pesca en la mar están muy presentes. Y para empaparse bien de la zona, no hay mejor manera que recorrer la ría de Eo, desde la playa de Arnao hasta A Veiga/Vegadeo, o adentrarse en la ruta del Agua de Taramundi.

## Río Eo, Oscos, and Terras de Burón

*Asturias also shares a Biosphere Reserve with Galicia. In the area of Río Eo, Oscos, and Terras de Burón, ethnography, ancestral labor, the countryside, artisanal manufacturing, shellfish gathering in the estuary, and fishing in the sea are very present. And to fully immerse oneself in the area, there is no better way than to explore the Eo estuary, from Arnao Beach to A Veiga/Vegadeo, or venture into the Water Route of Taramundi.*

Opciones que nada tienen que envidiar a realizar la ruta a la Seimeira, u otras tantas como la Ruta de los Bosques de Villanueva de Oscos o la Cascada Cioyu en Castropol, que permitirán sentir este territorio ancestral, conocer a sus gentes y disfrutar de sus tradiciones.

## Entre Narcea e Ibias

Por su parte, Muniellos alberga una gran biodiversidad y supone el mayor robleal albar de toda Europa, pero el resto de la Reserva no se queda atrás. Un territorio de pronunciados relieves, donde las cuencas de los ríos Narcea e Ibias dibujan profundos valles, rodeados de altas montañas con fuertes pendientes cubiertas de bosques, y una población dispersa y escasa que da más protagonismo si cabe a la naturaleza.

*Options that are nothing short of the Seimeira route, and many others like the Forests Route of Villanueva de Oscos or the Cioyo Waterfall in Castropol, will allow you to experience this ancestral territory, get to know its people, and enjoy its traditions.*

## Between Narcea and Ibias

*On the other hand, Muniellos hosts great biodiversity and is home to the largest alder grove in all of Europe, but the rest of the Reserve is not far behind. It is a territory of steep reliefs, where the basins of the Narcea and Ibias rivers draw deep valleys surrounded by high mountains with steep slopes covered in forests, and a scattered and sparse population that gives even more prominence to nature.*

Fotografía: Vista general del pico Urriellu conocido como Naranjo de Bulnes



En el Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias merece la pena calzarse las botas para recorrer la ruta de la laguna del cueto de Arbas, Pomar de las Montañas, Lagura de Chagüeiros y Dolmen da Hucha.

*In Fuentes del Narcea, Degaña, and Ibias Natural Park, it is worth putting on your hiking boots to explore the route of the Arbas Lagoon, Pomar de las Montañas, Lagura de Chagüeiros, and Dolmen da Hucha.*





## Somiedo

Entre las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias y Las Ubiñas-La Mesa, en la zona central de la cordillera Cantábrica, se encuentra Somiedo, el primer Parque Natural asturiano, el territorio de las cabañas de teito. Una región montañosa entre lo atlántico y lo mediterráneo, de valles muy amplios, altas montañas y preciosos lagos de origen glaciar.

De los senderos que discurren entre sus valles destacan, principalmente, la del Lago del Valle y la braña de La Pornacal. Dos rutas sencillas que permitirán al senderista descubrir la esencia de este Parque, pero que no son las únicas que harán disfrutar de esta joya de la naturaleza asturiana, entre las que se cueclan caminos como el de Sousas o el de Cornón.

## Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa

Al oeste de Somiedo, colindante con él, se encuentra el Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa. Esta Reserva de la Biosfera se conforma alrededor del mayor macizo montañoso de la región después de los Picos de Europa, y supone un territorio ocupado desde la antigüedad. Así lo atestiguan las pinturas rupestres de los abrigos de Fresnedo, algunos castros, las dos vías romanas y el Camino Real de Ventana o de las Reliquias.

## En el corazón del Principado

En el centro-sur de la región, Redes supone un paraíso del agua y gran pulmón de Asturias. Un territorio montañoso cubierto por bosques y esculpido por ríos que se precipitan desde cerca de sus más altas cumbres o desde sus lagos de origen glaciar hasta los valles más bajos, a través de sus embalses. Un lugar donde emprender las rutas como la del Tabayón de Mongayo, el Desfiladero de los Arrudos, la Ruta del Alba y la de vega de Brañagallones.

En pleno corazón de la cordillera Cantábrica, entre los grandes bosques del Parque Natural de Ponga y sus escarpadas montañas destacan Peña Ten (2.142m), en el límite con León, y en la parte occidental las cumbres de Maciédome (1.903m) y el emblemático Tiatordos (1.951m). Para conocer a fondo este espacio natural tan bien conservado, merece la pena recorrer la ruta por el bosque de Peloño hasta llegar al Arcenorio o la ruta al valle de Ponga.

## Somiedo

*Between Fuentes del Narcea, Degaña, and Ibias, and Las Ubiñas-La Mesa, in the central area of the Cantabrian Mountains, lies Somiedo, the first Asturian Natural Park, the land of the teito cabins (a type of stone dwelling with a thatched straw or broom roof). It is a mountainous region between the Atlantic and the Mediterranean, with very wide valleys, high mountains, and beautiful glacial lakes.*

*Among the paths that run through its valleys, the most notable are those of Lago del Valle and La Pornacal pasture. These two simple routes will allow hikers to discover the essence of this Park, but they are not the only ones that will make you enjoy this gem of Asturian nature, including paths like Sousas or Cornón.*

## Las Ubiñas-La Mesa Natural Park

*To the west of Somiedo, bordering it, there is Las Ubiñas-La Mesa Natural Park. This Biosphere Reserve is formed around the largest mountain range in the region after the Picos de Europa and has been occupied since ancient times. This is attested by the rock paintings in the Fresnedo shelters, some hillforts, the two Roman roads, and the routes Camino Real del Puerto de Ventana o Las Reliquias.*

## In the heart of the Principality

*In the central-southern region, Redes is a water paradise and a great lung of Asturias. It is a mountainous territory covered with forests and sculpted by rivers that rush from near its highest peaks or from its glacial lakes to the lower valleys, through its reservoirs. A place to embark on routes such as the Tabayón de Mongayo, the Arrudos Gorge, the Route of the Alba, and the Vega de Brañagallones.*

*In the heart of the Cantabrian Mountains, among the great forests of the Ponga Natural Park and its rugged mountains, Peña Ten (2,142m) on the border with León and the peaks of Maciédome (1,903m) and the emblematic Tiatordos (1,951m) in the western part stand out. To fully explore this well-preserved natural space, it is worth taking the route through the Peloño forest to reach Arcenorio or the route to the Ponga Valley*





# Aventuras entre mar y montaña

## Adventures between sea and mountains

#TURISMOACTIVO

#ACTIVETOURISM

### 39 monumentos naturales

Montes, valles, laderas y bosques esconden auténticos monumentos naturales dignos de una tierra como esta. Un total de 39, que reúnen playas, cascadas, cuevas, bosques y árboles singulares. Todos ellos, elementos de la naturaleza que merecen ser, por su notoria singularidad, rareza o belleza, objeto de una protección especial.

Rincones como la playa de Gulpiyuri, un pequeño arenal a cien metros de la costa donde el agua entra por una galería subterránea, o la del Cobijeru, que supone parte del litoral costero llanisco que comprende dos playas, una cueva y un sector de acantilados.

El agua silva con fuerza en los bufones de Pría, una docena a lo largo de una franja costera de mil doscientos

### 39 natural monuments

*Mountains, valleys, slopes, and forests hide authentic natural monuments worthy of a land like this. There are a total of 39, which include beaches, waterfalls, caves, groves, and unique trees. All of them are elements of nature that deserve special protection due to their notable singularity, rarity, or beauty.*

*Among them are places like Gulpiyuri Beach, a small sandy area a hundred meters from the coast where water enters through an underground passage, or Cobijeru Beach, part of the coastal plain that includes two beaches, a cave, and a section of cliffs.*

*The water roars forcefully in the blowholes of Pría, a dozen along a coastal strip of 1,200 meters where*



Fotografía: Vista aérea de los Bufones de Pría en Vidiago

tos metros donde al agua marina asciende a presión tras colarse por las grietas abiertas en las rocas calizas de los acantilados. El sistema se repite en el bufón de Santiuste, donde el chorro es capaz de ascender hasta cuarenta metros.

El Tejo de Santa Coloma, las Cuevas de Andina, Cascadas de Oneta, el desfiladero de las Xanas, la ruta del Alba o los meandros del Nora son algunas de estas maravillas que se encuentran en una lista de casi cuatro decenas de lugares imprescindibles en tu viaje al paraíso.

*seawater rises under pressure through cracks in the limestone rocks of the cliffs. The same phenomenon repeats at the Santiuste blowhole, where the water spout can reach forty meters.*

*The Santa Coloma Yew, the Andina Caves, the Oneta Waterfalls, the Xanas Gorge, the Route of the Alba, and the Nora Meanders are some of these marvels found in a list of nearly forty must-visit places in your journey to paradise.*





Todo vuelve a la naturaleza, y el entorno hace de Asturias un sinónimo de aventura. Un lugar donde liberar adrenalina por tierra, mar y aire, en un marco natural perfecto para el turismo activo y deportivo que te hará vivir aventuras dentro de una postal. El Principado es un cóctel para disfrutar desde la alta montaña hasta por debajo de la tierra, en las cuatro estaciones del año.

### Descenso del Sella

Si de vivir experiencias se trata, el Descenso del Sella es uno de los acontecimientos socio-deportivos en el Principado. Deporte, naturaleza y aventura unidos en una sola actividad, por la que descender las aguas del cauce por el tramo comprendido entre Arriondas y Ribadesella.

El descenso, que puede realizarse en cualquier momento entre marzo y noviembre, celebra su máximo esplendor en la Fiesta de las Piraguas. Una mezcla de naturalidad y frescura que tiene lugar el primer sábado de cada mes de agosto en el que la carrera de piraguas, una de las más antiguas del mundo, confluye junto a las charangas, las sidras y coros del ‘Asturias Patria Querida’.

### Sobre pedales

Pero, sin duda, una de las mejores maneras de recorrer los escenarios que nos ofrece la montaña y la costa es la bicicleta. Desde la suavidad de las Vías Verdes hasta rutas con las que sacar el mejor partido a la bicicleta de montaña. La orografía asturiana es referente para el ciclismo mundial, que cada año pone aquí el foco durante nuestras etapas de la Vuelta Ciclista a España, con hitos como Alto del Angliru, Lagos de Covadonga, Puertos de Marabio, Alto de la Farrapona o el Puerto de San Lorenzo.

Senderos hay para todos los gustos. Además de los de Gran Recorrido que pueden cubrirse en BTT como el Camino de Santiago, o buena parte de los tramos de las Sendas Costeras, hay otras rutas de larga distancia idóneas para la bicicleta. Es el caso del anillo Ciclista de la Montaña Central de Asturias, un exigente recorrido circular que transita por entornos naturales como la sierra del Aramo, el Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa, la Vía Carisa, o el Paisaje Protegido de las Cuencas Míneras.

Así, la bicicleta de montaña se convierte en la montura idónea para recorrer la naturaleza, historia, gastronomía, aldeas y tradiciones, disfrutando de este deporte tanto en sus prolongados descensos como coronando puertos y collados. Evadiéndose en el silencio de los montes, disfrutando de vistas inigualables, miradores, balcones naturales, y sensaciones reservadas para todos aquellos que se atrevan a adentrarse pedaleando al Paraíso.

*Everything returns to nature, and the surroundings make Asturias synonymous with adventure. It is a place to unleash adrenaline on land, sea, and air in a perfect natural setting for active and sports tourism that will make you experience adventures within a postcard-like scenery. The Principality is a cocktail for enjoying from the high mountains to underground caves in all four seasons.*

### The Descent of Sella

*When it comes to living experiences, the Descent of Sella is one of the socio-sporting events in the Principality. Sports, nature, and adventure come together in a single activity, descending the river between Arriondas and Ribadesella.*

*The descent, which can be done at any time between March and November, reaches its peak during the Fiesta de las Piraguas (Canoe Festival). It is a mix of naturalness and freshness that takes place on the first Saturday of each August, where the canoe race, one of the oldest in the world, converges with street bands, cider, and the choruses of “Asturias, Patria Querida” (Asturias, Beloved Homeland; official anthem of Asturias).*

### On two wheels

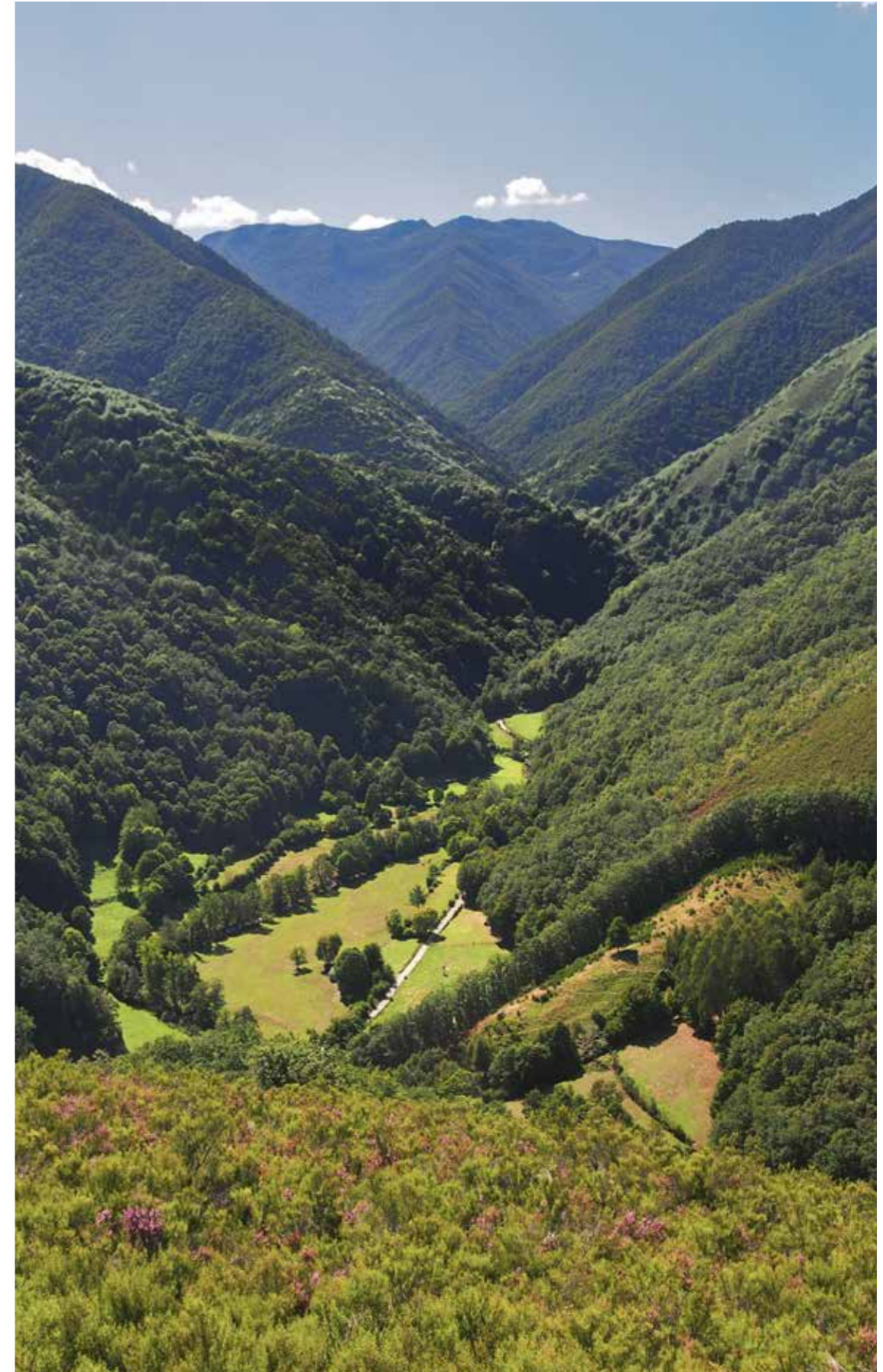
*But undoubtedly, one of the best ways to explore the landscapes offered by the mountains and coast is by bicycle, from the gentle routes of the Vías Verdes (Greenways) to trails that allow you to make the most of mountain biking. The topography of Asturias is a reference for the global cycling community, which focuses here every year during stages of the Vuelta Ciclista a España (Tour of Spain), with landmarks such as Alto de L’Angliru, Lakes of Covadonga, Puertos de Marabio, Alto de la Farrapona, and Puerto de San Lorenzo.*

*There are trails for all tastes. In addition to long-distance routes that can be covered by mountain bike, such as the Camino de Santiago or significant parts of the Senda Costeras (Coastal Path), there are other ideal long-distance routes for cycling. This is the case of the Anillo Ciclista de la Montaña Central de Asturias (Central Mountain Cycling Ring), a demanding circular route that passes through natural environments such as the Aramo Range, the Las Ubiñas-La Mesa Natural Park, the Vía Carisa, or the Protected Landscape of the Mining Basins.*

*Thus, the mountain bike becomes the ideal mount to explore nature, history, gastronomy, villages, and traditions, enjoying this sport both in its prolonged descents and when conquering mountain passes and hills. It is the ideal mount to escape into the silence of the mountains, enjoy unparalleled views, viewpoints, natural balconies, and sensations reserved for all those who dare to venture by pedaling to Paradise.*



Fotografía: Vista panorámica del bosque de Muniellos. Autor: Juanjo Arrojo.  
turismoasturias.es/turismo-activo





# TRABAJO E HISTORIA #TURISMOINDUSTRIAL

WORK AND HISTORY #INDUSTRIALTOURISM

ASTURIAS ES UN LUGAR FORJADO CON EL TRABAJO DE SUS HABITANTES, REGIÓN INDUSTRIAL LEVANTADA CON ESFUERZO SOBRE LOS CIMIENTOS DE CARBÓN Y LAS ESTRUCTURAS DE ACERO, CUYA HISTORIA PUEDES DESCUBRIR A TRAVÉS DE DIFERENTES MUSEOS Y PUNTOS CLAVE DE SU TURISMO INDUSTRIAL

ASTURIAS IS A PLACE SHAPED BY THE LABOR OF ITS INHABITANTS, AN INDUSTRIAL REGION BUILT THROUGH THE EFFORT ON THE FOUNDATIONS OF COAL AND STEEL STRUCTURES, WHOSE HISTORY CAN BE DISCOVERED THROUGH DIFFERENT MUSEUMS AND KEY POINTS OF ITS INDUSTRIAL TOURISM.



## CENTRO DE INTERPRETACIÓN DEL POBLADO MINERO DE BUSTIELLO (MIERES)

Un conjunto residencial excepcional por su calidad artística y su relevancia sociológica: levantado entre 1890 y 1925 por la Sociedad Hullera Española, una relevante empresa minera del grupo industrial del Marqués de Comillas comprende una capilla, un monumento, un casino, una escuela, un sanatorio... y los alojamientos para ingenieros y obreros.

*An exceptional residential complex for its artistic quality and sociological relevance: built between 1890 and 1925 by Sociedad Hullera Española, a significant mining company of the industrial group of the Marquess of Comillas. It includes a chapel, a monument, a casino, a school, a sanatorium, and accommodations for engineers and workers.*

## MUSEO ETNOGRÁFICO DE QUIRÓS

Evidencia la transición desde los sistemas tradicionales de producción a los industriales a través de un espacio musealizado sobre un antiguo establecimiento siderúrgico que supuso la transformación del modo de vida tradicional en este entorno de la montaña asturiana.

*It showcases the transition from traditional production systems to industrial ones through a museum space located in a former steel establishment that meant the transformation of the traditional way of life in this environment of the Asturian mountains.*



Fotografía: Poblado Minero de Bustiello. Autor: Pelayo Lacazette



## POZO SOTÓN (SAN MARTÍN DEL REY AURELIO)

La única mina subterránea de carbón visitable en Europa constituye un atractivo turístico de primer orden. Una experiencia única en la que se descienden 556 metros hasta la 10ª planta de la antigua explotación, permitiendo comprender la dureza y las peculiaridades de este trabajo ancestral

Declarado Bien de Interés Cultural con categoría de Monumento, cuenta con más de 140 kilómetros de galerías, que recorrer tanto a pie como a bordo del tren que traslada a los mineros desde la caña a los frentes de trabajo.

*The only visitable underground coal mine in Europe is a major tourist attraction. It offers a unique experience where visitors can feel like miners for a day and descend 556 meters to the 10th level of the former mine, allowing them to understand the harshness and peculiarities of this ancestral work.*

*Declared a Cultural Heritage Site with the category of Monument, it has over 140 kilometers of galleries to explore on foot or aboard the train that transports miners from the mine entrance to the work fronts.*

Fotografías: Vista aérea del Pozo Sotón / Ecomuseo Minero Valle de Samuño

## PUERTO DE SAN ESTEBAN (MUROS DE NALÓN)

El que fuera principal puerto carbonero de España durante casi un siglo, tras la llegada del Ferrocarril Vasco Asturiano, conserva plenamente su carácter industrial y muchos de sus elementos más significativos: las grúas, los cargaderos, las tolvas y algunos edificios de un valor histórico incuestionable.

*Once the main coal port in Spain for nearly a century following the arrival of the Vasco Asturiano Railway, it fully retains its industrial character and many of its most significant elements: cranes, loading facilities, hoppers, and some buildings of unquestionable historical value.*

## ECOMUSEO MINERO “VALLE DE SAMUÑO” (LANGREO)

Un recorrido en tren nos introduce en una antigua galería de mina y nos acerca a una de las instalaciones mineras más bellas de entre las conservadas en España: la casa de máquinas (con su culto lenguaje arquitectónico), la lampistería, el botiquín, la casa de baños...

*A train journey takes us into an old mine gallery and brings us closer to one of the most beautiful preserved mining facilities in Spain: the engine house (with its unique architectural language), the lamp room, the infirmary, the bathhouse..*





#### BODEGAS Y COLECCIÓN PERMANENTE DE SIDRA EL GAITERO (VILLAVICIOSA)

Pocas firmas han sabido aunar tradición e innovación como ésta, comprendiendo el valor de la marca asociada a un lugar, del producto vinculado a una tierra. Una visita que aúna producción y colección, con olor a manzana, con gusto a sidra, en una preciosa villa costera.

*Few brands have managed to blend tradition and innovation as successfully as this one, understanding the value of a brand associated with a place and a product linked to the land. A visit that combines production and collection, with the scent of apples and the taste of cider, in a beautiful coastal town.*

#### MUSEO DEL FERROCARRIL DE ASTURIAS (GIJÓN)

Una colección excepcional de material rodante y tracción, en una grata museografía encajada en la antigua estación del Norte, permite acercarnos a una parte sustancial de nuestra historia del transporte ferroviario y disfrutar, eventualmente, de piezas históricas a vapor en marcha.

*An exceptional collection of rolling stock and locomotives, displayed in a delightful museography set within the old Northern Station, allows us to delve into a substantial part of our railway transport history and occasionally enjoy operational historic steam pieces.*



#### MUSEO DE LA SIDERURGIA (LANGREO)

Uno de los espacios culturales más originales de Asturias, no solo por el contenido sino por el continente: una antigua torre de refrigeración de una factoría de hierro y acero que ya está desaparecida. Los 45 metros de altura de esta torre y los vistosos colores con los que ha sido decorada son un reclamo constante para todos los amantes del turismo industrial.

Icono visual de un Langreo que no olvida su pasado, en su interior se encuentran varias exposiciones interactivas de la gran chimenea por la que recorrer, en un viaje a través del tiempo, las transformaciones ambientales y sociales que fueron todo un hito en el desarrollo industrial del Valle del Nalón durante el siglo XX.

*One of the most original cultural spaces in Asturias, not only for its content but also for its container: a former cooling tower of a now-vanished iron and steel factory. The tower's 45-meter height and the bright colors that decorate it constantly attract all industrial tourism enthusiasts.*

*It is a visual icon of Langreo that does not forget its past. Inside you will find several interactive exhibitions in the tall chimney, where you can embark on a journey through time, exploring the environmental and social transformations that were a milestone in the industrial development of the Nalón Valley during the 20th century.*



#### MUSEO DE LA MINA DE ARNAO (CASTRILLÓN)

Ubicado en un singular enclave costero, albergó la primera explotación de hulla española, dotada del pozo vertical más antiguo de Asturias al servicio de una mina de carbón, buena parte de la cual discurre bajo el mar.

*It is located in a unique coastal enclave. It housed the first Spanish coal exploitation, equipped with the oldest vertical shaft in Asturias serving a coal mine, a significant portion of which runs under the sea.*

#### MUSEO DE LA MINERÍA Y LA INDUSTRIA DE ASTURIAS (SAN MARTÍN DEL REY AURELIO)

Este museo es el pionero de los espacios culturales vinculados al patrimonio industrial en Asturias, y está a punto de cumplir su primer cuarto de siglo. Construido sobre la antigua escombrera del histórico pozo San Vicente, reúne una completa muestra de todo lo que fue la actividad minera en sus distintas facetas: humana, técnica y social, y además recrea el ambiente de una mina real en su ya famosa "mina-imagen".

*This museum is a pioneer among cultural spaces related to industrial heritage in Asturias and is about to celebrate its first quarter-century. Built on the former waste heap of the historic San Vicente mine, it presents a comprehensive exhibition showcasing all aspects of mining activity: human, technical, and social. It also recreates the atmosphere of a real mine in its famous "mine-image."*





# Oviedo, la capital del Principado

## *Oviedo, the capital of the Principality*

Oviedo es un destino turístico que enamora a todo aquel que la visita. Con sus siglos de historia y su vasta cultura, esta urbe se convierte en una joya arquitectónica donde cada edificio, cada rincón y cada calle, nos habla de su pasado y de su presente.

El sonido de las campanas de la majestuosa catedral de San Salvador, el monumento más representativo de la ciudad, acompaña el deambular de los paseantes por sus plazas y callejuelas, envolviéndolos en una atmósfera de paz y tranquilidad. Al caminar por su centro urbano, nos encontramos con una amalgama de estilos que van desde el románico hasta el barroco, que se mezclan en una armonía perfecta y nos hacen sentir como en un cuento de hadas.

Para conocer la capital del Principado, es necesario callejear, adentrarse en el casco antiguo y explorar sus rincones más escondidos y encantadores. Es aquí donde se concentra gran parte del patrimonio histórico y cultural de la ciudad, y donde se encuentran algunos de los lugares más emblemáticos como el refinado Palacio de Camposagrado o el elegante Teatro Campoamor —donde cada año se celebran los Premios Princesa de Asturias—.

Tomar una sidra en la Plaza de El Fontán, conocida por sus numerosos bares y restaurantes, es una experiencia muy auténtica y popular en Asturias. O acercarse al mercado de la plaza, un lugar perfecto para conocer la gastronomía local y probar productos frescos y típicos de la región.

*Oviedo is a tourist destination that captivates anyone who visits it. With its centuries of history and vast culture, this city has become an architectural gem where every building, every corner, and every street speaks to us about its past and its present.*

*The sound of the bells from the majestic Cathedral of San Salvador, the most representative monument of the city, accompanies the wanderings of the pedestrians through its squares and alleys, enveloping them in an atmosphere of peace and tranquility. As we walk through its urban center, we encounter a blend of styles ranging from Romanesque to Baroque, blending in perfect harmony and making us feel like we 'are in a fairy tale.*

*It is necessary to wander through its streets, delve into the old town, and explore its hidden and charming corners to get to know the capital of the Principality. It is here where a significant part of the city's historical and cultural heritage is concentrated and where some of the most emblematic places can be found, such as the refined Camposagrado Palace or the elegant Campoamor Theater, where the Princess of Asturias Awards are held every year.*

*Having a cider in El Fontán Square, known for its numerous bars and restaurants, is a very authentic and popular experience in Asturias. So is visiting the market in the square, a perfect place to discover the local cuisine and taste fresh and typical products of the region.*



Fotografía: Exterior de la Catedral de San Salvador desde la Plaza Alfonso II el Casto  
[visitoviedo.info](http://visitoviedo.info)





Además, callejear por las estrechas callejuelas del casco histórico, permite descubrir el encanto de los rincones más desconocidos y menos turísticos de la ciudad. Recorrer las plazas más emblemáticas como la mencionada Plaza de El Fontán, la Plaza de la Constitución o la Plaza de la Escandalera, es la mejor forma de sentir la auténtica esencia de la ciudad, y disfrutar de su encanto y su riqueza histórica y cultural.

*Furthermore, wandering through the narrow streets of the historic quarter allows us to discover the charm of the lesser-known and less touristy city corners. Exploring the most emblematic squares like the aforementioned El Fontán Square, Constitution Square, or Escandalera Square is the best way to feel the authentic essence of the city and enjoy its charm and historical and cultural richness.*

Pero Oviedo no es solo historia y arquitectura. También es una ciudad que nos invita a la aventura y al contacto con la naturaleza. Podemos visitar los meandros del río Nora o las cascadas de Guanga o Buanga, disfrutar del Parque de Invierno o degustar la famosa gastronomía asturiana, reconocida en todo el mundo, con platos tradicionales como la fabada asturiana o el cachopo, la sidra y dulces únicos como las moscovitas y los carbayones.

*But Oviedo is not just history and architecture. It is also a city that invites us to adventure and contact with nature. We can visit the meanders of the Nora River or the waterfalls of Guanga or Buanga, enjoy the Winter Park, or savor the famous Asturian cuisine, recognized worldwide, with traditional dishes such as fabada asturiana (Asturian bean stew) or the cachopo (veal fillets stuffed with ham and cheese), cider, and unique sweets like moscovitas (typical tea biscuits) and carbayones (typical Asturian sweet).*



---

Vista de la ciudad al atardecer desde el Naranco







## Origen del Camino Primitivo

### Origin of the Primitive Way

El Camino de Santiago, primer itinerario cultural de Europa, fue creado por el rey Alfonso II el Casto, quien en el año 834 decidió visitar la tumba del apóstol Santiago. El obispo Teodomiro fue quien le avisó del descubrimiento de la tumba, y Alfonso II decidió convertirse en el primer peregrino en realizar el recorrido.

El Camino Primitivo, que comienza en Oviedo y termina en Santiago de Compostela, fue la primera ruta del Camino de Santiago. Durante dos siglos, fue el itinerario más utilizado por los peregrinos, pero posteriormente fue desplazado por el Camino Francés, que se convirtió en la ruta más popular.

Esta Ruta Jacobea comienza en la Catedral de San Salvador, uno de los grandes atractivos turísticos de la ciudad y reconocida por su arquitectura románica y gótica, con numerosos detalles y elementos decorativos que la hacen única.

Además del palacio real de Alfonso II, conocida como la Cámara Santa, la catedral cuenta con otras capillas y espacios de gran valor artístico y cultural, como el claustro, el coro y la capilla mayor. Alberga en su interior numerosas piezas de orfebrería, esculturas y objetos litúrgicos de gran valor histórico y artístico, como la Cruz de los Ángeles y Cruz de la Victoria, así como la Caja de las Agatas y el Arca Santa.

Destacable es también su torre, abierta para las visitas. Es una subida de 184 escalones que permite disfrutar de vistas únicas de la ciudad y conocer más sobre esta atalaya y la Catedral. Las visitas son guiadas, de aproximadamente una hora de duración. Una experiencia única tanto por lo que se ve como por lo que se oye.

*The Camino de Santiago, the first cultural itinerary in Europe, was created by King Alfonso II the Chaste, who decided to visit the tomb of the apostle James in the year 834. Bishop Teodomiro informed him of the discovery of the tomb, and Alfonso II became the first pilgrim to undertake the way.*

*The Primitive Way, which starts in Oviedo and ends in Santiago de Compostela, was the original route of the Camino de Santiago. It was the most used route for pilgrims for two centuries, but it was later displaced by the French Way, which became the most popular route.*

*This Jacobean Route begins at the Cathedral of San Salvador, one of the major tourist attractions in the city, renowned for its Romanesque and Gothic architecture, with numerous details and decorative elements that make it unique.*

*In addition to the royal palace of Alfonso II, known as the Holy Chamber, the cathedral has other chapels and spaces of great artistic and cultural value, such as the cloister, the choir, and the main chapel. It houses numerous goldsmith pieces, sculptures, and liturgical objects of great historical and artistic value, such as the Cross of the Angels and the Victory Cross, the Agate Casket, and the Arca Santa (Holy Ark).*

*The cathedral tower is also noteworthy, as it is open for visits. It involves climbing 184 steps that offer unique city views and provide more information about this lookout point and the cathedral. They have guided tours that last approximately one hour. It is a unique experience both in terms of what you see and what you hear.*





## Arte prerrománico en Oviedo

### Pre-Romanesque Art in Oviedo

La capital del Principado es una ciudad con un importante patrimonio histórico y cultural, especialmente en lo referido al arte prerrománico asturiano, un estilo arquitectónico que floreció en la ciudad durante los siglos IX y X. Durante este período, Oviedo se convirtió en la capital del reino de Asturias, y la arquitectura de la ciudad reflejó la importancia política y cultural del reino.

Son cinco los monumentos declarados Patrimonio Mundial por la UNESCO en 1985 y 1998: la Cámara Santa de la Catedral de Oviedo, la Iglesia de San Julián de los Prados, la Iglesia de Santa María del Naranco, la Iglesia de San Miguel de Lillo y la Fuente de Foncalada.

Estos monumentos son un testimonio del arte y la cultura asturianos de los siglos VIII y IX y muestran la influencia de la arquitectura visigoda y bizantina en la península ibérica.

La Cámara Santa de la Catedral de Oviedo es una capilla del siglo IX que contiene numerosas reliquias sagradas y objetos litúrgicos, y es uno de los tesoros más valiosos de la ciudad. Las iglesias de San Julián de los Prados —también conocida como Santullano—, San Miguel de Lillo y Santa María del Naranco son ejemplos de arquitectura religiosa y civil, con una cuidada decoración escultórica y pictórica.

Es precisamente ésta última el ejemplo más notable del arte prerrománico en la ciudad de Oviedo. Santa María del Naranco fue construida en el siglo IX y servía como lugar de residencia para la realeza asturiana. Aunque fue una iglesia duran-

*The capital of the Principality is a city with an important historical and cultural heritage, especially regarding Asturian Pre-Romanesque art, an architectural style that flourished in the city during the 9th and 10th centuries. During this period, Oviedo became the capital of the Kingdom of Asturias, and the city's architecture reflected the political and cultural importance of the kingdom.*

*There are five monuments declared World Heritage by UNESCO in 1985 and 1998: the Holy Chamber of the Cathedral of Oviedo, the Church of San Julián de los Prados, the Church of Santa María del Naranco, the Church of San Miguel de Lillo, and the Foncalada Fountain.*

*These monuments are a evidence of the Asturian art and culture from the 8th and 9th centuries and show the influence of Visigothic and Byzantine architecture in the Iberian Peninsula.*

*The Holy Chamber of the Cathedral of Oviedo is a 9th-century chapel that contains numerous sacred relics and liturgical objects, and it is one of the city's most valuable treasures. The churches of San Julián de los Prados, also known as Santullano, San Miguel de Lillo, and Santa María del Naranco are examples of religious and civil architecture with elaborate sculptural and pictorial decoration.*

*The latter is precisely the most notable example of Pre-Romanesque art in the city of Oviedo. Santa María del Naranco was built in the 9th century and served as a residence for the Astu-*



te varios siglos, su construcción no encaja con un esquema religioso y se considera que fue un palacio y parte de un conjunto residencial de Ramiro I.

Es un lugar único y fascinante que ofrece una ventana al pasado y una muestra del esplendor del Reino de Asturias, y un ejemplo perfecto de armonía y belleza.

*rian royalty. Although it was a church for several centuries, its construction does not fit a religious scheme, and it is considered to have been a palace and part of a residential complex of King Ramiro I.*

*It is a unique and fascinating place that offers a window into the past and a glimpse of the splendor of the Kingdom of Asturias, representing a perfect example of harmony and beauty.*



Fotografía: Iglesia de Santa María del Naranco





## Ciudad cultural

### Cultural city

Oviedo es un destino turístico cultural muy atractivo en cualquier época del año, gracias a su variada oferta cultural y artística. Museos, teatros y salas de conciertos son el escenario de una oferta cultural variada y de calidad, que satisface los gustos más exigentes.

La ciudad es conocida por su gran tradición musical, con una temporada de zarzuela y una temporada de ópera que son de las más destacadas en España. Los Conciertos del Auditorio, las Jornadas Internacionales de Piano Luis G. Iberni y los festivales de Danza y Música Barroca son solo algunos ejemplos de la amplia oferta cultural que ofrece la ciudad a lo largo de todo el año.

Además de su variada oferta cultural, la visita a los museos de Oviedo es casi obligatoria gracias a su riqueza artística. Historia y tradición se juntan en propuestas muy enriquecedoras como son el Museo Arqueológico y el de Bellas Artes.

El Museo Arqueológico de Asturias se ubica en el antiguo claustro del convento de San Vicente. El edificio es en sí mismo una joya arquitectónica con una rica historia que se remonta a la época medieval. Ofrece un recorrido por la historia y la evolución de la ocupación humana en Asturias, desde la prehistoria hasta la época medieval.

En sus salas se pueden encontrar una gran variedad de objetos, utensilios, armas y adornos realizados en distintos materiales, que permiten conocer en profundidad la forma de vida y las costumbres de las distintas culturas y sociedades que habitaron el territorio asturiano a lo largo de los siglos.

*Oviedo is an attractive cultural tourist destination throughout the year, thanks to its diverse cultural and artistic offerings. Museums, theaters, and concert halls serve as the backdrop for a varied and high-quality cultural scene that caters to even the most discerning tastes.*

*The city is known for its rich musical tradition, with a zarzuela season and an opera season that are among the most prominent in Spain. The Auditorium Concerts, the Luis G. Iberni International Piano Festival, and the Dance and Baroque Music Festivals are just a few examples of the wide range of cultural events organized throughout the year.*

*In addition to its varied cultural offerings, visiting the museums of Oviedo is almost obligatory due to its artistic richness. History and tradition come together in highly enriching proposals, such as the Archaeological Museum and the Fine Arts Museum.*

*The Archaeological Museum of Asturias is located in the former cloister of the San Vicente convent. The building itself is an architectural gem with a rich history dating back to the medieval period. It offers a journey through the history and evolution of human occupation in Asturias, from prehistory to the medieval era.*

*Its halls house a wide variety of objects, utensils, weapons, and ornaments made from different materials, allowing visitors to gain in-depth knowledge about the way of life and customs of the different cultures and societies that inhabited the Asturian territory throughout the centuries.*



Fotografía: Calle Santa Ana con la Catedral de San Salvador al fondo



El Museo de Bellas Artes de Asturias es una visita imprescindible para los amantes del arte y la cultura. La colección del museo es realmente excepcional, con más de 15.000 obras que abarcan desde el siglo XIV hasta la actualidad, y que incluyen algunas de las piezas más importantes y representativas del arte español y europeo.

Entre los artistas que se pueden encontrar en la colección del museo se encuentran algunos de los grandes maestros de la historia del arte, como El Greco, Zurbarán, Ribera, Murillo y Goya, así como otros artistas asturianos y españoles de gran relevancia, como Piñole, Valle, Aurelio Suárez y Luis Fernández. Además, el museo también cuenta con una importante representación de artistas contemporáneos, como Picasso, Dalí, Miró, Tàpies y Barceló.

La capital del Principado es también cuna de grandes literatos y escenario de innumerables obras, y ha dejado una huella indeleble en la literatura española. Entre las obras más emblemáticas destaca La Regenta de Leopoldo Alas 'Clarín'; la ciudad es Vetusta, el escenario principal de la novela. En la plaza de la catedral se encuentra una estatua en su honor.

Oviedo emana un encanto que cautiva a todo aquel que la visita. Su casco histórico, con sus calles empedradas y edificios centenarios, nos transporta a una época pasada llena de esplendor. Una ciudad con una personalidad única, que fusiona su rica historia con la modernidad y la vitalidad de una ciudad contemporánea. Un lugar que no deja indiferente a quienes la visitan y que invita a sumergirse en su esencia asturiana.

*The Museum of Fine Arts of Asturias is a must-visit for art and culture lovers. The museum's collection is exceptional, with over 15,000 works from the 14th century to the present day, including some of the most important and representative pieces of Spanish and European art.*

*Among the artists represented in the museum's collection are some of the great masters of art history, such as El Greco, Zurbarán, Ribera, Murillo, and Goya, as well as other important Asturian and Spanish artists, including Piñole, Valle, Aurelio Suárez, and Luis Fernández. Additionally, the museum also features a significant representation of contemporary artists such as Picasso, Dalí, Miró, Tàpies, and Barceló.*

*The capital of the Principality is also the birthplace of great writers and the setting of countless literary works, leaving an indelible mark on Spanish literature. Among the most emblematic works is "La Regenta", by Leopoldo Alas "Clarín"; the city of Vetusta serves as the novel's principal setting. There is a statue in his honor in the Cathedral Square.*

*Oviedo exudes a charm that captivates all who visit. Its historic center, with its cobblestone streets and centuries-old buildings, transports us to a bygone era filled with splendor. It is a city with a unique personality, blending its rich history with the modernity and vitality of a contemporary city. A place that leaves no one indifferent and invites visitors to immerse themselves in its Asturian essence.*



Fotografía: Terrazas del interior de la Plaza del Fontán





# Gijón

## una forma de ser, de vivir y de sentir

### *Gijón,* a way of being, living, and feeling

La esencia de las ciudades la guardan sus gentes. Y los gijoneses tienen una curiosa forma de entender la vida y también de expresarla, acogiendo a los turistas para que puedan sumergirse en su forma de ser y de sentir la ciudad.

Gijón es ciudad accesible y viva, donde comienzan los caminos con la vista al mar y en la que la urbe está conectada a la naturaleza. Más allá de su geografía privilegiada entre el mar y la montaña, y su gastronomía destaca por los productos del mar: pescados como el bonito, pulpón de pedreru, bocartes y, por supuesto la sidra, en una villa asturiana donde vivir bien tiene su ciencia.

Quizá sea su relación intensa con el Cantábrico que baña sus playas, el recoger cada rayo de sol como el bien más preciado o los chigres donde los culinos de sidrina son más especiales. Pero la autenticidad de Gijón y sus vecinos les han hecho ganarse un título propio: Gijonomía, que bien le han merecido un tratado propio con 9 principios fundamentales para conocer la ciudad, incomprensibles si no le añades amistad y diversión compartida.

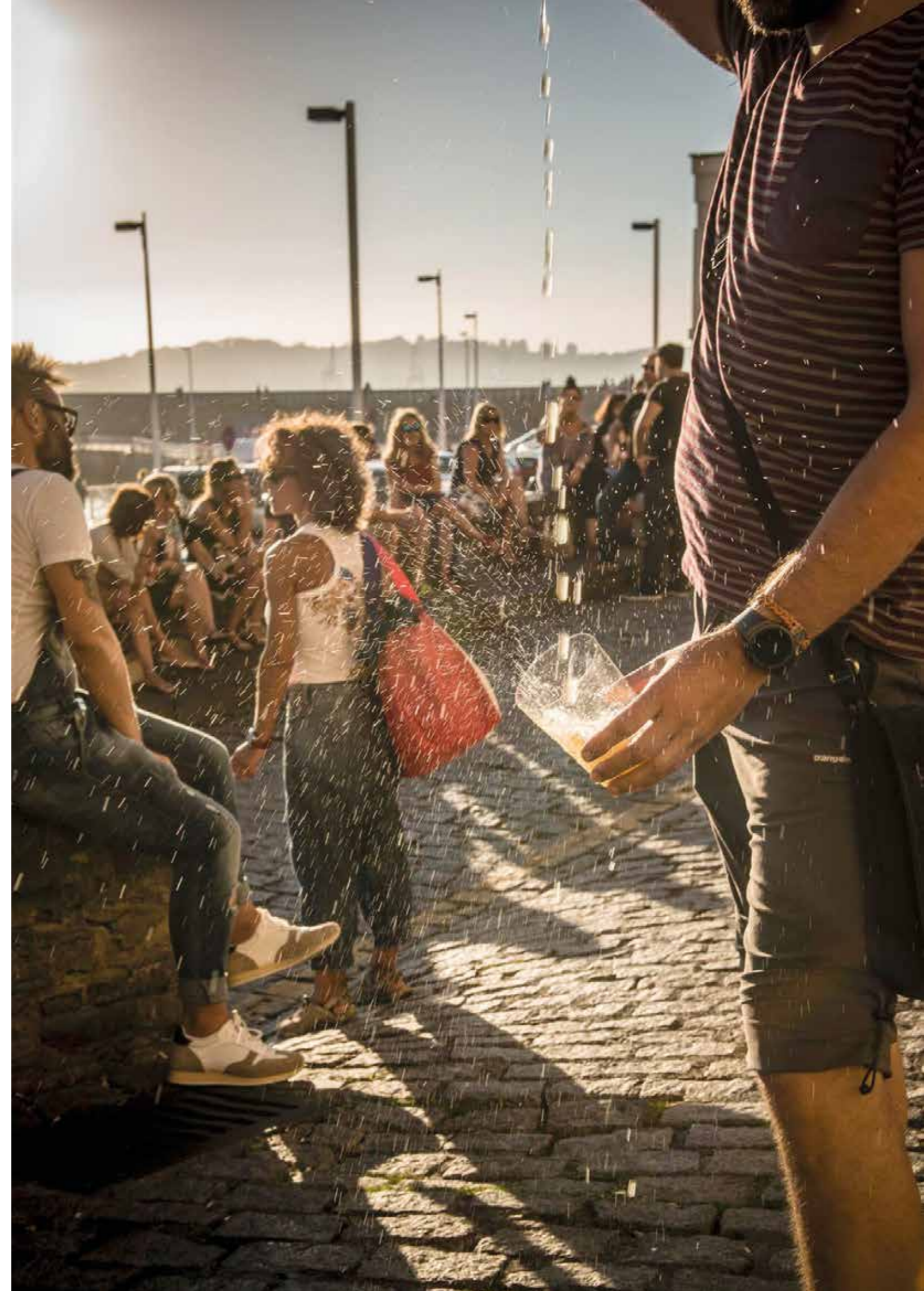
*The essence of cities lies in their people. And the people of Gijón have a curious way of understanding life and expressing it, welcoming tourists to immerse themselves in their way of being and feeling the city.*

*Gijón is an accessible and vibrant city, where paths begin with a view of the sea and where the urban environment is connected to nature. Beyond its privileged geography between the sea and the mountains, its gastronomy stands out for its seafood products: fish such as bonito, "pulpín de pedreru" (a type of octopus), anchovies, and, of course, cider, in an Asturian town where living well is an art.*

*Perhaps it is their intense relationship with the Cantabrian Sea that bathes their beaches, capturing every ray of sunshine as the most precious asset, or the traditional cider bars where sipping small cups of cider is something special. But the authenticity of Gijón and its inhabitants have earned them a unique title: Gijonomía, which has deserved its own treaty with 9 fundamental principles to get to know the city, principles that are incomprehensible without adding friendship and shared fun.*



Fotografía: Hombre escanciando sidra







## Ciudad con más de 5.000 años de historia

*A city with over 5,000 years of history*

Los inicios de Gijón se remontan a más de 5.000 años atrás, y pasear la ciudad permite viajar en el tiempo a través de la herencia conservada de cada una de sus etapas históricas.

El camino comienza en el Monte Deva, secreto que quedó al descubierto a finales del siglo XX, de más de 5.000 años de antigüedad: una necrópolis formada por nueve túmulos funerarios y la cantera de donde los neolíticos extraían grandes bloques de piedra.

Pero para comprender mejor la importancia de este yacimiento, es recomendable visitar previamente el Parque Arqueológico-Natural de la Campa Torres, uno de los principales poblados fortificados del Norte de España que ahonda en el paso de la época prerromana a la romana.

Avanzando en el paseo por la historia de la ciudad, más de una docena de iglesias románicas guardan el esplendor del medievo. Pero uno de los legados más importantes es el marinerío, con rincones como el Palacio de Revillagigedo o la Casa de los Alvargonzález. Época que dejó paso al proceso de industrialización y que convirtió a Gijón en el centro del sector productivo de Asturias.

Gijón guarda también la primera Universidad Laboral de España, en un inigualable conjunto arquitectónico construido entre 1946 y 1956 y que desde 2007 hace las funciones de un gran espacio cultural. Construido de espaldas a la ciudad, según quiso su arquitecto, Luis Moya, lo diseñó a imagen y semejanza del Partenón de Atenas, para que todo aquel que quisiera visitarlo tuviese que rodearlo y admirar su grandiosidad.

*The origins of Gijón date back more than 5,000 years, and strolling through the city allows you to travel back in time through the preserved heritage of each of its historical periods.*

*The journey begins at Monte Deva, a secret revealed in the late 20th century, with more than 5,000 years of antiquity: a necropolis consisting of nine burial mounds and the quarry where Neolithic people extracted large stone blocks.*

*But to better understand the importance of this archaeological site, it is recommended to visit the Archaeological-Natural Park of Campa Torres beforehand, one of the main fortified settlements in northern Spain that delves into the transition from the pre-Roman to the Roman era.*

*Continuing the walk through the city's history, more than a dozen Romanesque churches preserve the splendor of the Middle Ages. But one of the most important legacies is related to the sea, with places like the Revillagigedo Palace or the Casa de los Alvargonzález. This era gave way to the industrialization process and made Gijón/Xixón the center of Asturias' productive sector.*

*Gijón/Xixón also houses the first Labor University in Spain, in an incomparable architectural complex built between 1946 and 1956, which has served as a cultural space since 2007. Built with its back to the city, as its architect Luis Moya wanted, it was designed in the image and likeness of the Parthenon in Athens so that anyone who wanted to visit it had to surround it and admire its grandeur.*



Fotografía: Vista general de la Universidad Laboral de Gijón





## La cuna de Jovellanos: Cimavilla

*The birthplace of Jovellanos: Cimavilla*

Para descubrir la ciudad, recorrer la zona de Cimavilla es imprescindible y hará que te empapes del espíritu y la esencia de sus gentes. Antiguo barrio de piratas, pescadores, cigarreras y artesanos, es el centro donde todo comenzó, y aguarda la casa y la tumba de uno de sus ciudadanos más célebres: Gaspar Melchor de Jovellanos.

*If you want to discover the city, it is essential to explore the Cimavilla area and immerse yourself in the spirit and essence of its people. This ancient neighborhood of pirates, fishermen, cigarette makers, and craftsmen is the center where everything began, and it holds the house and tomb of one of its most famous citizens: Gaspar Melchor de Jovellanos.*

En un paseo por las calles de este barrio alto, que vive bajo el influjo del mar que lo rodea, descubrirás, además de edificios históricos y animadas terrazas, el carácter particular de sus vecinos y vecinas: personas altaneras, mordaces, socarronas, solidarias y reivindicativas.

*Walking through the streets of this upper neighborhood, which lives under the influence of the surrounding sea, you will discover, in addition to historic buildings and lively terraces, the unique character of its neighbors: proud, witty, sarcastic, supportive, and assertive individuals.*

Porque Cimavilla es el corazón de esta ciudad donde una pequeña población echó raíces y palpitó a ritmo del Cantábrico. Donde el recuerdo de la caza de ballenas, que se difuminó en 1722 con la última captura con arpones y sangradera, permanece en el recuerdo de la ciudad y en los nombres de algunas calles y casas cercanas al puerto.

*Cimavilla is the heart of this city, where a small population took root and pulsated to the rhythm of the Cantabrian Sea. The memory of whale hunting, which faded away in 1722 with the last harpoon and bleeding capture, remains in the city's memory and the names of some streets and houses near the port.*

Esta pequeña península, en la que los romanos se asentaron y poco a poco fue expandiéndose hacia el interior, guarda lugares como la cuesta'l Cholo. Tranquilo por el día, cuando la tarde comienza a caer, el barrio se convierte en un hervidero de gente donde restaurantes y sidrerías son el centro de reunión. En cualquier época del año, gijoneses y visitantes acuden aquí para sumergirse en la gastronomía que ha mantenido vivo el espíritu marinero que lo ha definido siempre. En sus esquinas no falta un culín de sidra, acompañado con andariques (nécoras) o bocartes, para ir comprendiendo la Gijonomía. Porque aquí, "La energía ni se crea ni se destruye, se comparte".

*This small peninsula, where the Romans settled and gradually expanded inland, holds places like "cuesta'l Cholo." Quiet during the day, when the evening begins to fall, the neighborhood becomes a bustling hub of people, where restaurants and cider bars are the gathering place. Throughout the year, locals and visitors come here to immerse themselves in the cuisine that has kept alive the maritime spirit that has always defined it. In its corners, there is no shortage of cider, accompanied by "andariques" (velvet crabs) or "bocartes" (anchovies), to begin to understand the "Gijonomía." Here, "energy can neither be created nor destroyed, but can be shared."*



Fotografías: Casa tradicional en el barrio de Cimavilla / Escaleras del rock



Las callejuelas discurren a lo largo de este barrio que se ha visto conquistado por el carácter bohemio y alternativo en los últimos años, algo que se refleja en las Escaleras del Rock, que unen el puerto deportivo con la parte alta del barrio, y cuyos peldaños llevan inscritos cada uno de los 50 mejores álbumes de la historia de este género.

## Esculturas que miran al mar

Continuando el ascenso, se encuentra el Cerro de Santa Catalina, que en el siglo XVII albergó un enclave militar para proteger a la ciudad del ataque de los piratas. Un lugar donde disfrutar de las mejores vistas de la ciudad que, en palabras de Jovellanos, “el espectáculo es magnífico, a su vista se siente un placer inexplicable”.

Allí está la escultura más famosa, ‘Elogio del horizonte’, obra de Chillida, donde el hormigón se erige como símbolo de la ciudad en casi 500 toneladas y 10 metros de alto. Única en cada perspectiva, desde su interior puede escucharse el batir amplificado de las olas del mar contra las piedras del acantilado, como si de una enorme caracola se tratase.

Además de esta, una treintena de esculturas de artistas locales y nacionales discurren a lo largo de la villa, formando una singular ruta con obras como ‘El Árbol de la Sidra’, compuesta por más de 3.200 botellas. Instalado temporalmente para concienciar sobre el reciclaje de vidrio, ha acabado convirtiéndose en un reclamo permanente para quienes visitan la ciudad, un lugar imprescindible donde hacerse con tu ‘selfie’ de recuerdo. o ‘La madre del emigrante’, de Ramón Muriedas, apodada cariñosamente como “La Lloca” o “La Muyerona”, en la que se plasma el sufrimiento de aquellas madres que vieron cómo sus hijos partían, rumbo a las Américas, en busca de una vida mejor.

Además, otras obras dispersas por la ciudad son ‘Monumento a la República’, de Manzano y Quesada; ‘El cubo’, de Alejandro Mieres; o Génesis, de Joaquín Rubio Carmín. Y, junto al mar, destacan ‘Sombras de luz’, de Fernando Alba, y ‘Solidaridad’ de Pepe Noja.

*The bohemian and alternative character have conquered the narrow alleys of this neighborhood in recent years. That reflects in the “Escaleras del Rock” (Rock Stairs), which connect the marina with the upper part of the neighborhood, and whose steps bear the inscription of each of the 50 best albums in the history of this genre.*

## Sculptures that gaze out to sea

*Continuing the ascent, you will find Santa Catalina Hill, which in the 17th century housed a military enclave to protect the city from pirate attacks. A place to enjoy the best views of the city where, in the words of Jovellanos, “the spectacle is magnificent, ante sight makes one feel inexplicable pleasure.”*

*There, you will find the most famous sculpture, ‘Elogio del horizonte’ (Eulogy to the Horizon), a work by Chillida, where concrete stands as a symbol of the city in nearly 500 tons and 10 meters high. Unique from every perspective, from inside, you can hear the amplified sound of the waves crashing against the cliff’s stones, as if it were an enormous seashell.*

*In addition, around thirty sculptures by local and national artists run throughout the town, forming a unique route with works such as ‘El Árbol de la Sidra’ (The Cider Tree), composed of more than 3,200 bottles. Temporarily installed to raise awareness about glass recycling, it has become a permanent attraction for those who visit the city, an essential place to take your souvenir selfie. Or ‘La madre del emigrante’ (The Mother of the Emigrant), by Ramón Muriedas, affectionately known as “La Lloca” or “La Muyerona,” which depicts the suffering of those mothers who saw their children depart for the Americas in search of a better life.*

*Furthermore, other scattered works throughout the city include ‘Monumento a la República’ (Monument to the Republic), by Manzano and Quesada; ‘El cubo’ (The Cube), by Alejandro Mieres; or ‘Génesis,’ by Joaquín Rubio Carmín. And by the sea, ‘Sombras de luz’ (Shadows of Light), by Fernando Alba, and ‘Solidaridad’ (Solidarity) by Pepe Noja stand out.*



Fotografía: Elogio del horizonte, obra de Eduardo Chillida, situada en el Cerro de Santa Catalina





## Vida marcada por el mar

*A life marked by the sea*

Gijón es ciudad bañada por el mar. Y el agua es el principio de todo. ¿O no?. El Cantábrico abraza la bahía de San Lorenzo, la más conocida de la ciudad, donde flanqueada por El Muro, el paseo marítimo de tres kilómetros de extensión, es lugar de peregrinaje obligatorio para el gijonés y el visitante. Destino clásico para el baño, el paseo, el juego y la práctica de deportes acuáticos, entre los que el surf ha ganado protagonismo en los últimos años, también son protagonistas sus escaleras. Entre ellas “El Tostaderu”, donde los gijoneses en cualquier época del año despiertan su vocación de lagarto, ya que se dice que este muro guarda cada rayo de sol que llega a la ciudad.

Pero Gijón guarda un total de nueve calas y playas aptas para el baño donde conectar con el Cantábrico en tu visita. Porque ya lo dice su tratado: “Todo cuerpo sumido en un fluido experimenta un subidón que no veas”. La Playa de Poniente o de Pando, situada en la zona de Fomento, muy próxima al puerto deportivo, es el mejor lugar donde descansar cuando sopla el viento del nordeste, ya que se encuentra protegida de su influencia. Antes de llegar a ella, se encuentra la postal obligatoria de todo turista que se precie: un selfie junto a Las Letronas de Gijón.

La Playa de L’Arbeyal, en el oeste de la ciudad, discurre por 500 metros de longitud, bañada por aguas tranquilas y una gran oferta de servicios. Y entre otras playas urbanas, encontrarás el Rinconín o El Cervigón, ideal para la pesca submarina o la práctica del snorkel, y Los Mayanes, a la margen derecha del arenal de San Lorenzo, formada por rocas, cantos y un arenal variable según las mareas.

*Gijón is a city bathed by the sea. And water is the beginning of everything. Or is it not? The Cantabrian Sea embraces San Lorenzo Bay, the most well-one in the city, where flanked by “El Muro,” the three-kilometer-long promenade, it is a mandatory pilgrimage site for locals and visitors alike. A classic destination for swimming, strolling, playing, and practicing water sports, among which surfing has gained prominence in recent years, its stairs are also prominent. Among them is “El Tostaderu,” where Gijón residents awaken their lizard-like nature at any time of the year, as it is said that this wall holds every ray of sunlight that reaches the city.*

*But Gijón has nine coves and beaches suitable for swimming, where you can connect with the Cantabrian Sea during your visit. As their saying goes, “Everybody submerged in a fluid experiences an incredible rush.” The Playa de Poniente or Pando Beach, located in the Fomento area, very close to the marina, is the best place to relax when the northeast wind blows, as it is protected from its influence. Before reaching it, you will encounter the obligatory postcard for any respectable tourist: a selfie next to the “Las Letronas” (The Big Letters) of Gijón*

*The Playa de L’Arbeyal, in the west of the city, stretches for 500 meters, bathed in calm waters, and offers a wide range of services. And among other urban beaches, you will find Rinconín or El Cervigón, ideal for underwater fishing or snorkeling, and Los Mayanes, on the right bank of the San Lorenzo sandy beach, formed by rocks, pebbles, and a sandy area that varies with the tides.*



Fotografía: Olas rompiendo contra el paseo marítimo de Gijón  
[gijonomia.es/es](http://gijonomia.es/es)

Entre sus playas rurales, destacan Peñarrubia, frecuentada por naturistas; Estaño, una cala de arena dorada en atractiva forma de tómbolo; las arenas vírgenes de Serín, con un acceso difícil y muy atractiva para nudistas, y la cala de La Cagonera, antiguo refugio de barcas y pescadores, a la que se recomienda acceder en embarcación.

Entre mar y montaña, Gijón se encuentra rodeado de naturaleza. Para acercarnos a todas ellas, desde la ciudad discurren cinco sendas verdes por las que meter las botas en tu equipaje será imprescindible. Caminos para recorrer en bici, que te llevarán por acantilados, pedreros o playas, riberas de ríos o por el trazado del antiguo ferrocarril minero. Y no solo destino, Gijón también es origen, donde sus sendas te llevarán hacia Covadonga, Santiago o hacia el sur por la Ruta Vía de la Plata.

*Among its rural beaches, Peñarrubia stands out, frequented by naturists; Estaño, a cala with golden sand in an attractive tombolo shape; the pristine sands of Serín, with difficult access and very appealing to nudists, and the Cala of La Cagonera, a former refuge for boats and fishermen, recommended to access by boat.*

*Situated close to the sea and the mountains, Gijón/Xixón is surrounded by nature. Five green trails leading from the city will make you pack your boots to explore all of them. . Bike paths that will take you through cliffs, rocky shores, beaches, river banks, or along the route of the old mining railway. And Gijón/Xixón is not only a destination but also an origin, where its paths will lead you to Covadonga, Santiago, or southward through the Ruta Vía de la Plata (Silver Route).*





# BIOPARC Acuario de Gijón

## Sumérgete en el mundo marino

*Immerse yourself in the marine world*

El BIOPARC Acuario de Gijón es el destino familiar favorito de la región, de visita obligatoria y un auténtico lujo para los amantes de la naturaleza. En un emplazamiento privilegiado junto a la Playa de Poniente alberga a más de 5200 ejemplares de más de 460 especies: tiburones toro, musola y gris, tortugas marinas, crustáceos, moluscos, peces tropicales, pirañas, ajolotes, medusas, morenas, rayas, anémonas y gorgonias, varias especies de reptiles y anfibios. Estas son solo algunas de la completa colección de flora y fauna a la que podrás observar en sus hábitats naturales.

La visita al BIOPARC Acuario de Gijón es un viaje a través de los mares y océanos del mundo. Un recorrido extraordinario por más de 60 acuarios de agua y salada, más de 10 terrarios, y dos millones de litros de agua que recrean la flora y la fauna de algunos de los hábitats más importantes del planeta: el Bosque Húmedo Tropical Americano, los Océanos Índico y Pacífico, el Océano Atlántico, los Grandes Ríos y Lagos Africanos y el Mar Mediterráneo.

Además, cuenta con una zona única en el mundo, dedicada en exclusiva a los ríos asturianos y la Costa Cantábrica, donde encontrarás salmones, esturiones, anguilas, salamandras, lampreas, peces pipa, cabrachos, julias, estrellas o erizos de mar. Es un lugar privilegiado para conocer y apreciar la belleza de la naturaleza y la biodiversidad, donde te garantizamos que disfrutarás de una visita inolvidable.

*BIOPARC Gijón Aquarium is the favorite family destination in the region, a must-visit, and a true luxury for nature lovers. Located in a privileged location next to Poniente Beach, it houses over 5200 specimens of more than 460 species: bull sharks, catsharks, and gray sharks, sea turtles, crustaceans, mollusks, tropical fish, piranhas, axolotls, jellyfish, moray eels, rays, anemones, and gorgonians, various species of reptiles and amphibians. These are just some of the complete collections of flora and fauna that you can observe in their natural habitats.*

*A visit to BIOPARC Gijón Aquarium is a journey through the seas and oceans of the world. It is an extraordinary tour through over 60 freshwater and saltwater aquariums, over 10 terrariums, and two million liters of water that recreate the flora and fauna of some of the most important habitats on the planet: the Tropical American Rainforest, the Indian and Pacific Oceans, the Atlantic Ocean, the large African rivers and lakes, and the Mediterranean Sea.*

*Additionally, it has a unique area in the world dedicated exclusively to the rivers of Asturias and the Cantabrian Coast, where you will find salmon, sturgeons, eels, salamanders, lampreys, pipefish, anglerfish, julias, starfish, or sea urchins. It is a privileged place to learn about and appreciate the beauty of nature and biodiversity, guaranteeing an unforgettable visit.*



Playa de Poniente, s/n, 33212 Gijón · Teléfono 985 185 220  
+ Info: [acuariogijon.es](http://acuariogijon.es)







## LLANERA

CORAZÓN DEL PARAÍSO · *HEART OF PARADISE*

Llanera es corazón en el centro de Asturias. Lugar por donde todo pasa, desde el Camino de Santiago o la Vía de la Plata hasta eventos únicos como la Fiesta de recreación histórica de Exconxuraos. Centro del paraíso, situada en un lugar estratégico a escasos minutos de Oviedo, Gijón y Avilés, la historia dejó huella de su pasado en el emplazamiento romano Lucus Asturum, el nudo más importante de comunicaciones en la Asturias trasmontana de la época romana. Un yacimiento con un gran potencial que ha dejado vestigios de la importancia de la tradición creativa vinculada a la cerámica, que ha sido clave en el desarrollo del municipio.

Más allá de su patrimonio artístico, donde destacan construcciones prerrománicas y románicas, Llanera guarda paisajes naturales incomparables como los Covarones o el pico Santufirme, desde donde divisar la llanura central asturiana. Además, en el complejo deportivo de La Morgal se encuentra el Museo y Circuito Fernando Alonso, dedicado a la figura del piloto.

*Llanera is the heart in the center of Asturias. It is a place where everything happens, from the Camino de Santiago or the Vía de la Plata to unique events like the Historical Recreation Festival of Exconxuraos. Located at the center of paradise, in a strategic location just minutes away from Oviedo, Gijón, and Avilés, history has left its mark on Llanera with the Roman site of Lucus Asturum, the most important communication hub in Asturias during Roman times. This archaeological site has great potential and bears evidence of the importance of the creative tradition linked to ceramics, which has played a key role in the municipality's development.*

*Beyond its artistic heritage, which includes pre-Romanesque and Romanesque buildings, Llanera boasts incomparable natural landscapes such as Covarones or the Santufirme peak, from where you can admire the central plains of Asturias. Additionally, the Fernando Alonso Museum and Circuit, dedicated to the figure of the racing driver, is located in the La Morgal sports complex.*

Fotografía: Ruta de los Covarones del Río Tuernes (Llanera)  
llanera.es



## CANGAS DEL NARCEA

CORAZÓN Y PUERTA DE ASTURIAS · *HEART AND GATEWAY TO ASTURIAS*

En el sur occidente asturiano, un paraíso de ensueño aguarda al viajero intrépido: Cangas del Narcea. Más de 300 aldeas salpican sus montañas, y la mitad de su territorio está protegido en el Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias. En este paraíso se esconde el Bosque de Muniellos, el bosque de robles más grande de España y uno de los mejor conservados de Europa, y lugares con historia como el pueblo de Besullo, cuna del dramaturgo Alejandro Casona. Imprescindible también visitar el Museo del Vino de Cangas y alguna de las bodegas donde caminar por viñedos de montaña en los que nacen los vinos heroicos y atlánticos, únicos en Asturias. En la zona también se pueden encontrar lugares como el santuario de la Virgen del Acebo o el mirador de Brañas de Arriba, que ofrecen vistas panorámicas impresionantes y la oportunidad de descubrir la naturaleza del hábitat del oso pardo cantábrico.

*In the southwestern region of Asturias, a dream-like paradise awaits the intrepid traveler: Cangas del Narcea. Over 300 villages dot its mountains, and half of its territory is protected within the Natural Park of Narcea, Degaña, and Ibias. Within this paradise hides the Muniellos Forest, the largest oak forest in Spain and one of the best-preserved in Europe, along with historic places like the village of Besullo, the birthplace of playwright Alejandro Casona. It is also essential to visit the Cangas Wine Museum and explore some wineries where you can walk through mountain vineyards where heroic and Atlantic wines, unique to Asturias, are born. In the area, you can also find places such as the Sanctuary of Nuestra Señora del Acebo or the Brañas de Arriba viewpoint, which offer breathtaking panoramic views and the opportunity to discover the habitat of the Cantabrian brown bear.*

Fotografía: Vista general del puente romano en el barrio de El Cascarín  
ayto-cnarcea.es



# LUARCA

## La villa con mar, río y montaña

*The town with sea, river, and mountains*

El mar, el río y la montaña determinan el estilo de vida del Concejo de Valdés, con capital en Luarca y ligada ésta al mar desde su origen. Su zona más antigua nace en torno a la desembocadura del río Negro y comprende antiguos barrios de pescadores como La Pescadería o El Cambaral. En contraposición, la Luarca burguesa, a lo largo de ambos márgenes del cauce, y que guarda ejemplos de arquitectura del estilo ecléctico de la primera mitad del siglo XX. Como imprescindibles en tu visita te recomendamos:

### Bosque-Jardín de la Fonte Baxa

Una obra de arte al aire libre con una superficie de 10 hectáreas cobija más de 500 especies vegetales procedentes de los cinco continentes, con una privilegiada situación sobre lo alto del acantilado de las playas. En un paseo por sus senderos encontrarás también auténticos elementos arquitectónicos, cada uno con su propia historia o curiosidad, a lo largo de sus seis paseos temáticos.

### Museo del Calamar Gigante

Este espacio alberga una de las colecciones más grandes del mundo de los famosos kraken, una especie fantástica que genera mitos y leyendas a lo largo de todo el planeta. En las aguas profundas que se encuentran a pocos kilómetros de Luarca abundan este tipo de ejemplares que descubrir a través de la luz y sonido de este museo para sumergirse, a través de una experiencia sensorial, en el hábitat marino de estas criaturas, la fosa de Avilés.

*The sea, the river, and the mountains define the lifestyle of the Valdés Council, with its capital in Luarca, which has always been linked to the sea. Its oldest area originates around the mouth of the Negro River and includes old fishing neighborhoods such as La Pescadería or El Cambaral. In contrast, the bourgeois Luarca extends along both sides of the river and preserves eclectic architecture from the first half of the 20th century. As must-see attractions during your visit, we recommend:*

### The Fonte Baxa Forest-Garden

*It is an outdoor work of art covering an area of 10 hectares, housing over 500 plant species from the five continents, with a privileged location atop the cliffs overlooking the beaches. While strolling along its paths, you will also encounter authentic architectural elements, each with its own history or curiosity, along its six thematic walks.*

### Giant Squid Museum

*This space houses one of the world's largest collections of the famous kraken, a fantastic species that generates myths and legends throughout the planet. The deep waters located just a few kilometers from Luarca abound with these types of specimens, which you can discover through the light and sound of this museum. Immerse yourself in a sensory experience and explore the marine habitat of these creatures—the Avilés Trench.*





# AVILÉS

## La joya histórica a orillas del estuario

### *The historical gem on the estuary*

Avilés cautiva a sus visitantes por su historia, su encanto medieval y su carácter cosmopolita. Con un pasado que se remonta a siglos atrás, ha logrado preservar su patrimonio histórico de manera excepcional, ofreciendo a los viajeros la oportunidad de sumergirse en un laberinto de calles empedradas, plazas pintorescas y edificios centenarios.

En su casco histórico se encuentran lugares emblemáticos como el Palacio de Valdecarzana, la Iglesia Vieja de Sabugo y la de San Nicolás de Bari, el Palacio y el Parque de Ferrera y la plaza del Carbayedo, entre muchos otros. Si cierras los ojos y te dejas llevar por la atmósfera que lo rodea, sentirás que estás inmerso en la Edad Media o en los primeros años del Siglo de Oro. A través de la Recreación Histórica Digital del Avilés Medieval, podrás conocer al detalle cómo era la ciudad en ese tiempo.

Desde hace casi una década, el toque vanguardista lo aporta el Centro Niemeyer. Situado en la orilla más industrial de la ría, su diseño de formas suaves y su impecable color blanco contrastan con la historia de Avilés, ligada al hierro y el acero. Ofrece una intensa y variada programación cultural durante todo el año, convirtiéndose en un perfecto espacio de relajación.

Es además la única ciudad del Principado que cuenta con un estuario natural, lo que le confiere un ambiente único. Su impresionante ría recupera cada vez más su vitalidad histórica y, en los meses de verano, se pueden realizar Itinerarios Turísticos en barco, un recorrido en formato de visita guiada de una hora de duración.

*Avilés captivates its visitors with its history, medieval charm, and cosmopolitan character. With a past that dates back centuries, it has exceptionally managed to preserve its historical heritage offering travelers the opportunity to immerse themselves in a labyrinth of cobblestone streets, picturesque squares, and centuries-old buildings.*

*In its historic center, you will find emblematic places such as the Valdecarzana Palace, the Old Church of Sabugo and the Church of San Nicolás de Bari, the Ferrera Palace and Park, and the Carbayedo Square, among many others. If you close your eyes and let yourself go with the atmosphere around you, you will feel immersed in the Middle Ages or the early years of the Golden Age. Through the Digital Historical Recreation of Medieval Avilés, you can learn in detail what the city was like during that time.*

*For almost a decade, the Niemeyer Center has provided the avant-garde touch. Located on the industrial side of the estuary, its design with soft shapes and impeccable white color contrasts with Avilés' history linked to iron and steel. It offers an intense and varied cultural program throughout the year, becoming a perfect space for relaxation.*

*It is also the only city in the Principality with a natural estuary, which gives it a unique atmosphere. Its impressive estuary is gradually regaining its historical vitality, and during the summer months, you can take boat tours, a guided one-hour visit format.*



Fotografías: Calle Galiana y Centro Niemeyer  
aviles.es







## TAPIA DE CASARIEGO

---

ENCLAVE ÚNICO ENTRE ASTURIAS Y GALICIA · *UNIQUE LOCATION BETWEEN ASTURIAS AND GALICIA*

Este paraíso del surf en el extremo occidental asturiano, abre las puertas a sus visitantes ofreciéndole un sinfín de actividades de turismo activo, sol y playa, una excelente gastronomía, puestas de sol de película y paisajes de ensueño.

Punto estratégico por donde pasa el Camino de Santiago, es una parada obligatoria para los peregrinos que disfrutan de las vistas panorámicas que ofrece Tapia, de su coqueto puerto y sus casas marineras, de sus playas catalogadas con bandera azul y de entornos verdes y áreas recreativas con zonas de especial conservación.

Un enclave único que separa la frontera entre Asturias y Galicia, cargado de eventos y fiestas veraniegas como El Carmen o el FID'O (Festival Intercéltico D'Occidente), declarado de Interés Turístico, donde el visitante puede disfrutar e impregnarse de las tradiciones y costumbres más típicas de la parte occidental asturiana.

*This surf paradise in the westernmost part of Asturias opens its doors to visitors offering a wide range of active tourism activities, sun and beach, excellent gastronomy, movie-like sunsets and dreamlike landscapes.*

*As a strategic point along the Camino de Santiago, it is a must-stop for pilgrims who enjoy the panoramic views that Tapia offers, its charming harbor and fishing houses, its blue-flag beaches, and green surroundings with recreational areas and zones of special conservation.*

*A unique enclave that separates the border between Asturias and Galicia, it is filled with events and summer festivals where visitors can enjoy and immerse themselves in the most typical traditions and customs of the western part of Asturias, such as the FID'O (Inter-Celtic Festival of the West), declared of Touristic Interest.*

---

Fotografía: Puerto de Tapia de Casariego  
tapiadecasariego.es



---

# FECHAS SEÑALADAS

## NOTABLE DATES

### UNA FORMA DIFERENTE DE CONOCER LA CULTURA DEL PRINCIPADO

*A DIFFERENT WAY TO DISCOVER THE CULTURE OF THE PRINCIPALITY*



#### FIESTA DE LOS EXCONXURAOS

LLANERA · JULIO

Durante el primer fin de semana de julio, cintas, banderines, escudos, guerreros, bufones, caballeros, músicos y muchos otros elementos crean un colorido y vibrante festival que ha ganado fama tanto a nivel regional como nacional. Además, se llevan a cabo una serie de actividades y espectáculos diseñados para transportar a los participantes a la época medieval, en una experiencia única.

*During the first weekend of July, ribbons, pennants, shields, warriors, jesters, knights, musicians, and many other elements come together to create a colorful and vibrant festival that has gained fame both regionally and nationally. In addition, a series of activities and performances are carried out, designed to transport participants to the medieval era, offering a unique experience.*

#### FIESTA DE EL BOLLO

AVILÉS · ABRIL

La ciudad de Avilés celebra cada lunes de Pascua una comida de confraternización en las calles del casco antiguo. Este evento único en Asturias reúne a más de 15.000 personas que se sientan para disfrutar de una variedad de delicias gastronómicas típicas de la región. La festividad recibe su nombre de un gesto tradicional, donde los padrinos regalan un bollo o bizcocho a sus ahijados.

*The city of Avilés celebrates every Easter Monday a fraternal meal in the streets of the old town. This unique event in Asturias brings together more than 15,000 people who sit down to enjoy a variety of gastronomic delights typical of the region. The festivity is named after a traditional gesture where godparents gift a bun or cake to their godchildren.*



## DÍA DE AMÉRICA EN ASTURIAS

OVIEDO · SEPTIEMBRE

En el marco de las Fiestas de San Mateo, cada 19 de septiembre se lleva a cabo un día especial de confraternización entre continentes. Se trata de un colorido desfile folclórico y de carrozas que destaca tanto la cultura asturiana como la de los países latinoamericanos a los que los asturianos han emigrado tradicionalmente. Es una celebración que une y muestra la diversidad cultural, honrando los lazos históricos entre Asturias y otras partes del mundo.

*As part of the San Mateo Festivities, a special day of fellowship between continents takes place on September 19th. It involves a colorful folk parade and floats that showcase both Asturian culture and the cultures of the Latin American countries where Asturians have traditionally emigrated to. It is a celebration that unites and showcases cultural diversity, honoring the historical ties between Asturias and other parts of the world.*



Fotografía: Día de América en Asturias



## FERIA DE LA ASCENSIÓN

OVIEDO · MAYO

A finales del mes de mayo, la capital de Asturias se viste con sus mejores galas para celebrar una feria muy especial. En la plaza de la catedral, se monta un magnífico mercadillo asturiano que recrea de manera auténtica la atmósfera tradicional de la región. Este lugar estratégico, situado en el corazón del casco histórico de la ciudad, es de un valor histórico y belleza extraordinarios. Es aquí donde los visitantes pueden sumergirse en la cultura asturiana, disfrutar de los productos locales y vivir una experiencia única.

*At the end of May, the capital of Asturias dresses up in its finest attire to celebrate a very special fair. In the cathedral square, a magnificent Asturian market is set up, authentically recreating the traditional atmosphere of the region. This strategic location, situated in the heart of the historic city center, holds extraordinary historical value and beauty. It is here where visitors can immerse themselves in Asturian culture, enjoy local products, and have a unique experience.*

Fotografía: Feria de la Ascensión

Fotografía: Fiesta Gastronómica del Desarme

## FIESTA GASTRONÓMICA DEL DESARME

OVIEDO · OCTUBRE

Desde hace más de medio siglo, los establecimientos gastronómicos de la ciudad se preparan con entusiasmo para ofrecer el famoso menú del Desarme, una tradición arraigada que se celebra cada 19 de octubre. Este succulento banquete consiste en garbanzos con bacalao y espinacas, callos a la asturiana y arroz con leche. No solo es una experiencia culinaria deliciosa y satisfactoria, sino también una oportunidad única para conmemorar un importante acontecimiento histórico que tuvo lugar en la primera mitad del siglo XIX, vinculado a las Guerras Carlistas.

*For over half a century, gastronomic establishments in the city have eagerly prepared to offer the famous "Desarme" menu, a deeply rooted tradition celebrated every October 19th. This succulent feast consists of chickpeas with cod and spinach, Asturian-style tripe stew, and rice pudding. It is not only a delicious and satisfying culinary experience but also a unique opportunity to commemorate a significant historical event that took place in the first half of the 19th century, associated with the Carlist Wars.*







## FESTIVAL DE LA SIDRA NATURAL

GIJÓN · AGOSTO

Este festival tiene lugar la última semana de agosto y transforma por completo las calles y plazas de la ciudad, llenándolas de arte urbano y efímero. En esos días, se puede disfrutar de actividades como el mercadín de la sidra y la manzana, cursos de escanciado, el bus de la sidra, las visitas a llagares emblemáticos, el concurso de escanciadores, las representaciones teatrales, los cancios de chigre o las degustaciones populares. Estas actividades capturan la esencia de la cultura sidrera y brindan a los visitantes una experiencia inolvidable en la que la ciudad se impregna del espíritu festivo y tradicional de la sidra.

*This festival takes place during the last week of August and completely transforms the streets and squares of the city, filling them with urban and ephemeral art. During these days, visitors can enjoy activities such as the cider and apple market, cider pouring courses, the cider bus, visits to iconic cider mills, the pouring competition, theatrical performances, traditional pub songs, and popular tastings. These activities capture the essence of cider culture and provide visitors with an unforgettable experience where the city is infused with the festive and traditional spirit of cider.*

### SEMANA GRANDE

GIJÓN · AGOSTO

Es la principal cita festiva de Gijón y viene acompañada de numerosos conciertos, eventos y actividades. Durante la 'Semana', la ciudad asturiana suena más que nunca bajo el ritmo de artistas para todos los gustos y edades. La guinda festiva llega el día 14 de agosto con la Noche de los Fuegos y el 15 con el Restallón y la Danza Prima, que congrega a gijoneses, gijonesas y visitantes en la Playa de San Lorenzo.

*It is the main festive event in Gijón and is accompanied by numerous concerts, events, and activities. During the 'Semana', the Asturian city resonates more than ever to the rhythm of artists for all tastes and ages. The festive climax arrives on August 14th with the Night of the Fires and on the 15th with the Restallón and the Danza Prima, which brings together Gijón locals and visitors on San Lorenzo Beach.*

### ANTROXU

GIJÓN Y AVILÉS · FEBRERO

El carnaval en Asturias es un momento de celebración popular. En toda la región, el ambiente se impregna con el espíritu festivo del Carnaval: personas disfrazadas, charangas, desfiles, deliciosos frixuelos, música, alegría y bullicio en las calles y plazas de pueblos y ciudades. Hay dos lugares en Asturias donde el Antroxu o Carnaval adquiere especial relevancia y se convierte en un espectáculo llamativo: Avilés y Gijón.

*Carnival in Asturias is a time of popular celebration. Throughout the region, the atmosphere is infused with the festive spirit of Carnival: people in costumes, brass bands, parades, delicious frixuelos (traditional Asturian pancakes), music, joy, and bustling streets and squares in towns and cities. There are two places in Asturias where Antroxu or Carnival takes on special significance and becomes a captivating spectacle: Avilés and Gijón.*

Fotografía: Festival de la Sidra con escanciado en la playa de Poniente



### SAN TIMOTEO

LUARCA-VALDÉS · AGOSTO

Las fiestas de San Timoteo en Luarca dan comienzo la noche del 21 de agosto con un espectáculo de fuegos artificiales. Durante esa noche, se celebra una verbena que ofrece diversos ambientes para satisfacer los gustos tanto de los jóvenes como de los más mayores. Al día siguiente, 22 de agosto, tiene lugar la romería en honor a San Timoteo.

*The San Timoteo festivities in Luarca begin on the night of August 21st with a fireworks show. During that night, a popular open-air dance is held, offering different environments to cater to the tastes of both young and older attendees. The following day, August 22nd, the pilgrimage in honor of San Timoteo takes place.*

Fotografía: San Timoteo

### NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO

LUARCA-VALDÉS · AGOSTO

El día 15 de agosto es una ocasión especial en la que la Virgen del Rosario encarna la virgen marinera en una procesión en la que su imagen es transportada en un barco decorado especialmente para la ocasión. Estos días festivos se llenan de una amplia variedad de actividades lúdicas, deportivas, culturales y tradicionales relacionadas con el mar, la música, el baile y la cultura. Estas actividades están diseñadas tanto para niños como para adultos, brindando entretenimiento para todos los gustos y todas las edades.

*On August 15th, a special occasion takes place where the Virgin of the Rosary embodies the seafaring virgin in a procession where her image is carried on a boat specially decorated for the occasion. These festive days are filled with a wide variety of recreational, sports, cultural, and traditional activities related to the sea, music, dance, and culture. These activities are designed for both children and adults, providing entertainment for all tastes and ages.*

### FIESTA DE LA REGALINA

CADAVEDO-VALDÉS · AGOSTO

La Regalina es un evento destacado del verano en el municipio de Valdés y, gracias a su origen y características únicas, se ha convertido en una festividad que despierta una devoción inquebrantable y una profunda admiración en todos aquellos que la conocen. Este acontecimiento se celebra al aire libre, en el campo de La Garita, junto a la hermosa Ermita de Santa María de Riégala, desde donde hay unas vistas únicas de la costa y sus espectaculares acantilados.

*La Regalina is a prominent summer event in the municipality of Valdés, and thanks to its unique origin and characteristics, it has become a celebration that evokes unwavering devotion and deep admiration in all those who know it. This event is celebrated outdoors, in the La Garita field, next to the beautiful Chapel of Santa María de Riégala, offering unique views of the coastline and its spectacular cliffs.*







**FERIA INTERNACIONAL DE MUESTRAS DE ASTURIAS**  
GIJÓN · AGOSTO

Con casi 750.000 visitantes cada año y más de medio siglo de historia, se ha convertido en una de las citas más destacadas de la región. Participan más de 1.600 expositores de diversos sectores productivos de la economía. Aunque está diseñada principalmente para profesionales y empresas, también está abierta al público en general. Todos ellos se reúnen una vez al año en este evento, convirtiéndolo en un importante centro neurálgico para la industria, el turismo, el comercio, la cultura y el entretenimiento.

*With almost 750,000 visitors each year and over half a century of history, it has become one of the most prominent events in the region. More than 1,600 exhibitors from various sectors of the economy participate in it. Although primarily designed for professionals and businesses, it is also open to the general public. They all come together once a year at this event, making it a significant hub for industry, tourism, commerce, culture, and entertainment.*

Fotografía: Feria Internacional de Muestras de Asturias (FIDMA).  
Autor: Perlina  
Fotografía: Descenso Internacional del Sella

**DESCENSO DEL SELLA**  
ARRIONDAS-RIBADESELLA · AGOSTO

La Fiesta de las Piraguas es una de las festividades más reconocidas tanto dentro como fuera de Asturias. Combina con armonía y vitalidad el encanto y la emoción de una carrera de piraguas en aguas serenas, con una auténtica celebración al estilo asturiano, todo ello en un escenario de privilegio: las aguas y orillas del río Sella. No hay fiesta más alegre ni que capture la esencia asturiana de una manera tan auténtica.

*The Fiesta de las Piraguas (Canoe Festival) is one of the most renowned festivities both within and outside of Asturias. It harmoniously combines the charm and excitement of a canoe race in calm waters with an authentic Asturian-style celebration, all set in a privileged location: the waters and banks of the Sella River. There is no livelier party that captures the essence of Asturias in such an authentic way.*



**LA DESCARGA**  
CANGAS DEL NARCEA · JULIO

Cada 16 de julio, la villa de Cangas del Narcea se llena de emoción con la renombrada Descarga. Alrededor de las ocho de la tarde, justo cuando la imagen de la Virgen del Carmen cruza el antiguo puente en su camino hacia la capilla, el cielo de Cangas se ilumina con fuegos artificiales y explosiones de pólvora durante varios minutos. Un espectáculo que despierta los sentidos y crea una atmósfera vibrante y cautivadora.

*Every July 16th, the town of Cangas del Narcea fills with excitement during the renowned "Descarga" (Fireworks Display). Around eight in the evening, just as the image of the Virgen del Carmen crosses the old bridge on its way to the chapel, the sky of Cangas illuminates with fireworks and gunpowder explosions for several minutes. It's a spectacle that awakens the senses and creates a vibrant and captivating atmosphere.*

**FIESTA DE LA VENDIMIA**  
CANGAS DEL NARCEA · OCTUBRE

La Fiesta de la Vendimia en Cangas del Narcea es un evento excepcional en Asturias, ya que es la única comarca productora de vino de todo el Principado. Los viñedos de montaña presentes aquí hacen que la recolección sea una actividad realmente heroica. Tiene lugar cada año durante el Puente del Pilar, en la primera quincena de octubre, y ofrece una amplia gama de actividades relacionadas con la vendimia.

*The Harvest Festival in Cangas del Narcea is an exceptional event in Asturias, as it is the only wine-producing region in the entire Principality. The mountain vineyards found here make the harvest a truly heroic activity. It takes place every year during the Puente del Pilar (October long weekend) in the first half of October and offers a wide range of activities related to the grape harvest.*

Fotografía: La Descarga. Autor: JMorroscó



# ELOGIO A LA TIERRA

## PRAISE TO THE EARTH

La belleza de Asturias no solo reside en su paisaje. Su situación privilegiada entre el mar y la montaña hace que, desde los Picos de Europa hasta la costa, pasando por sus verdes pastos, la vida se desarrolle en total plenitud.

El Paraíso Natural del Principado da, desde su tierra, productos que hacen que la gastronomía asturiana sea un aliciente más para enamorarte. Capaces de coronar la excelencia, sus especialidades conquistarán el paladar de todo visitante, además de marcar una identidad culinaria fruto del trabajo escrupuloso durante años. Una auténtica “Cocina de Paisaje” en la que lo mejor de su tierra corona sus platos tras ser iluminados por el talento de sus chefs y guisanderas.

El mimo se nota desde las laderas de las montañas, donde las vacas pastan apacibles, hasta el litoral que da pescados y mariscos de temporada que surten las lonjas.

Asturias se descubre a través de sus platos que, fruto del conocimiento y del mimo hacia los productos que da su tierra, han sabido hacer de ellos un sinónimo de calidad, sostenibilidad, hospitalidad y constante evolución creativa. Donde las variedades de sus quesos alcanzan la friolera de 50 tipos diferentes, contando con nombres propios como Cabrales, Gamonéu, Afuega'l Pitu o Casín. Un lugar en el que su oro, el líquido patrio, llega de la manzana, y lo mejor de todo es compartirlo.

Ni en las cartas ni en las mesas de cada hogar pueden faltar la fabada, el pote, el “pitu caleya” ni el cachopo de Ternera Asturiana. Mientras que en el centro de su geografía abundarán las cebollas rellenas y los callos, en el Oriente el emberzáu y las verdinas, y en el Occidente el chosco, conformando un panorama tan suculento como sabroso.

### SIDRA NATURAL

El oro patrio de Asturias es la sidra natural. Un tesoro que se sirve por botellas, se comparte y se toma escanciada en culinos o culetes. Y siempre, bebido de un solo trago, en un vaso en el que caerán más de cien mililitros, pero ante el que no debes asustarte.

Más de setenta llagares elaboran 40 millones de botellas de sidra en el Principado, convirtiendo así a la tierrina en el principal productor de sidra, con casi el 80 por ciento de la producción nacional, elaborada con hasta 76 variedades de manzanas.

*The beauty of Asturias not only lies in its landscape. Its privileged location between the sea and the mountains means that life flourishes in total abundance, from the Picos de Europa to the coast, through its green pastures.*

*The Natural Paradise of the Principality provides products from its land that make Asturian cuisine an added incentive to fall in love. Capable of reaching excellence, its specialties will conquer the palate of every visitor, while also marking a culinary identity resulting from meticulous work over the years. A true “Cuisine of Landscape” in which the best of its land crowns its dishes after being illuminated by the talent of its chefs and cooks.*

*The care is evident from the mountain slopes where cows graze peacefully, to the coast that supplies seasonal fish and seafood to the markets.*

*Asturias reveals itself through its dishes, which, born from knowledge and care for the products of its land, have turned them into a synonym of quality, sustainability, hospitality, and constant creative evolution. Where the varieties of its cheeses reach an astounding 50 different types, featuring renowned names like Cabrales, Gamonéu, Afuega'l Pitu, or Casín. A place where its gold, the national liquid, comes from apples, and the best part is sharing it.*

*Neither menus nor home tables can be without the fabada (Asturian bean stew), the pote (Asturian stew), the “pitu caleya” (free-range chicken), or the Asturian veal cachopo. While stuffed onions and tripe abound in the central region, the emberzáu (Asturian lamb) and verdinas (a type of green bean) prevail in the East, and the chosco (smoked pork) in the West, forming a succulent and flavorful panorama.*

### NATURAL CIDER

*The Asturian national treasure is natural cider. A treasure served in bottles, shared, and poured into small glasses or “culetes.” And always, drunk in one gulp from a glass that holds more than a hundred milliliters, but you shouldn't be alarmed.*

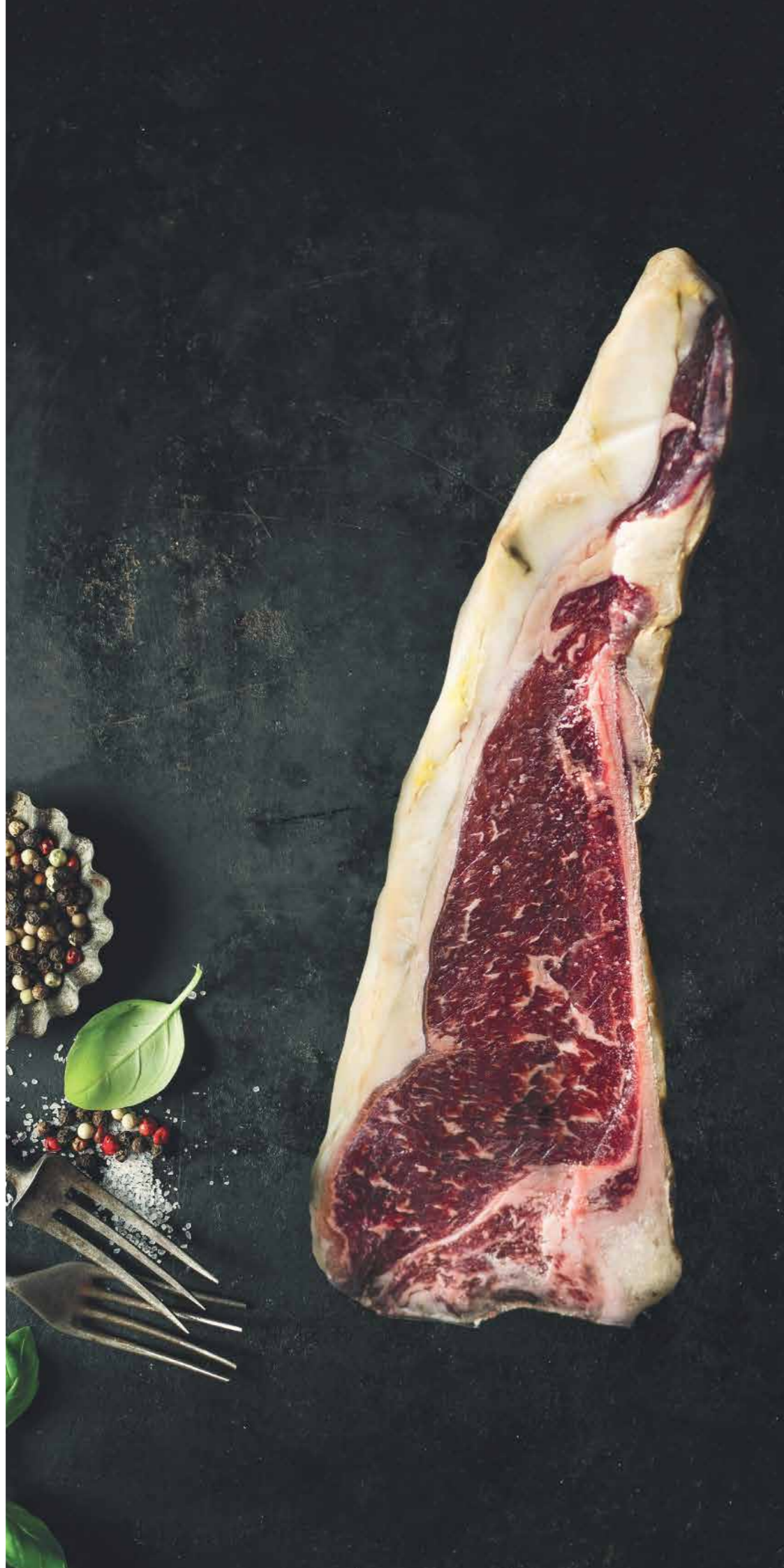
*Over seventy cider mills produce 40 million bottles of cider in the Principality, making it the main cider producer, accounting for almost 80 percent of national production and made with up to 76 varieties of apples.*





“Capaces de coronar la excelencia, sus especialidades conquistarán el paladar de todo visitante”

“Capable of reaching excellence, its specialties will conquer the palate of every visitor.”



Fotografía:  
Vaca asturiana

## PESCADOS Y MARISCOS

La variedad de pescados y mariscos que ofrece el Cantábrico dota a Asturias en general y a Gijón como gran exponente de un producto fresco en cualquier época del año. En las lonjas, llamadas “rulas”, la despensa es diversa y sabrosa, al igual que en las pescaderías y restaurantes, que cambian de especies cada mes ajustándose a la temporada. Muchas de ellas con nombre propio en bable. Aquí no encontrarás el bogavante, sino el bugre; las nécoras serán andaricas; las lapas, llámpares, y a los erizos de mar, llámalos oricios.

## TERNERA ASTURIANA

A lo largo y ancho de sus verdes prados, más de 300.000 cabezas de ganado bovino pastan apaciblemente en la región. La gran mayoría de ellas están destinadas a la carne, y protegidas por la IGP Ternera Asturiana. Un ingrediente destinado mucho más allá que a hacer cachopos, aunque sea uno de los bocados imprescindible en tu visita a Asturias. En los recetarios, encontrarás también platos exquisitos como las carrilleras al vino de Cangas o la carne guisada con ‘patatinas’.

## QUESO DE CABRALES

Son más de 50 las variedades artesanales que se extienden en Asturias. Entre ellas se encuentra el Cabrales, queso madurado en cuevas naturales del Parque Nacional de Picos de Europa y que se puede elaborar con cualquiera de las tres leches, pero en la que siempre predomina la de la vaca sobre la de cabra u oveja. Este tipo de queso es elaborado artesanalmente. Un producto de sabor intenso, con un punto salado y picante, ideal para marinar y cocinar.

## FABADA ASTURIANA

La fabada asturiana es el plato más icónico del Principado. La tradición y el sabor de una buena mesa están detrás de “les fabes”, sello de la ‘tierrina’, plato que se complementa, junto con la legumbre, con el chorizo, la morcilla, el lacón y otros derivados del cerdo que dependerán del gusto de cada cocinero. Ingredientes que, tras varias horas de cocción, darán lugar a un puchero digno de los mejores paladares.

## FISH AND SEAFOOD

The variety of fish and seafood offered by the Cantabrian Sea provides Asturias in general and Gijón as a great exponent of fresh produce all year round. In the fish markets, known as “rulas,” the pantry is diverse and tasty, just like the fishmongers and restaurants that change their species every month, adapting to the seasons. Many of them have their own names in the local language, Bable. Here, you won’t find lobster, but bugre; spider crabs will be called andaricas; limpets, llámpares, and sea urchins will be known as oricios.

## ASTURIAN VEAL

Across its green meadows, more than 300,000 heads of cattle graze peacefully in the region. The vast majority of them are destined for meat and protected by the Protected Geographical Indication (IGP) Asturian Veal. This ingredient is used for much more than making cachopos, although it is one of the essential bites during your visit to Asturias. In recipe books, you will also find exquisite dishes like cheeks in Cangas wine or braised meat with “patatinas” (baby potatoes).

## CABRALES CHEESE

There are over 50 artisanal varieties spread throughout Asturias. Among them is Cabrales, which is matured in natural caves in the Picos de Europa National Park and can be made with any of the three types of milk, although cow’s milk predominates over goat or sheep’s milk. This type of cheese is handcrafted, characterized by its intense flavor with a salty and spicy note, ideal for marinating and cooking.

## ASTURIAN BEAN STEW (FABADA ASTURIANA)

The Asturian bean stew is the most iconic dish of the Principality. Tradition and the taste of a good meal are behind “les fabes,” the hallmark of the region. The dish is complemented with chorizo, blood sausage, pork shoulder, and other pork derivatives depending on the cook’s preference. After several hours of cooking, these ingredients result in a hearty stew worthy of the finest palates.





# Emoción Gastronómica

## Gastronomic Emotion

### EMOCIÓN GASTRONÓMICA

#### THE JOY OF EATING WELL

Asturias destaca como un referente privilegiado en el ámbito de la gastronomía de calidad. A lo largo y ancho del Principado se unen la excelencia de los productos locales, el servicio eficiente y la maestría en los fogones. El resultado es una maravilla culinaria convertida en unos de sus grandes monumentos indispensables para disfrutar y paladear.

La gastronomía asturiana trasciende para convertirse en un verdadero ritual, gracias al esfuerzo y la pasión de todas aquellas personas que la hacen posible.

Cada plato preparado en esta tierra refleja el trabajo y la ilusión que se le han dedicado.

La variedad de la escena gastronómica asturiana hace que sea posible transitar por todo tipo de propuestas. Calidad de los productos, talento en recetario y esmero en la preparación son factores de una ecuación profundamente asentada en el paisaje y en la cultura de esta tierra.

Una buena guía para adentrarnos en la gastronomía asturiana la conforman sus marcas de calidad oficiales: “Mesas de Asturias- Excelencia Gastronómica” y “Sidrerías de Asturias – Calidad Natural”. La primera de ellas, Mesas de Asturias, cuenta con 33 restaurantes que aseguran la mejor de las experiencias gastronómicas; mientras que los 28 miembros de «Sidrerías de Asturias» constituyen la oferta más destacada de estos establecimientos tan inequívocamente asturianos.

Ambas marcas proyectan el compromiso de Asturias con la cultura gastronómica, uno de los atractivos más apreciados por los numerosos viajeros y turistas que visitan esta comunidad cada año.

Sumergirse en la calidez de la gastronomía asturiana es disfrutar con los cinco sentidos de un momento que se prepara a fuego lento y que se graba en la memoria como una de esas experiencias que uno siempre anhela revivir.

*Asturias stands out as a privileged reference in the field of quality gastronomy. Throughout The Principality, the excellence of local products, efficient service, and mastery in the kitchen come together. The result is a culinary marvel transformed into one of its great indispensable monuments to enjoy and savor.*

*Asturian gastronomy transcends to become a true ritual, thanks to the effort and passion of all those who make it possible.*

*Each dish prepared in this land reflects the work and enthusiasm dedicated to it.*

*The variety of the Asturian gastronomic scene allows for all kinds of proposals. Quality of products, talent in recipes, and care in preparation are factors deeply rooted in the landscape and culture of this land.*

*A good guide to delve into Asturian gastronomy is made up of its official quality marks: “Mesa de Asturias - Gastronomic Excellence” and “Sidrerías de Asturias - Natural Quality”. The first one, Mesa de Asturias, has 33 restaurants that ensure the best gastronomic experiences, while the 28 members of “Sidrerías de Asturias” represent the most outstanding offer of these unmistakably Asturian establishments.*

*Both brands project Asturias’ commitment to gastronomic culture, one of the most appreciated attractions by the numerous travelers and tourists who visit this community every year.*

*Immersing oneself in the warmth of Asturian gastronomy is to enjoy with all five senses a moment that is prepared slowly and engraved in memory as one of those experiences that one always longs to relive.*

«Mesas de Asturias», es la gran referencia gastronómica de Asturias y esta guía destaca algunos de sus restaurantes identificados con el emblema de esta marca a recordar para saborear lo mejor de Asturias

“Mesas de Asturias” is the great gastronomic reference of Asturias, and this guide highlights some of its restaurants identified with the emblem of this brand to remember in order to taste the best of Asturias





## CASA MARCIAL

---



### *COCINA CON RAÍCES · COOKING WITH ROOTS*

---

Hay muchos motivos por los que visitar Casa Marcial pero las dos estrellas Michelin de Nacho Manzano, bien secundado por sus dos hermanas (Esther que le ayuda muchas veces tras los fogones y Sandra en la sala), ya lo dicen todo. Manzano propone en Casa Marcial un viaje a los orígenes, a las raíces, a la tierra que le vio nacer... Asturias. Una mágica travesía por los sabores asturianos desde la creatividad y la innovación sin dejar de mirar a su alrededor y utilizando siempre productos autóctonos teniendo como norte la excelencia. Con pasión, respeto, ingenio y mucho amor. Sentimientos que se dejan ver en su carta, con platos ya clásicos como el “pitu de caleya” (pollo de corral) o sus famosas croquetas y en sus menús degustación donde el protagonista es la materia prima de Km. 0.

There are many reasons to visit Casa Marcial, but Nacho Manzano’s two Michelin stars, well supported by his two sisters (Esther, who often helps him in the kitchen, and Sandra in the dining room), say it all. Manzano proposes a journey to the origins, to the roots, and to the land that saw him born: Asturias. A magical journey through the flavors of Asturias, with creativity and innovation, while always looking around and using local products and seeking excellence. With passion, respect, ingenuity, and a lot of love. These feelings are evident in their menu, with classic dishes like “pitu de caleya” (free-range chicken) or their famous croquettes, as well as in their tasting menus, where the focus is on locally sourced ingredients.



La Salgar, s/n . Arriendas, Parres · Tl. 985 840 991 · casamarcial.com



## REAL BALNEARIO DE SALINAS

---



### *BALCÓN AL CANTÁBRICO · BALCONY TO THE CANTABRIAN SEA*

---

Con el Cantábrico como telón de fondo, comer en una de las mesas de la galería del Real Balneario de Salinas es un espectáculo en sí mismo y más si te toca una mesa mirando al impresionante Museo de anclas Philippe Cousteau y rompiendo las olas. Pero además, el chef Isaac Loya, nombre consolidado de la cocina asturiana contemporánea, lo convierte en una experiencia indescriptible al seguir los sabios consejos de su padre y su abuelo. Por eso ha convertido los pescados y mariscos del Cantábrico en la piedra angular de su propuesta. Alta cocina que sabe a mar aliñado con salsas clásicas, puntos de cocción perfectos y técnica depurada, respetando la materia prima al cien por cien, con técnicas innovadoras sin desprestigiar. El Balneario es uno de esos raros casos en los que tradición y modernidad conviven en un mismo lugar, una misma cocina.

With the Cantabrian Sea as a backdrop, dining at one of the tables on the gallery of Real Balneario de Salinas is a spectacle in itself, especially if you get a table facing the impressive Philippe Cousteau Anchor Museum and breaking waves. But in addition, chef Isaac Loya, a well-established name in contemporary Asturian cuisine, turns it into an indescribable experience by following the wise advice of his father and grandfather. That is why he has made the fish and seafood of the Cantabrian Sea the cornerstone of his proposal. Fine dining that tastes like the sea, seasoned with classic sauces, perfect cooking points, and refined technique, fully respecting the raw material, with innovative techniques without detracting from it. The Balneario is one of those rare cases where tradition and modernity coexist in the same place, the same kitchen.



Juan Sitges, 3. Salinas – Castrillón · Tl. 985 518 613 · realbalneario.com

Foto Sara Castaño





## ARBIDEL



### EL ARTE DE JAIME · JAIME'S ART

**T**radición y modernidad. Referente de la alta gastronomía asturiana, el chef Jaime Uz, reconocido con una estrella Michelin y un sol Repsol, da rienda a su creatividad culinaria en este íntimo y coqueto restaurante escondido entre las callejuelas de la bonita zona antigua de la villa turística de Ribadesella. En su recetario, esencialmente asturiano, reinterpreta la cocina clásica con nuevas técnicas y añade ingredientes poco comunes o foráneos, dando su particular punto de vista vanguardista respetando siempre la tradición. El mar y la montaña están presentes en los platos de sus dos menús degustación y su carta, que mutan diariamente según la materia prima que el propio chef encuentra en el mercado. El maridaje no deja tampoco de sorprender con la excelente selección de vinos que encontramos en su bodega como una exquisita botella de vino local de Cangas.

**T**radition and modernity. A reference in Asturian haute cuisine, chef Jaime Uz, renowned with a Michelin star and a Repsol sun, unleashes his culinary creativity in this intimate and charming restaurant hidden among the narrow streets of the beautiful old town of the tourist village of Ribadesella. In his recipe book, essentially Asturian, he reinterprets classic cuisine with new techniques and adds uncommon or foreign ingredients, offering his particular avant-garde perspective while always respecting tradition. The sea and the mountains are present in the courses of his two tasting menus and à la carte, which change daily depending on the ingredients that the chef himself finds in the market. The pairing never fails to surprise either with the excellent selection of wines found in his cellar as an exquisite bottle of local wine from Cangas.



Oscura, 1 · Ribadesella · Tl. 985 861 440 · [arbidelrestaurante.com](http://arbidelrestaurante.com)



## AL BAILE LA TEMPRANA



### ÉRASE UNA VEZ UNA FAMOSA GUIANDERA · ONCE UPON A TIME, THERE WAS A FAMOUS COOK

**C**onocer la biografía de La temprana es reconocer la fusión como la expresión natural de la vida. Emigró a México jovencita, amando cocinar y bailar. Quién dijo fiesta. Comprendió que ambas cosas son una forma de expresión, y se lo trajo a Asturias. De aquello queda la esencia de AL baile La Temprana. Una carta donde sorprenderte con exóticos sabores conviviendo con clásicos de la cocina asturiana. Los vinos, autóctonos, de producción limitada y artesanal. Y los amantes de la decoración quedarán atónitos, nada es casualidad. Diferentes espacios, pensados para el placer de la sobremesa o para sus conciertos de jazz en un ambientazo único. Para una cena romántica o un Brunch para recordar: la galería. Difícil encasillar un local con hechuras de cocina de autor, música en directo, exquisita decoración, cosmopolita e impactante.

**K**nowing the biography of La Temprana is recognizing fusion as the natural expression of life. She emigrated to Mexico at a young age, loving cooking and dancing. Who said party? She understood that both things are forms of expression and brought it back to Asturias. The essence of Al baile La Temprana remains from that. They offer a menu that will amaze you with exotic flavors coexisting with Asturian culinary classics. Their wines are indigenous, limited production, and artisanal. And lovers of decoration will be astonished because nothing is by chance. Different spaces are designed for the pleasure of table talk or for their jazz concerts in a unique atmosphere. Whether it is a romantic dinner or a memorable brunch, the gallery is there. It is difficult to categorize a place with signature cuisine, live music, exquisite decoration, cosmopolitan, and striking.

C. Canóniga, 18 · Oviedo · Tl. 984 843 331 · [albailelatemprana.com](http://albailelatemprana.com)





## CASA ZOILO

---



### RESPECTO POR LA TRADICIÓN · RESPECT FOR TRADITION

---

Cuando algo se valora, se atesora y conserva. Por eso la tradición es uno de los principios de Casa Zoilo. Más de 70 años ofreciendo auténticos platos y productos de Asturias. Salones que te acogen como un elemento más de esta liturgia que en Asturias se llama comer. Todo comienza en la selección del producto. Solo los pescados y mariscos que den la talla verán la cocina de este clásico. Las carnes serán de la raza culona de ternera asturiana. Por eso solo queda respetar la herencia de la buena cocina. Una de sus especialidades es la recuperación de platos típicos asturianos que han caído en desuso, especialmente los elaborados con casquería platos que hay que saber cocinarlos y que requieren la cultura del buen comer para consumirlos.

When something is valued, it is cherished and preserved. That is why tradition is one of the principles of Casa Zoilo. For over 70 years, they have been offering authentic dishes and products from Asturias. The dining rooms welcome you as an integral part of this ritual known as 'eating' in Asturias. It all starts with the selection of the ingredients. Only fish and seafood that meet the standards will make it to the kitchen of this classic establishment. The meats come from a breed of Asturian beef. That is why it is essential to respect the heritage of good cuisine. One of their specialties is the revival of traditional Asturian dishes that have fallen out of use, especially those made with offal, which require skillful cooking and an appreciation for the culture of good eating to savor them.



Avda. del Riego, 1 · Muros de Nalón · Tl. 985 583 332 · casazoilo.com  
Foto Sara Castaño



## EL CORRAL DEL INDIANU

---



### LA ESTRELLA Y LOS SOLES NO SON SU ÚNICO FIRMAMENTO

---

### A STAR AND TWO SUNS ARE NOT THEIR ONLY CONSTELLATION

---

Para llegar a concebir algunos platos, además de dedicación, la destreza, la técnica y la creatividad. Son imprescindibles. Y de tales principios se nutre una carta sorprendente y que nunca deja indiferente a quién acude a su casa. El sello es José Antonio Campoviejo, laureado chef que ha hecho del Corral del Indianu una enseña de Asturias de elegancia y sofisticación. Lo prueban la estrella michelín y los dos soles Repsol que en este restaurante es lo único que sabe a poco. Antes de la boca, el restaurante invade todos los sentidos, con detalles en su decoración únicos. Los productos que tiene a tiro de piedra, gracias a la naturaleza Asturiana cierran el círculo. Quién dijo paraíso.

To conceive some dishes, dedication, skill, technique, and creativity are essential. And from these principles, an astonishing menu is nurtured, never leaving anyone who visits indifferent. The stamp is José Antonio Campoviejo, an acclaimed chef who has made Corral del Indianu a symbol of elegance and sophistication in Asturias. This is evidenced by the Michelin star and the two Repsol suns, which are the only things that fall short in this restaurant. Before reaching your mouth, the restaurant invades all senses with its unique decor details. The products, close at hand thanks to the Asturian nature, complete the circle. Who said paradise?



Avenida de Europa, 14 · Arriendas · Tl. 985 841 072 · elcorraldelindianu.com





## EL ASADOR DE ABEL



### MANJARES EN ASCUAS · DELICACIES ON EMBERS

Si hablamos de carnes en Asturias, El Asador de Abel es un referente. Ubicado muy cerca de Oviedo, en Argüelles (Siero), tiene una de las mejores parrillas de la región y una selecta selección de carnes. Sus chuletas son jugosas y con mucho sabor, exquisitas. Pero aquí también el mar tiene el protagonismo con buenos pescados del Cantábrico hechos a la parrilla, platos de bacalao o cogote de merluza. La tradicional fabada o las cebollas rellenas también las encuentras en su carta que describe lo mejor de la cocina asturiana, la de cuchara. Hace pocos meses su alma máter, Abel Terente, se ha jubilado tras más de 50 años en el oficio, pero ha tomado el testigo y la herencia el chef Javier Álvarez Farpón. ¡Y qué legado le ha dejado! Lo podrá hacer diferente pero mejor imposible.

When it comes to meats in Asturias, El Asador de Abel is a reference. Located very close to Oviedo, in Argüelles (Siero), it has one of the best grills in the region and a select range of meats. Their chops are juicy and full of flavor, truly exquisite. But here, the sea also takes the spotlight with excellent grilled fish from the Cantabrian Sea and cod or hake neck dishes. The traditional bean stew (fabada) and stuffed onions can also be found on their menu, showcasing the best of Asturian cuisine, particularly hearty dishes. A few months ago, their soul and founder, Abel Terente, retired after over 50 years in the profession, but the chef Javier Álvarez Farpón has taken up the reins and the legacy. And what a legacy he has inherited! He may bring his own touch, but it could not be any better.

 La Revuelta del Coche, Argüelles (Siero) · Tl. 985 740 913 · [elasadordeabel.com](http://elasadordeabel.com)   
Foto Sara Castaño

## KRAKEN



### OLEADAS DE SABOR · WAVES OF FLAVOR

Desde una terraza que se asoma a la playa de poniente, de imponentes vistas el Cantábrico y a Gijón, el mar ejerce de influencer en una carta en la que reina el pez del cantábrico bajo la batuta del producto de temporada y de cercanía. Pero del mar también el marisco tiene mucho que decir, y los arroces se encargan de conjugar todos estos ingredientes. En Kraken lo bordan. Un equipo en cocina de garantía te sorprenderá, desde los arroces, a un steak tartar de lubina, o pasándote a la carne asturiana tratada como se debe. Para completar esta fiesta, el espectáculo requiere de un lugar donde celebrarlo que esté a la altura. La decoración de Kraken está pensada para acogerte, y su terraza exterior para conquistarte.

Si acabas tu visita en el Bioparc Acuario de Gijón, completa la experiencia en su restaurante, no lo dudes.

From a terrace overlooking Poniente Beach, with stunning views of the Cantabrian Sea and Gijón, the sea acts as an influencer in a menu where Cantabrian fish reigns under the baton of seasonal and local ingredients. But seafood also has a lot to say from the sea, and the rice dishes combine all these ingredients. They nail it at Kraken. A reliable kitchen team will surprise you, from the rice dishes to a sea bass steak tartare, or by treating Asturian meat as it should be. The spectacle requires a venue that measures up to complete this celebration. Kraken's decoration is designed to welcome you, and its outdoor terrace is meant to win you over. If you end your visit at the BIOPARK Gijón Aquarium, complete the experience at their restaurant, do not hesitate.

Playa de Poniente · Acuario de Gijón · Tl. 985 185 220 · [restaurantekraken.com](http://restaurantekraken.com)





# TIERRA ASTUR

LA SIDRERÍA DONDE COMER ES UNA FIESTA

THE CIDER HOUSE WHERE DINING IS A CELEBRATION

Acudir a una sidrería en Asturias es una obligación dentro del decálogo del buen turista. Elegimos y te recomendamos Tierra Astur, porque entre otros motivos, ha sabido calar entre los propios paisanos. Prueba de ello su presencia con siete locales, a cada cual más impresionante en su arquitectura además de mantener la coherencia en la calidad de su cocina.

Nos encanta su compromiso con el producto de cercanía, que se traduce en fantásticos platos de cuchara, una inacabable variedad de quesos o la sabrosa verdura que te brinda la privilegiada naturaleza asturiana. Los pescados y carnes tratados con esmero y arte en una auténtica parrilla de carbón son imprescindibles.

Pero por si el compromiso de producto no fuera suficiente, esta sidrería cuenta con ganadería extensiva propia de “Gochu Asturianu Ecolóxicu”, toda una apuesta por la calidad que aporta el cruce de la raza Duroc con la Asturcelta de cerdos nacidos y criados en libertad. Vamos, que hablan Bable.

Estés donde estés, tendrás cerca un Tierra Astur ofreciendo un trabajo en cocina que ha logrado converger en calidad a base del cuidado y atención, para replicar las técnicas y recetas en todos sus locales. Es esta forma de hacer la que ha conseguido concitar su reconocido éxito.

Para culminar una buena noche, consulta los días en los que un concierto te pueda sorprender, y recuerda reservar si quieres asegurarte mesa.

Visiting a cider house in Asturias is an obligation for any good tourist. We choose and recommend Tierra Astur because, among other reasons, it has managed to make an impact on the locals. Proof of this is its presence with seven establishments, each more impressive in its architecture, while maintaining consistency in the quality of its cuisine. We love their commitment to local produce, which translates into fantastic hearty dishes, an endless variety of cheeses, and the tasty vegetables that the privileged Asturian nature provides. The carefully prepared fish and meat on an authentic charcoal grill are a must-try.

But in case the commitment to quality products was not enough, this cider house has its own extensive farming of “Gochu Asturianu Ecolóxicu,” a true investment in quality that combines the Duroc breed with the Asturcelta breed of pigs, born and raised in freedom. That is, they speak Bable (Asturian language).

Wherever you are, you will find a Tierra Astur nearby, offering kitchen work that has achieved consistent quality through care and attention, replicating techniques and recipes in all their establishments. It is this way of doing things what has achieved their recognized success.

To top off a great evening, check the days when a concert might surprise you, and remember to make a reservation if you want to secure a table.



tierra-astur.com · Oviedo · Gijón · Colloto · Avilés ·





## CASA BELARMINO



*AUTÉNTICA COCINA ASTURIANA · AUTHENTIC ASTURIAN CUISINE*

Encontramos un pequeño tesoro gastronómico en el pueblo de Manzaneda, en el concejo asturiano de Gozón. Desde su apertura en 1930, Casa Belarmino se ha distinguido por mantener las tradiciones gastronómicas y tras varias generaciones nada ha cambiado en sus recetas. ¡Ni falta que hace! Porque cuando las cosas se hacen con tanto esmero y cariño no deben cambiarse. Piedra, madera y pizarra, una casa de comidas, con un acervo que la caracteriza, dirigida por Ramona Menéndez en cocina y Juan L. Álvarez que ejerce de perfecto anfitrión. Entre su carta las croquetas son ya un clásico que hay que pedir y no sólo eso, están dentro de la lista de las mejores del país. Tampoco olvidar el arroz con "pitu" (pollo). La auténtica cocina asturiana te espera.

We find a small gastronomic treasure in the village of Manzaneda, in the Asturian municipality of Gozón. Since its opening in 1930, Casa Belarmino has distinguished itself by preserving gastronomic traditions, and nothing has changed in its recipes throughout several generations. And there is no need for change! When things are done with such care and affection, they should not be changed. This traditional stone and wood house, with a slate roof, is under the command of Ramona Menéndez in the kitchen, while Juan L. Álvarez acts as the perfect host. Among their menu, the croquettes are already a classic to order, and not only that, they are also among the best in the country. And do not forget about the "arroz con pitu" (rice with chicken). Authentic Asturian cuisine awaits you.



Manzaneda - Gozón · Tl. 985 880 807 · casabelarmino.es



# TIENDA AVILÉS

TU COMERCIO DE SIEMPRE A UN CLIC DE DISTANCIA

[www.tiendaviles.com](http://www.tiendaviles.com)

UCAJGC  
Unión de Comerciantes  
de Avilés y Comarca

AVILÉS  
AYUNTAMIENTO



*Vuelve a sentir*  
**ASTURIAS**

*Vuelve al Paraíso*



GOBIERNU DEL  
PRINCIPAU D'ASTURIAS

*turismoasturias.es*

COCINA  
DE PAISAJE



**Asturias**  
paraíso natural