El Lago de La Baña es un magnífico ojo glaciar rodeado de alta sierras sobre las que se destaca la cumbre negra de La Peña Vidulante.

Durante el descenso, los arroyos que dan lugar al Lago de La Baña corren a lo largo de vías escabrosas.

El Monumento Natural Lago de La Baña fue declarado en 1950 para proteger un enclave de singular valor botánico, faunístico y geomorfológico localizado en el extremo suroriental de la provincia de León, donde confluyen las Sierras de La Cabrera y de la Mina.

Abarca la cabecera de un valle de modelado glaciar, cerrado por un circo de montañas que superan los 2000 m de altitud en las cumbres de Peña Surbia, Peña Vidulante y El Picón. En sus laderas se encuentran algunas de las fuentes del río Cabrera, de las que brotan arroyos de régimen torrential. Son sus aguas principalmente las que dan lugar a los lagos de La Baña, al quedar atrapadas tras las morrenas del glaciar que recorrió el valle durante los episodios glaciales del Cenozoico.

**DESCRIPTOR DE LA RUTA**

El punto de inicio de este pequeño recorrido se encuentra en la parte alta de un valle secundario excavado en la vertiente septentrional de la sierra de La Cabrera. El acceso a este lugar se realiza por una pista de tierra que se desvía a la izquierda de la carretera del puerto de Fonte da Cova a 2 km del pueblo de La Baña. Es un camino transitado y de buen firme, que da servicio a una enorme cantera de pizarra. Para ello desciende, en un primer tramo, hasta la estrecha vega en la que confluyen varios arroyos dando origen al río Cabrera. Cambiando de orilla, inicia una subida entre riscos negruzcos, laderas de brezo y explotaciones mineras, que dejan al descubierto el sustrato de pizarra que conforma el subsuelo de la sierra.

Tras 5,7 kilómetros de recorrido por la pista que sigue el fondo del valle, se alcanza una curva cerrada justo en el límite de la carretera. De allí sale un camino forestal, que avanza casi sin desviarse al encuentro del Arroyo del Lago, que fluye por el centro de una vega estrecha de prados de diente, que dan paso a sendas laderas empinadas cubiertas de brezos y píosnos. Al final de este tramo se encuentra un llamativo abedul con forma de candelabro, a cuya sombra una mesa y unos bancos de pizarra componen un bonito escenario para una comida campestre.

Frente a nosotros se eleva ahora una barrera que bloquea el valle y de la que brotan, en varias surgencias, las aguas del arroyo. Es preciso salvar este resalto en un corto pero empinado trecho que nos sitúa a los pies de una pequeña laguna de aguas someras, apretada entre riscos de cuarcita y una potente y espectacular morrena.

Rodeando la orilla oriental de La Laguna, afrontamos una nueva subida con la finalidad de salvar una segunda barra rocosa, de cuyos resquicios nacen brezos, píosnos, sauces, abedules y serballes. Basta alcanzar su cima para que la vista se abra a un bellísimo circo glaciar rodeado de altos cordales que abrazan el cuenco ocupado por el Lago de La Baña. La senda rodea el lago proporcionando grandes panorámicas, hasta que, describiendo un pequeño giro, desciende a sus orillas justo en el enclave en el que mueve el torrente que lo alimenta con sus aguas frías y transpatentes.
Entre la fauna más llamativa del Monumento Natural de La Bañía se encuentran algunos mamíferos como el lobo, el zorro, el corzo, el jabali, el gato montés y la nutria, o aves rapaces como la cuernija europea o las águilas real y perdizera. Entre los reptiles destacan el lagarto ocelado, las lagartijas serrana y roquera y la víbora de Seoane, mientras que en los lagos habita una interesante comunidad de anfibios, estando representados la salamandra común, los tritones palmeado, jaspeado, alpino e ibérico, los sapos comunes y corredor, las ranas bermeja, patillarga y común, y la ranita de San Antonio. Los ríos de la zona poseen además una buena población de trucha común.

La mañana que cierra la salida del lago hacia el valle está compuesta por infinitas vistas de picos de distintos tamaños.

Las laderas del crin de La Bañía conservan manchas de arboleda dominadas, por el abedul, el roble y el roble altas; entre los que se mezclan arbustos de cistus, trojos y acebos.

**PROVINCIA DE LEÓN**
Término Municipal de Tineo
- **Cota máxima:** 2.116 m (Peña Surbias)
- **Cota mínima:** 1.300 m (Arroyo del Lago)
- **Superficie Lago de La Bañía:** 7,5 ha
- **Profundidad máxima:** 3 m
- **Superficie Laguna:** 0,7 ha

**MÓNUMENTO NATURAL LAGO DE LA BAÑÍA**
- **Figuras de protección:** declarado Monumento Natural por Decreto 192/1990 de 11 de octubre; los lagos de La Bañía están recogidos en el Catálogo de Zonas Húmedas de Interés Especial de Castilla y León (código LE-9); el Monumento Natural está englobado en el Lugar de Importancia Comunitaria (LIC) y Zona de Especial Protección para las Aves (ZEPA) denominado Sierra de La Cabrera.
- **Superficie protegida:** 731 ha

**AYÚDANOS A CONSERVAR EL ESPACIO**
- Guarda la basura en una bolsa y depositala en los contenedores de las poblaciones cercanas.
- No realices vertidos que puedan contaminar las aguas de lagunas y arroyos.
- Respete la fauna, el ganado, la flora y la geología. No está permitido cortar ramas, arrancar plantas, perseguir animales, grabar nombres, etc.
- No introduzcas especies nuevas de la fauna salvaje y la flora silvestre. Lleva tus animales domésticos bajo control.
- Con carácter general no esta permitido hacer fuego dentro del espacio protegido.
- El ruido es una forma de contaminación; se ruega un comportamiento discreto y silencioso.
- No está permitido circular con vehículos a motor por los caminos del espacio protegido. Utiliza las sendas señalizadas para conocer el entorno a pie.
- La acampada libre no está permitida.

En beneficio de todos, respeta las señales.