

ESQUÍ DE MONTAÑA



Pico Vallibierna (3.056 m), Pirineos-2018



Contenido

1	Presentación	2
2	El destino	2
3	Datos básicos	3
4	Programa	3
5	Más información.....	4
5.1	Incluye	4
5.2	No incluye	4
5.3	Material necesario.....	4
5.4	Observaciones	5
5.5	Enlaces de interés.....	6
5.6	Puntos fuertes	6
6	Nivel Físico y técnico exigido	7
7	Otros viajes similares	8
8	Contacto	8

1 Presentación

El **Vallibierna** (3.056 m) situado al sur del macizo de las **Maladetas** merece ser visitado. La apertura del refugio **Cap de Llauset** en la vecina **Ribagorza**, en un lugar estratégico entre Aragón y Cataluña , nos permite pasar noche y hacer cumbre de forma cómoda.

Disfruta de dos jornadas de **esquí de montaña** en estas **solitarias** y bellas montañas.

2 El destino

El **Parque Natural Posets-Maladeta** está situado al norte de la comarca de la **Ribagorza** en la provincia de Lérida y noreste del Sobrarbe en la provincia de Huesca Engloba dos de los macizos más elevado de los Pirineos: el del **Aneto** (3.404 m) con otras cimas como el **Pico Maladeta** (3.308 m), y el macizo del **Posets** (3.375 m) con otras cumbres míticas como el **Perdiguero** (3.221 m).

En el **Parque Natural Posets–Maladeta** podemos disfrutar del privilegio de observar algunos de los glaciares que aún perduran en el **Pirineo**, como **el mítico glaciar del Aneto** en el macizo de Maladeta o el **glaciar de Llardana** en el macizo de Posets.

Valles como **Benasque, Chistau y Barrabés**, nos ofrecen infinitas posibilidades de actividades para todos los gustos y estaciones del año como la práctica del trekking, el esquí de montaña, el alpinismo y la escalada.

También alberga una red de refugios guardados que se encuentran estratégicamente situados: **refugio Ángel Orús** en el Valle de Eriste, **refugio de Estós** en el Valle de Estós, **refugio de la Renclusa** en la vertiente norte del Aneto y **refugio de Biadós** en el Valle de Chistau.

Además de los prados, dominan en su paisaje los bosques de pino rojo y negro, que en ocasiones se mezclan con el abeto. También es posible encontrar carrascales y algunas manchas de bosques mixtos caducos. En cuanto a fauna es posible encontrar urogallos, martas, lechuzas de Tengmalm, perdiz nival, marmota o sarrío entre otras muchas especies animales.

3 Datos básicos

Destino: El **Parque Natural Posets-Maladeta** (España). Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: **. Nivel técnico: **. Ver apartado 6: Nivel técnico y físico exigido.

Duración: 2 días.

Época: De febrero a abril.

Grupo mínimo-máximo: 2-7 personas.

4 Programa

Día 1. Encuentro en **Pont de Suert**.

Explicación del itinerario, preparación del material.

Día 2. **Vall de Riueno** (1.400 m) –**Colladeta de Riueno** (2.279 m)- **Collet dels Estanyets** (2.524 m). Refugio **Cap de Llauset** (2.400).

Recorrido principalmente de ascenso para alcanzar el refugio. Pasaremos de un paisaje de fondo de valle con un bonito bosque al inicio del recorrido, a un terreno más abierto salpicado de ibones. Tendremos opción antes de alcanzar el refugio de ascender alguna cima y así completar la jornada.

Recorrido obligado. Desnivel + 1300 m Desnivel - 300 m.

Día 3. **Refugio Cap de Llauset** (2.425 m)- **Pico Vallibierna** (3.056 m)- **Refugio Cap de Llauset** (2.425 m).

Tras la jornada previa, tocará disfrutar de la cumbre del **Vallibierna** y sus bonitas vistas de parte del Pirineo aragonés y catalán.

Tras regresar al refugio y recoger nuestras cosas tomaremos el camino de regreso.

Desnivel + 1.000 Desnivel - 2000 m.

5 Más información

Precio.

- **216** euros federados en montaña.
- **226** euros no federados en montaña.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Material común de seguridad.
- **1 noche en refugio Cap de Llauset** en régimen de media pensión.
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Transporte (consultar para compartir gastos de viaje con otros participantes).
- Noche previa a la partida en Pont de Suert. Muntania Outdoors lo gestiona sin costes.
- Almuerzos.
- Cena del día de llegada.
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.
- Cualquier imprevisto por causas climatológicas o de seguridad del grupo que implique un cambio de recorrido y conlleve un gasto mayor al presupuestado.

5.3 Material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila para esquiar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 30-35 litros) con cintas porta esquís.
- Material de esquí de montaña (esquís, botas, pieles, cuchillas, bastones). Una piel de foca de repuesto.
- Material de seguridad: ARVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Crampones y piolet.
- Casco.
- Ropa técnica para la actividad:
 - Calcetines.
 - Pantalón de esquí de montaña.
 - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio para el refugio.
 - Mallas de recambio para el refugio.
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).

- Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
- Braga para el cuello.
- Guantes finos tipo forro polar.
- Guantes gordos.
- Gorro para el frío.
- Gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana.
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelbak tener en cuenta que el tubo puede llegar a helarse.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y adaptaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Una semana antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además mandaremos más información útil que le facilitarán los preparativos finales.

Seguro de la actividad

Tal y como se indica en el apartado Décimo de las Condiciones Generales www.muntania.com, es obligatorio que disponga de un seguro que cubra la actividad del viaje. Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes (consultar). Si ya lo tiene o no quisiera contratarlo a través nuestro, debe confirmar por escrito que renuncia al mismo.

Sin ninguna duda, por un poco más recomendamos un seguro con cancelación y así si usted o un familiar tiene algún percance antes del viaje tendrá derecho a la devolución íntegra del importe pagado tanto en los billetes como en el propio viaje

*El seguro con cancelación que gestionamos permite una devolución de hasta 1500 euros. Si el importe del viaje más vuelo es mayor se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Otras cuestiones

- En los **refugios no se pasa frío**. La chaqueta tipo **primalof** o **plumas fino** se usará durante la actividad si la temperatura es muy baja.
- No es necesario llevar saco de dormir pero si un **saco sábana de seda o algodón**.
- Se recomienda llevar muy poca comida de ataque ya que puede comprarse en los refugios.
- En todos los refugios hay **zapatillas** por lo que no es necesario cargar con calzado extra.
- La selección de refugios puede sufrir algún cambio en el que puede ser sustituido uno por otro de la zona en función de la disponibilidad a la hora de formarse el grupo y en función de las condiciones de reserva y cancelación que nos imponen previamente . Si hacemos estos cambios les mantendremos informados.

5.5 Enlaces de interés

- <http://www.refugiocapdellauset.com>

5.6 Puntos fuertes

- Lugar tranquilo.
- Refugio nuevo donde pasaremos la noche.
- Magnífico paisaje en los altos Pirineos.

6 Nivel Físico y técnico exigido

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

	Relación Escala Blachere y Escala Traynard	Nivel de esquí
*	EM/S1-S2	Sin experiencia o con poca experiencia en esquí de montaña que aunque bajan en paralelo en pista tienen dificultades en los descensos fuera de pista
**	EB/S2-S3	Ya iniciados con dominio del paralelo en pendientes de hasta 35 °
***	EB-EMB BAJO/S4	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente no extrema (hasta 35°-40°) mediante distintas técnicas de descenso
****	EMB/S4-S5	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente (hasta 45°) dominando el salto de colas

	Escala Blachère según el nivel técnico del esquiador
EM	Esquiador medio que se desenvuelva por pendientes moderadas y amplias de hasta 25°
EB	Buen esquiador, capaz de afrontar pendientes de 30°-35° y nieves difíciles
EMB	Muy buen esquiador, hasta en pendientes de 40-45°, con pasos expuestos y nieves de todo tipo
EE	Esquiador excelente: capaz de afrontar pendientes de hasta 50°, con pasajes obligatorios algo expuestos y con nieves de todo tipo
EX	Esquiador extremo, capaz de afrontar pendientes de más 50°, con pasajes obligatorios muy expuestos y con nieves de todo tipo

	Escala Traynard
S1	Terrenos poco inclinados con facilidad para el giro. Zonas muy adecuadas para la iniciación en el fuera de pista
S2	Terrenos poco inclinados o moderada inclinación (hasta 25°) pero con amplitud para el giro y sin obstáculos.
S3	Pendiente moderada (hasta 35°). Sin dificultad en todo tipo de nieve. Descensos que se pueden considerar accesibles a esquiadores buenos o muy buenos
S4	Pendiente mantenida superior hasta 45° en terreno con poca exposición y entre 35°-40° en terreno expuesto, estrecho y obligado.
S5	Pendientes muy fuertes, inclinación superior a los 45°-50°, terreno muy obligado y con exposición. ¡Prohibido caerse!
S6	Inclinación mantenida superior a los 50° en terreno expuesto o más de 55° en terreno poco expuesto.
S7	Más de 60 °, muy expuesto

7 Otros viajes similares

- Carros de fuego. Alta Ruta de Esquí de montaña. Pirineos
- Esquí-Alpinismo. Alta Ruta en el Parque Nacional de Aigüestortes i Sant Maurici. Pirineos
- Parque Nacional de Aigüestortes y San Mauricio. Esquí de montaña
- Alta Ruta del Aneto y Maladetas. Esquí de montaña
- Esquí de montaña. Aneto, Alba y Paderna
- Punta Bachimala (3.176 m), Pirineos. Esquí de montaña
- Esquí de Ordesa. Custodia, Punta de las Olas y Marboré
- Esquí de montaña en Panticosa. Pirineos. Pico de la Muga (2.726 m) y Dientes de Batanes (2.878 m)
- Travesía de Refugios. Esquí de montaña-Refugio del Portillón
- Vignemale. Esquí de montaña
- Sierra de Gredos, un paraíso para el esquí de montaña
- Esquí de montaña en Picos de Europa. Circular de Peña Vieja y ascensión al Tesorero

8 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).