

ESQUÍ DE MONTAÑA EN LA CORDILLERA CANTÁBRICA



Tour de Peña Ubiña-2018



Contenido

| | | |
|-----|-------------------------------------|---|
| 1 | Presentación | 2 |
| 2 | Datos básicos | 3 |
| 3 | Programa | 3 |
| 4 | Más información..... | 4 |
| 4.1 | Incluye | 4 |
| 4.2 | No incluye | 4 |
| 4.3 | Material necesario..... | 4 |
| 4.4 | Observaciones | 5 |
| 4.5 | Enlaces de interés..... | 6 |
| 4.6 | Puntos fuertes | 6 |
| 5 | Nivel físico y técnico exigido..... | 7 |
| 6 | Otros viajes similares | 8 |
| 7 | Contacto | 8 |

1 Presentación

Te proponemos un fin de semana de esquí de montaña en la **Cordillera Cantábrica**, concretamente en la **Comarca de Babia** que en la actualidad es **Reserva de la Biosfera**.

Realizaremos dos itinerarios alojándonos en un hotel en el valle por lo que iremos ligeros de equipaje en cada jornada.

El sábado realizaremos un tour por el macizo de **Peña Ubiña**, atravesando el collado de **El Ronzón** (1.978 m) situado entre **Peña Ubiña** (2.417 m) y **Peña Ubiña Pequeña** (2.193 m) describiendo un recorrido en herradura.

El Domingo ascenderemos al **Pico Colinas** (2.206 m) o pico Colines.

No dejes escapar la oportunidad de visitar por primera vez la **Cordillera Cantábrica** o seguir explorando estas montañas que siempre nos animan a regresar.

2 Datos básicos

Destino: Comarca de Babia, **Cordillera Cantábrica**.

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: **. Nivel técnico: **. Ver apartado 5: Nivel técnico y físico exigido.

Duración: 2 días.

Época: De enero a abril.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

3 Programa

Día 1. Viaje a **San Emiliano**. Cena y explicación de los itinerarios. Resolución de dudas, etc.

Día 2. **Tour del Macizo de Peña Ubiña (2.417 m)**.

Desde Torrebarrio (1.250 m) ascenderemos en dirección Este hasta el Collado de El Ronzón (1.978 m) para en la misma dirección descender hacia la Casa Mieres y finalizar en la pequeña aldea de Pinos.

Magnífico paisaje de alta montaña presidido por el macizo de **Peña Ubiña**.

Desnivel + 800 m. Desnivel – 800 m



Día 3. al **Pico Colinas (2.206 m)** o pico Colines.

Precioso mirador, desde el oeste del Macizo de Peña Ubiña.

Iniciaremos el recorrido por el **Río de la Venta** que en dirección norte nos conducirá hasta la vertiente norte del **Pico Colinas**.

Desnivel + 950 m. Desnivel - 950 m.



4 Más información

- Grupo de 4-8 personas. 150 euros por persona.
- Grupo de 3 personas. 200 euros por persona.
- Grupo de 2 personas. 250 euros por persona.

4.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Gestión de reservas.

4.2 No incluye

- Transporte, alojamiento y manutención de los participantes. Muntania Outdoors lo gestiona sin costes.

4.3 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).

- Mallas de recambio para el refugio.
- Forro polar o similar (segunda capa).
- Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
- Chaqueta de primalof 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.

4.4 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.

Itinerarios

La selección de itinerarios se puede ver alterado por las condiciones meteorológicas, estado del manto nivoso, etc y será el guía el que tome la decisión de la mejor opción evaluando todos los condicionantes.

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

Se podrá dejar tanto el sábado como el domingo el equipaje que no usemos bien en el hotel (sábado) o en el vehículo (domingo).

4.5 Enlaces de interés

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

4.6 Puntos fuertes

- Espectacular **Peña Ubiña**.
- Posibilidad de variantes en caso de mal tiempo.
- Transporte incluido.
- Guía de montaña titulado.

5 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 |

6 Otros viajes similares

- Valle de Arán, Pirineos. Recorridos de Esquí de Montaña HUGO. YA PROGRAMADO
- Esquí de montaña en el Valle de Arán. Tres días de ascensions. HUGO 13-14 enero.
- Esquí de montaña en el Vall de Boí HUGO 26-29 diciembre
- Esquí de montaña. Pico Tendeñera (2847 m) y Pico Otal (2.705 m)
- Esquí de montaña en el Valle d' Ayous y Arnousse. Pirineo Francés
- Esquí de montaña en el Valle del Aragón y d' Ayous. Pirineos
- Esquí de montaña. Mesa de los Tres Reyes y Petraficha
- Esquí de montaña en el Pirineo Francés. Luchón HUGO. YA PROGRAMADO
- Pic de Neouvielle. Pirineo Francés HUGO 6 y 7 de mayo y 21-22 de mayo.
- Tres Provincias y Coriscao. Centinelas de los Picos de Europa
- Esquí de montaña en Picos de Europa. Circular de Peña Vieja y ascensión al Tesorero
- Esquí de montaña en la Cordiller Cantábrica. Entre Somiedo y la Babia. Peña Orniz (2.191 m) y Montihuero (2.180 m)
- Esquí de montaña en la Cordiller Cantábrica. Pico Murcia (2.349 m) y Tres Provincias

7 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).