

# ESQUÍ DE MONTAÑA EN EL VALLE DEL ARAGÓN Y D'AYOUS



**PIRINEOS**

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación .....	1
2	Datos básicos .....	1
2.1	Nivel físico y técnico necesario para este viaje.....	1
3	Programa .....	2
3.1	Programa resumen .....	3
3.2	Programa detallado .....	3
4	Más información.....	4
4.1	Incluye.....	4
4.2	No incluye .....	4
4.3	Material necesario.....	4
4.4	Observaciones .....	4
4.5	Enlaces de interés .....	6
4.6	Puntos fuertes .....	6
5	Otros viajes similares.....	6
6	Contacto .....	7

## 1 Presentación

El **Valle de Aragón** situado en el Pirineo aragonés y la vertiente francesa comprendida entre el **Puerto de Somport** hasta el Pico de Arriel en la parte norte del **Valle del Tena**, ofrece recorridos muy variados para los amantes del esquí de montaña.

Dormiremos en el valle, realizaremos los itinerarios sin peso, únicamente con lo imprescindible para pasar cuatro estupendos días de esquí de montaña.

## 2 Datos básicos

Destino: Pirineo aragonés (España) y francés.

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: \*\*. Nivel técnico: \*\*.

Duración: 3 días más tarde de viaje.

Época: De marzo a abril. Grupo mínimo-máximo: 4-7 personas.

### 2.1 Nivel físico y técnico necesario para este viaje

**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 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

**Relación Escala Blachere y Escala Traynard**

	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

**\*Observaciones.** Se requiere experiencia previa en esquí de travesía, saber esquiar en todo tipo de nieves y pendientes moderadas. No se requiere experiencia en esquí extremo ya que las pendientes de los itinerarios que vamos a seguir no lo son. Nivel físico para gente normal que puede hacer desniveles de entre 800 y 1.200 metros diarios a ritmo tranquilo. No se descarta poder hacer mayor desnivel para aquellos que quieran alargar la jornada sin perjuicio de los que con la jornada normal se quedan satisfechos.

### 3 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### **3.1 Programa resumen**

Día 1. **Viaje al Valle del Aragón (Canfrant)**. Reunión con los participantes para explicación de los itinerarios diseñados.

Día 2. **Circular del Castérau** (2.227 m).

Desnivel de subida 1.100 m. Desnivel de bajada 1.100 m.

Día 3. **Circular de la Punta d'Acué** (2.258 m).

Día 4. **Circular del Pic de Bénou y Escalar**. Un paseo por Francia.

Desnivel de subida 1.050 m. Desnivel de bajada 1.050 m.

### **3.2 Programa detallado**

Día 1. **Viaje al Valle del Aragón (Canfrant)**. Reunión con los participantes para explicación de los itinerarios diseñados.

Día 2. **Circular del Castérau** (2.227 m).

Interesante itinerario circular, con varios cambios de pieles de foca, que nos permite conocer la vertiente sur y norte de esta parte del Pirineo.

Iniciaremos el recorrido en la estación de Astún hacia el Ibón de Escalar. Alcanzaremos el Col des Moines. Desde aquí descenso en territorio francés con estupendas vistas del Midi d'Ossue.

Bordearemos el Pic Castérau en sentido de las agujas del reloj alcanzando el punto más bajo topográficamente del itinerario. Nos queda una remontada larga hasta el Pic d'Astu (2.277 m) para regresar en descenso al punto de partida, primero fuera de la estación de Astún y posteriormente dentro de la estación.

Desnivel de subida 1.100 m. Desnivel de bajada 1.100 m.

Día 3. **Circular de la Punta d'Acué** (2.258 m).

En la vertiente norte del Puerto de Somport y en la cabecera del valle d'Ayous, un poco desplazado al norte se encuentra la **Punta d'Acué** que aunque moderada en altura, suele presentar buena nieve y es un excelente mirador de la cara norte del Aspe, Llena del Bozo y otras montañas de la zona.

Se accede a su cima bordeando parte de la misma en sentido contrario a las agujas del reloj con una parte final en su flanco oeste. Para el regreso podremos volver por el mismo itinerario o completar un recorrido circular bajando por su vertiente sur.

Desnivel de subida 1.000 m. Desnivel de bajada 1.000 m.

Día 4. **Circular del Pic de Bénou y Escalar**. Un paseo por Francia.

Acceso cómodo desde la estación de esquí de Astún hacia el Ibón de Escalar. Desde aquí ascenso al Paus de Audas y bonito descenso por el solitario y salvaje valle d'Arnousse. Pondremos pieles de nuevo para remontar el Col d'Arnousse y para el que le queden ganas coronar el Pic d'Arnousse (1.100 m) (no necesario). Posterior descenso a Astún.

Desnivel de subida 1.050 m. Desnivel de bajada 1.050 m.

## 4 Más información

Precio. 328 euros.

### 4.1 Incluye

- Guía de montaña.
- 3 noches de alojamiento en hotel habitación doble (85 euros suplemento habitación individual).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

### 4.2 No incluye

- Transporte. Opción de compartir transporte con otros participantes (consultar).
- Cenas y almuerzos.

### 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).
- Material de seguridad: ARVA pala y sonda.
- Casco, crampones y piolet.
- Ropa técnica para la travesía:
  - Calcetines.
  - Pantalón de esquí de montaña.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - 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 y guantes gordos.
  - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelbak tener en cuenta que el tubo puede llegar a helarse, recomendando llevar una botella auxiliar.
- 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**

Entre 7 y 5 días antes 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.

### **Otras cuestiones**

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

### **Tipo de seguro que se incluye en el viaje**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

### **Seguro Ski/Aventura Plus**

Le recomendamos el seguro **Ski/Aventura Plus**. Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

### **Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación**

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior pero además tendrá una cobertura más completa porque tendrá cubierta la cancelación previa del viaje y billetes por un motivo de fuerza mayor (enfermedad, lesión...) tanto de usted como de un familiar.

El seguro de viaje con anulación que gestionamos permite una devolución de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

### **Anulación Plus**



Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

### **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación**

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación** son seguros de viajes con mejores coberturas que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

\*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

### Seguro de accidentes y rescate incluido

\*\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA J-2421 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h +34 93 366 95 81 (es el número de contacto de la empresa aseguradora AXA).

\*\*\* Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

\*\*\*\* Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

## **4.5 Enlaces de interés**

- <https://www.valledossau-tourisme.com>

## **4.6 Puntos fuertes**

- Escenario ideal para itinerarios de esquí de montaña.
- Cómodas aproximaciones.
- Posibilidad de variantes en caso de mal tiempo.
- Buenas condiciones de nivación.

# **5 Otros viajes similares**

- Andorra. Esquí de montaña en los Pirineos
- Altas cumbres de Andorra. Esquí de montaña

- Esquí de montaña en la Cerdaña. Pirineo Catalán
- Valle de Arán, Pirineos. Recorridos de Esquí de Montaña
- Esquí de montaña en el Valle de Arán. Tres días de ascensions
- Esquí de montaña en el Vall de Boí
- 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. Mesa de los Tres Reyes y Petraficha
- Esquí de montaña en el Pirineo Francés. Luchón
- Pic de Neouvielle. Pirineo Francés

## 6 Contacto

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

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