



ASPE, BISAURÍN Y BERNERA. PIRINEOS

ESQUÍ DE MONATAÑA

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Datos básicos	2
2.1	Nivel físico y técnico requerido.....	2
3	El destino	4
4	Programa	4
4.1	Programa resumen	4
4.2	Programa detallado	4
5	Precio. Incluye/No incluye	6
5.1	Incluye.....	6
5.2	No incluye	6
6	Más información	6
7	Puntos fuertes.....	9
8	Otros viajes similares	9
9	Contacto	9

1 Presentación

En este programa vamos a ascender a cuatro bonitas montañas de la **comarca de la Jacetania** en el corazón del Pirineo **Aragonés**. En el **valle de Aragüés** coronaremos la cima del **Bisaurín** y **Benera** y en el **valle de Aisa** alcanzaremos la cima del **Aspe**.

Además, hemos combinado recorridos de ascensiones y descensos directos con **otros itinerarios circulares** que nos brindarán amplitud de miras y conocimiento de otros valles vecinos.

Nos alojaremos en el [refugio de Lizara](#) y cada día disfrutaremos del esquí de montaña con el material justo y necesario y por tanto ligeros de equipaje.

¡Disfruta de los recorridos que aquí te presentamos, de la belleza de las montañas, dejándote guiar por los guías de Muntania Outdoors!

2 Datos básicos

Destino: valle de Aragüés y Aisa, Pirineo Aragonés

Actividad: Esquí de montaña

Nivel físico: B. Nivel técnico: B.

Duración: tarde de viaje + 3 días de actividad.

Época: De Diciembre a Abril

Grupo mínimo-máximo: 4-7 personas.

2.1 Nivel físico y técnico requerido

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 necesario para superar desniveles de entre 1.000 y 1.300 metros diarios a ritmo tranquilo.

Nivel físico requerido para esta actividad	
A	Forma física normal, practica deporte de vez en cuando Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 800 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos. Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena. Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El ritmo de progresión se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

Nivel técnico requerido para esta actividad		
A	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
B	EB/S2-S3	Ya iniciados con dominio del paralelo en pendientes de hasta 35 °
C	EB-EMB BAJO/S4	Con experiencia, esquían en cualquier pendiente no extrema (hasta 35º-40º) mediante distintas técnicas de descenso
D	EMB/S4-S5	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente (hasta 45º) dominando el salto de colas

Algunas aclaraciones del nivel técnico requerido para esta actividad.

En la mayoría de nuestras actividades es necesario tener un nivel B. EB/S2-S3.

La letra del nivel físico no coincide con la letra del nivel técnico.

Experiencia previa en esquí de montaña. Menos que se indique lo contrario, en todas las actividades es necesario tener experiencia previa. Además, según el itinerario, se indicará la obligación de tener experiencia de algún tipo de actividad parecida.

Únicamente salidas destinadas a tener un bautismo en esquí de montaña o cursos de iniciación al esquí de montaña no será necesario experiencia previa.

Siempre es necesario tener experiencia en esquí de pista y dominar el paralelo en cualquier tipo de pendiente en una estación menos que se indique lo contrario.

Escala Blachère según el nivel técnico del esquiador	
EM	Esquiador medio que se desenvuelva por pendientes moderadas y amplias de hasta 25º
EB	Buen esquiador, capaz de afrontar pendientes de 30º-35º y nieves difíciles
EMB	Muy buen esquiador, hasta en pendientes de 40-45º, con pasos expuestos y nieves de todo tipo
EE	Esquiador excelente: capaz de afrontar pendientes de hasta 50º, con pasajes obligatorios algo expuestos y con nieves de todo tipo
EX	Esquiador extremo, capaz de afrontar pendientes de más 50º, 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 25º) pero con amplitud para el giro y sin obstáculos.
S3	Pendiente moderada (hasta 35º). Sin dificultad en todo tipo de nieve. Descensos que se pueden considerar accesibles a esquiadores buenos o muy buenos
S4	Pendiente mantenida superior hasta 45º en terreno con poca exposición y entre 35º-40º en terreno expuesto, estrecho y obligado.
S5	Pendientes muy fuertes, inclinación superior a los 45º-50º, terreno muy obligado y con exposición. ¡Prohibido caerse!
S6	Inclinación mantenida superior a los 50º en terreno expuesto o más de 55º en terreno poco expuesto.
S7	Más de 60 º, muy expuesto

3 El destino

El **valle de Aisa y Aragüés** se encuentran en la **provincia de la Jacetania** en el **Pirineo aragonés**. La capital de la provincia es **Jaca**.

Los valles y cimas que recorreremos se encuentran dentro del **Parque Natural de los Valles Occidentales** que abarca uno de los ecosistemas mejor conservados y con menor presión urbanística de los **Pirineos**. Presenta al viajero una gran variedad de hábitats, flora y fauna. Hayedos, bosques de pino negro, pinares, abetales, pastizales y zonas de alta montaña. En cuanto a la fauna, destacan el oso pardo, quebrantahuesos, buitre leonado, algunos insectos protegidos y varias plantas endémicas.

Los macizos del **Bisaurín**, **Aspe**, la **Mesa de los Tres Reyes** y **Peña Forca**, y sus valles en forma de U característicos de la erosión de los hielos glaciares, son los más importantes del parque.

4 Programa

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

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a destino. Alojamiento en el valle de Aisa/Aragüés.

Día 2. **Bisaurín** (2.670 m).

Desnivel + 1.130 m. Desnivel – 1.130 m.

Día 3. Circular y cima **Bernera** (2.432 m).

Desnivel + 1.100 m. Desnivel – 1.100 m.

Día 4. **Aspe** (2.640 m).

Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200m.

No finalizaremos más tarde de las 15 pm para tener tiempo de realizar el viaje de regreso a nuestros hogares.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a destino. Alojamiento en el valle de Aisa/Aragüés.

Día 2. **Bisaurín** (2.670 m).

Despediremos este viaje con el ascenso a otra de las míticas cimas de esta parte del **Pirineo**, nos referimos al **Bisaurín**. Esta montaña destaca sobre sus vecinas por poseer una morfología imponente, visible desde lugares tan lejanos como por ejemplo el **puerto de Monrepós** y porque es la más alta de la zona.

Desde el **refugio de Lizara** emprenderemos camino por el **Bal d'a Fuen Fría** camino del **Cuello de lo Foratón**, el cual da acceso a un largo cordal que irá ganando pendiente y que nos conducirá a la cima del **Bisaurín**. Merece

la pena no madrugar en exceso para dejar que el sol ablande la nieve y la progresión sea lo más cómoda posible y sin duda, para que el descenso sea un momento inolvidable.

Desnivel + 1.130 m. Desnivel – 1.130 m.

Día 3. Circular y cima **Benera** (2.432 m).

La cabecera del **valle de Aragüés** y en concreto **Lizara** ofrece un terreno muy interesante para el **esquí de montaña**. El paisaje está presidido por grandes moles calcáreas, con imponentes paredes, pero a la vez hay laderas más suaves que permiten la progresión con esquís de montaña.

Frente al **Bisaurín**, se encuentra **Benera** que es una montaña de menor altitud pero que desde el **Plano de Lizara** presente un aspecto desafiante. Alcanzar su cima es posible realizando un recorrido que circunvala la misma en el sentido contrario a las agujas del reloj.

Nuestra primera tachuela será el **Cuello del Bozo** que tras dejarlo atrás nos permitirá alcanzar la **Foya I Álero** y alcanzar la cumbre del **Benera**. El descenso lo haremos por una serie de pendientes de orientación oeste y sur que nos llevarán al **Barranco de Benera**. En dirección sur seguiremos bajando, sorteando distintos obstáculos que se nos presentarán hasta alcanzar el punto de partida.

Desnivel + 1.100 m. Desnivel – 1.100 m.

Día 4. **Aspe** (2.640 m).

El **Aspe** es sin duda una cima codiciada para cualquier esquiador de montaña. Presenta una morfología muy distinta según la mires por una vertiente u otra. Hemos escogida alcanzar su cumbre desde el sur, desde el **valle de Aisa**, aprovechando la pista de acceso que nos sube bastantes metros en caso de que la nieve se encuentre en cotas altas y porque su vertiente sur presenta unas condiciones muy favorables para el esquí de montaña.

Partiremos desde la pista de acceso al valle, desde el lugar que nos deje la nieve para ganar metros por una larga loma que nos conducirá a la base de una canal característica en forma de embudo que nos obligará, bien con esquís o sin ellos, a acentuar nuestro esfuerzo para superar este tramo. Alcanzaremos un relieve complejo lleno de simas y dolinas que en verano es un ejemplo perfecto de erosión calcárea de las rocas calizas. En nuestro caso nos obligará a trazar de la mejor forma posible para hacer nuestra progresión lo más cómoda posible. Los últimos metros serán de nuevo más exigentes, con mayor pendiente y será necesario el uso de crampones y piolet.

Las vistas desde la cumbre son estupendas, veremos las **montañas navarras, francesas** y parte de las **aragonesas**.

El descenso es uno de los mejores por su longitud, continuidad y su orientación sur-suroeste que hace frecuente encontrar nieve transformada y sencilla de esquiar si le ha dado el sol.

Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200m.

No finalizaremos más tarde de las 14 pm para tener tiempo de realizar el viaje de regreso a nuestros hogares.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 440 €.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Material común de seguridad
- 2 noche en refugio en régimen de media.
- 1 noche (la de llegada) en refugio en régimen de alojamiento con desayuno y segunda noche en régimen de media pensión. [Refugio Lizara](#).
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Transporte desde Madrid, 50 €. Procedencia de otras ciudades consultar para compartir gastos de viaje con otros participantes).
- Almuerzos.
- Cena del día de llegada. En caso de llegar no más tarde de las 19:30 pm se puede cenar en el refugio.
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

6 Más información

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: DVA pala y sonda.
- Casco, crampones y piolet.
- Ropa técnica:
 - 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.
- Saco sábana.

Adaptación de los recorridos

En función de las condiciones meteorológicas y estado del manto nivoso, se puede alterar sobre la marcha el programa para realizar los itinerarios más seguros, acordes con las condiciones del medio y del grupo.

Transporte a la zona donde se realiza este viaje

Si el guía parte de Madrid podemos ofrecerte el traslado con un coste de 50 €. También te podrá recoger en Zaragoza o Huesca.

Si viajas desde otra ciudad y quieres compartir transporte con otros participantes, cuando hagas la reserva en observaciones nos lo puedes decir. Tendrás que permitirnos por escrito el compartir tu nombre y teléfono con otros participantes que residan por tu zona y que también estén dispuestos para que podáis poneros de acuerdo.

Refugio

Se duerme en habitaciones compartidas. 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. Hay **zapatillas** por lo que no es necesario cargar con calzado extra.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con distintas fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran y programaremos una salida para ti.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te mandaremos información sobre el lugar y la hora de encuentro, así como el nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Seguro de accidente y rescate incluido

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**.

Este seguro cubre exclusivamente los riesgos derivados de las actividades de turismo activo previstas en la excursión o viaje, es decir durante la práctica del senderismo, montañismo, esquí, bici, etc.

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.

También tiene la opción de contratar un seguro de cancelación.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con Ergo, Iris Global e Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: [Información de seguros](#)

Seguro de accidentes y rescate incluido en la península (España, Portugal y Pirineo Francés)

Capital asegurado

- Fallecimiento accidente 7.500 €
- Incapacidad permanente absoluta accidente 15.000 €
- Incapacidad accidente según baremo 15.000 €
- Salvamento, rescate u otros gastos derivados del accidente hasta 12.000 €
- Asistencia sanitaria accidente ilimitada en centros españoles concentrados.

Delimitación de cobertura de gastos asistenciales por accidente

- Periodo máximo cobertura de asistencia dental en centros concertados 365 días
- Importe máximo centros NO concentrados 12.000. Los gastos serán abonados por el cliente y reembolsados por la aseguradora con posterioridad.
- Importe máximo para cobertura de material protésico y endoprotésico ilimitado
- Importe máximo para cobertura en centros No concertados, hasta 12.000 €
- Importe máximo para cobertura de material protésico dental ilimitado.

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Compañía Previs seguros. Nº PÓLIZA 4020015582-0 Global Adventure Team. Teléfono de asistencia 24h 913840330.

** Hay que dar parte a la aseguradora con la mayor brevedad posible. La compañía facilitará un número de expediente. Ese número de expediente es imprescindible para acudir al centro de atención médica. Se tendrá que facilitar ese número de expediente al centro médico.

*** Si tiene algún otro seguro contratado de este tipo, tiene la obligación de informar a todas las compañías del nombre y número de póliza de sus seguros y también tendrá que dar parte. Las compañías se pondrán en contacto unas con otras y se repartirán los costes generados por su accidente. En caso de no proceder de esta forma, los aseguradores no estarán obligados a pagar la indemnización.

**** El guía de la actividad tendrá que mandar un parte de accidentes a la compañía aseguradora durante las siguientes 48 horas del accidente.

***** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

***** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

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.

Enlaces de interés

[Refugio Lizara](#)

[Comarca de la Jacetania](#)

7 Puntos fuertes

- Ascenso a 3 cumbres, destacando el Aspe y Bisaurín.
- Belleza de las montañas

8 Otros viajes similares

- Esquí de montaña. Mesa de los Tres Reyes y Petrechema
- Andorra. Esquí de montaña en los Pirineos
- Esquí de montaña en la Cerdaña. Pirineo Catalán
- Esquí de montaña en el Valle de Arán. Tres días de ascensiones
- Esquí de montaña en el Vall de Boí

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

Telf. +34 91 00 52047 / WhatsApp: +34 629 37 98 94 / c/ de Miguel Yuste, n.º 3, 3E 28037 Madrid

info@muntania.com / www.muntania.com / www.geographica.es