



Raquetas de nieve en el valle d'Aspe

PIRINEO FRANCÉS

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Destino.....	2
3	Datos básicos	2
3.1	Nivel físico requerido para este viaje.....	2
4	Programa	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	3
5	Precio. Incluye/ No incluye	4
5.1	Incluye.....	4
5.2	No incluye	4
6	Más información	4
7	Puntos fuertes.....	7
8	Otros viajes similares	7
9	Contacto	7

1 Presentación

Proponemos un viaje de dos días con raquetas de nieve para descubrir el hermoso valle francés de Aspe, en pleno corazón de los Pirineos.

Se trata de un territorio genuino y poco alterado, donde la naturaleza se expresa en estado puro: extensos bosques de hayas y abetos cubiertos por la nieve, valles tranquilos, cumbres majestuosas y pequeños pueblos de montaña con un encanto especial.

Mediante itinerarios sencillos y cuidadosamente escogidos, recorreremos la nieve siguiendo antiguos senderos pastoriles y suaves crestas con amplias panorámicas, avanzando a un ritmo tranquilo que nos permitirá observar rastros de fauna, disfrutar de los paisajes invernales y de una luz única, propia de esta estación.

2 Destino

El Valle de Aspe ha sido desde antiguo una vía natural de paso entre Francia y la Península Ibérica, marcada por la trashumancia, los caminos pastoriles y una profunda cultura de montaña que aún pervive en sus pueblos. Su geografía alpina, dominada por profundos valles, puertos históricos y cumbres calizas, alberga una rica biodiversidad —hayedos, abetales, isardos y rapaces— que lo convierte en un enclave privilegiado para el montañismo y las actividades invernales.

3 Datos básicos

Destino: Valle d'Aspe, Pirineo francés.

Actividad: Raquetas de nieve.

Nivel físico: B

Duración: 4 días

Época: de diciembre a abril. Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña 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 tipo de terreno varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

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.

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 **Jaca**.

Salida desde Madrid desde Nuevos Ministerios a las 16:30 pm. Parada en Zaragoza si viajas desde otro destino (consultar).

Día 2. Ruta circular al **refugio de Larry**

Distancia 12 km Desnivel + 920 m Desnivel– 920 m

Día 3. El **Gave de Aspe** y el **ibón de Estanés**. Viaje de regreso.

Distancia 9 km Desnivel + 530 m Desnivel– 530 m

Después del almuerzo, viaje de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a destino. Alojamiento en **Jaca**.

Salida desde Madrid desde Nuevos Ministerios a las 16:30 pm. Parada en Zaragoza si viajas desde otro destino (consultar).

Día 2. Ruta circular al **refugio de Larry**

Desde las inmediaciones de los caseríos de Urdós, en el Valle de Aspe, comenzaremos una preciosa ruta que asciende de forma cómoda hasta el Refugio de Larry, situado a los pies del Pico de Ayous (2.288 m). Este refugio, remoto y poco frecuentado, nos regalará unas espléndidas vistas panorámicas del valle.

Dependiendo del estado de la nieve, completaremos el recorrido regresando por el mismo itinerario o por la ladera oeste del Pico de Hourette.

Distancia 12 km Desnivel + 920 m Desnivel– 920 m

Día 3. El **Gave de Aspe** y el **ibón de Estanés**. Viaje de regreso.

Gave es el término occitano utilizado para denominar a los ríos en gran parte del Pirineo francés, y en esta ruta recorreremos el tramo alto de la Gave de Aspe. Más correctamente, habría que hablar del sector francés de su curso, ya que el río Aspe nace en territorio español, en la Sierra de Aísa, donde se encuentra la divisoria de aguas, que no coincide con la frontera política. Por este motivo, nuestro destino de hoy, el hermoso Ibón de Estanés, cuyas aguas vierten al Atlántico, se localiza también en el lado español de la frontera.

El punto de inicio de la ruta se encuentra a escasos kilómetros del túnel de Somport. El itinerario discurre como un agradable paseo que asciende entre los hayedos de Sansanet hasta alcanzar el puerto de Estanés, desde donde el impresionante ibón glaciar queda ya muy cerca. El regreso se realiza siguiendo el mismo camino de ida.

Distancia 9 km Desnivel + 530 m Desnivel– 530 m

Después del almuerzo, viaje de regreso.

5 Precio. Incluye/ No incluye

Precio: 375 €. Suplemento habitación individual 95€

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Transporte desde Madrid.
- 2 noches en el [Hotel A Nieu](#) en Jaca, en habitación doble con desayuno
- Seguro de accidentes y rescate.
- Raquetas de nieve. Si necesitas bastones solicita un par con antelación.
- Seguro de accidente y rescate incluido.
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Almuerzos. Será de picnic en la montaña (bocadillo, fruta, etc.).
- Cenas.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye.”

6 Más información

Material y ropa necesaria

- Mochila (entre 25-35 litros).
- Botas de montaña y polainas.
- Raquetas de nieve y bastones
- Ropa técnica para la travesía:
 - Calcetines.
 - Pantalón de montaña de invierno.
 - 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.
 - Guantes gordos.
 - Gorro para el frío.
 - Gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.

- Cámara de fotos.

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 la información final del viaje, así como el nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo.

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.

Habitación doble/individual

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que esté interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo, pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Seguro de accidentes/viaje

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 concertados 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.

*** 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.

El orden de los itinerarios se puede alterar respecto al programa previo por un tema de disponibilidad hotelera a la hora de confirmarse el viaje.

Enlaces de interés

[El valle de Aspe](#)

7 Puntos fuertes

- Buenas condiciones de nivación.
- Disfrutar de hermosos lagos de montaña
- Terreno ideal para practicar esta disciplina deportiva.
- Grupo reducido.

8 Otros viajes similares

- Ascensiones con raquetas de nieve en el Vall de Boí
- Excursiones con raquetas de nieve en el Valle de Tena
- Ascensiones con raquetas de nieve en la Cerdaña. Pirineo Catalán.
- Fin de semana con raquetas de nieve en el Vall d'Arán

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