

# TREKKING PASS'ARAN

## Travesía transfronteriza del Pirineo



## 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 .....	5
7	Puntos fuertes.....	7
8	Otros viajes similares .....	7
9	Contacto .....	7

## 1 Presentación

Te presentamos el **Trekking Pass 'Arán**. Una travesía circular trasfronteriza que recorre 64 km en 5 jornadas. Tendremos la opción de ascender a cimas como el **Crabère** (2.630 m), **Mont Valier** (2.838 m) o el **Mauberne** (2.880 m) y cruzaremos preciosos bosques de hayas a poco más de 900 m de altura. Cada jornada tendrá como recompensa alojarse en refugios aislados del mundo en esta región del Ariège francés.

Comenzaremos nuestra travesía en la **Val d'Aran**, en la provincia de Lleida, pero gran parte de la ruta transcurre en Francia, concretamente en el Ariège. En ambos lados de la frontera encontramos lagos majestuosos, cimas salpicadas por neveros perpetuos y fauna de alta montaña. Sin duda, la ruta perfecta para explorar y perderse por este tranquilo rincón del Pirineo.

Atardeceres como el del refugio de Estagnous, lugares con un encanto y un cuidado especial de las cosas como Eylie, y es que estamos en una tierra que vive en consonancia con la naturaleza.

## 2 Destino

La **Val d'Aran** está situada en la vertiente atlántica del **Pirineo central**, hecho que lo condiciona todo; el clima, la historia y las relaciones con sus vecinos. El río **Garona** se abre paso hacia el norte por tierras aquitanas, en Francia, por la única salida natural del valle. De hecho y a pesar de estar integrada administrativamente en España, no fue hasta 1948, cuando se inauguró el túnel de **Vielha**, que el valle se vió comunicado durante todo el año por carretera con el resto del estado. Todo esto ha hecho que se haya mantenido su lengua y su cultura occitana. Otro aspecto importante de la Val d'Aran, además de su orientación es que el 30 % del valle se encuentra por encima de los 2.000 metros de altitud.

A pesar del gran desarrollo urbanístico que en los últimos años ha sufrido el valle, aún podemos disfrutar de su patrimonio cultural. Pueblos, iglesias, casas señoriales, iglesias, lavaderos, molinos o abrevaderos han perdurado hasta nuestros días. El pueblo de **Arties**, con unas vistas preciosas del **Montardo** (2.833 m), y su iglesia románica de **Santa María de Arties**, son solo un ejemplo.

Los productos naturales que esta tierra aporta a su cocina son tales como las verduras de la huerta, la carne de caza, las setas, las frutas del bosque (como arándanos, fresas silvestres, grosellas o frambuesas) o la miel. De ahí el "civet" de jabalí, la olla aranesa o la truhada.

## 3 Datos básicos

Destino: Val d'Arán (España).

Lugar de encuentro: Salardú, Valle de Arán.

Actividad: Trekking.

Nivel físico: C

Duración: 5 días.

Época: De junio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 4-10 personas.

### 3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido	
<b>A</b>	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
<b>A+</b>	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
<b>B</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>B+</b>	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
<b>C</b>	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 duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

\* Opción de gestión del alojamiento para la noche previa por parte de Muntania Outdoors, consultar.

**Día 1. Pla de Beret-Refugio Amics de Montgarri – Refugio des Estagnous (2.246 m).**

Distancia 10 km. Desnivel + 1250 m. Desnivel - 750 m.

**Día 2. Refugio des Estagnous (2.246 m) – La Maison du Valier (933 m).**

Distancia 11 km. Desnivel + 300 m. Desnivel – 1.500 m.

**Día 3. La Maison du Valier (933 m) – Gite d'étape de Eylie (1.000 m).**

Distancia 17 km. Desnivel + 1650 m. Desnivel – 1.600 m.

**Día 4. Gite d'étape de Eylie (1.000 m) – Refugio d'Araing (1.965 m).**

Distancia 9 km. Desnivel + 1300 m. Desnivel – 311 m.

**Día 5. Refugio d'Araing (1.965 m). – Refugio Amics de Montgarri-Pla de Beret.**

Distancia 19 km. Desnivel + 890 m. Desnivel – 1100 m.

\*La última jornada finalizará entre las 14-16 p.m para que tenga tiempo de realizar el viaje de regreso.

### 4.2 Programa detallado

\* Opción de gestión del alojamiento para la noche previa por parte de Muntania Outdoors, consultar.

**Día 1. Pla de Beret-Refugio Amics de Montgarri – Refugio des Estagnous (2.246 m).**

Desde el **Parking de Beret** accederemos al **Santuario de Montgarri** (1648m. Tras una breve pausa, nos dirigiremos hacia el **Port de Barlonguera** (2503m) para bajar hacia el **Estanh Redon** y finalmente al **Refugio de Estagnous**, donde nos alojaremos esta primera noche.

Distancia 10 km. Desnivel + 1250 m. Desnivel - 750 m.

**Día 2. Refugio des Estagnous (2.246 m) – La Maison du Valier (933 m).**

Tras reponer fuerzas en el **Refugio de Estagnous** descenderemos al valle. En el camino nos encontraremos con el **Estanh de Milouga**. Continuaremos la bajada hasta la **Maison du Valier** donde repondremos fuerzas con una suculenta cena.

Distancia 11 km. Desnivel + 300 m. Desnivel – 1.500 m.

Día 3. **La Maison du Valier** (933 m) – **Gîte d'étape de Eylie** (1.000 m).

Partimos de la **Maison du Valier** hacia el **Cap de l'Empaillou**. Desde aquí nos espera un descenso hasta el pueblo de **Eylie**. Esta etapa de media montaña nos conducirá por espectaculares bosques en profundos valles franceses.

Distancia 17 km. Desnivel + 1650 m. Desnivel – 1.600 m.

Día 4. **Gîte d'étape de Eylie** (1.000 m) – **Refugio d'Araing** (1.965 m).

Desde **Eylie** nos dirigiremos hacia el **Coll de Catauere** (1706m) y desde allí al **Estanh d'Aranh**, recorriendo zonas que fueron utilizadas para la minería. Al final de la etapa nos encontraremos con el **Refugio de Araing**, ideal para descansar y disfrutar del paisaje.

Distancia 9 km. Desnivel + 1300 m. Desnivel – 311 m.

Día 5. **Refugio d'Araing** (1.965 m). – **Refugio Amics de Montgarri-Pla de Beret**.

Desde el Refugio **d'Araing** nos dirigimos hacia el **Port d'Arbe** con dirección al **Valle del Estanh Long de Liut**. Bajamos ya hacia el Val **de Montgarri alcanzado el parking de Beret** punto final de nuestro recorrido.

Distancia 19 km. Desnivel + 890 m. Desnivel – 1100 m.

\*La última jornada finalizará entre las 14-16 p.m para que tenga tiempo de realizar el viaje de regreso.

## 5 Precio. Incluye/ No incluye

Precio. 600 euros.

### 5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Alojamiento en régimen de media pensión (cena y desayuno) durante las 4 noches del trekking.
- Forfait de la Pass Aran (camiseta Pass Aran y la tarjeta para sellar en cada refugio).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.

### 5.2 No incluye

- Transporte (consultar la opción de compartir gastos de viaje con otros participantes que se desplacen desde su zona).
- Alojamiento en el caso de que lo necesite antes del inicio del trekking. Muntania Outdoors lo gestiona sin coste adicional.
- Almuerzos. Se hacen en montaña mediante bocadillo, picnic, etc (opción de comprar en el refugio)
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.
- Duchas en el caso de que sean de pago.



## 6 Más información

### Material y ropa recomendada para este trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

- Mochila (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
  - Gafas de sol.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana y toalla muy pequeña ligera.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos.

### 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.

### Transporte a la zona donde se hace el trekking

Si quiere compartir transporte desde la zona donde reside, cuando haga la reserva y nos mande sus datos, nos podrá indicar su disponibilidad. Tendrá que permitirnos por escrito a compartir su nombre y teléfono con otros participantes que residan por su zona y que también estén dispuestos para que se puedan poner de acuerdo.

### Mochila durante el trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-8 kilos.

### Refugios

Se recomienda viajar con muy poca comida de ataque ya que puede comprar en los refugios por los que se pasa.

No es necesario llevar saco de dormir, pero si un saco sábana de seda o algodón. Importante incidir en que no es un saco, es una sábana en forma de saco muy ligera y que guardada en su funda no ocupa más que el puño de una mano. En los refugios no hace frío y nos proporcionan mantas.

Hay zapatillas por lo que no es necesario cargar con calzado extra.

### 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.

Una vez iniciado el viaje, cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

### Seguro de accidentes, viaje y cancelación

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. 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 únicamente 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 **Galia** y **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 <https://www.muntania.com/seguros>

#### Seguro de accidentes y rescate incluido

\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

\*\* 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.

\*\*\*\* El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en el ámbito nacional y un límite de 12.000 € tanto en asistencia sanitaria como en rescate en el extranjero, teniendo que ser esta cantidad, o la correspondiente si fuera superior, por el asegurado.

#### Enlaces de interés

- [Turismo en Ariège Pyrénées](#)
- [Catalunya – Valle de Arán](#)

## 7 Puntos fuertes

- Recorrido variado con bosques, prados e ibones y grandes montañas.
- Recorrido por las dos vertientes del Pirineo.
- Ecosistemas muy bien conservados, ricos y variados.
- La tranquilidad de estas montañas.

## 8 Otros viajes similares

- Carros de fuego, la Alta ruta de los Pirineos
- Porta del Cel. Trekking por el Parque Natural del Alt Pirineu
- Cavalls del Vent. Parque Natural del Cadí-Moixeró
- Carros de fuego, la Alta ruta de los Pirineos
- El Cinquè Ilac. Travesía por el Pallars y la Alta Ribagorça

## 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](mailto:info@muntania.com) / [www.muntania.com](http://www.muntania.com) / [www.geographica.es](http://www.geographica.es)