



Esquí de montaña en los Aravis

Alpes franceses

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

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

1 Presentación

Esquí de montaña en los Aravis: nieve, grandes panoramas alpinos y la esencia de la Alta Saboya

Los **Aravis** son uno de los rincones más atractivos de los Alpes franceses para disfrutar del esquí de montaña. Situados en la Alta Saboya, entre el lago de Annecy y el macizo del Mont Blanc, ofrecen un magnífico equilibrio entre **montañas calcáreas, amplios espacios nevados, bosques alpinos y espectaculares panorámicas sobre las grandes cumbres del entorno.**

Durante este viaje de **8 días y 6 jornadas de actividad** tendremos una base cómoda en un **apartamento**, lo que nos permitirá combinar la autonomía propia de este tipo de alojamiento con la posibilidad de descansar cada día después de las ascensiones. Desde aquí plantearemos diferentes recorridos de esquí de montaña, adaptándonos a las condiciones de la nieve y buscando las mejores opciones de cada jornada.

El terreno de los Aravis resulta especialmente interesante para el esquí de travesía: cumbres accesibles, valles de ambiente alpino, itinerarios variados y numerosas posibilidades para disfrutar tanto de ascensiones como de buenos descensos. La proximidad de macizos como el **Mont Blanc**, las Aravis y las Bornes proporciona además un escenario excepcional para descubrir una de las zonas más auténticas de los **Alpes franceses.**

La propuesta está pensada para quienes buscan **seis días completos de esquí de montaña**, sin renunciar a una estancia confortable y a una base fija desde la que explorar diferentes sectores. Cada jornada podremos elegir el recorrido más adecuado en función de la meteorología, el estado del manto nivoso y las condiciones de la montaña.

Una semana para **subir con las focas de piel, atravesar paisajes invernales de gran belleza y disfrutar de largos descensos**, teniendo como escenario los espectaculares paisajes de los Aravis y de la Alta Saboya.

2 El destino

Los **Aravis** forman un macizo de los Alpes franceses situado en la **Alta Saboya**, entre el lago de Annecy y el macizo del Mont Blanc. Sus montañas, de naturaleza principalmente calcárea, combinan **cumbres escarpadas, grandes laderas abiertas, valles profundos y extensos bosques de coníferas**, creando un paisaje alpino de gran belleza. Entre sus cumbres destaca la **Pointe Percée (2.750 m)**, techo del macizo y una de las montañas más emblemáticas de la zona.

Desde el punto de vista montaño, los Aravis ofrecen un terreno especialmente atractivo y variado. En invierno, sus numerosas laderas y valles permiten realizar **ascensiones de esquí de montaña de muy diferente carácter**, con recorridos que alternan bosques, amplios espacios nevados y ambientes de alta montaña, siempre con magníficas panorámicas hacia el Mont Blanc y las grandes cumbres de los Alpes. Es además una zona con una fuerte tradición de **pastoralismo y vida de montaña**, visible en sus chalets de madera y piedra y en los famosos *alpagnes*, los pastos de altura donde durante el verano se elabora el **Reblochon**, uno de los quesos más característicos de la Alta Saboya.

Los pueblos y valles de los Aravis conservan buena parte de la identidad tradicional saboyana, con una arquitectura alpina muy característica y una cultura estrechamente vinculada a la ganadería y a la montaña. Localidades como **La Clusaz, Le Grand-Bornand o Manigod** son hoy conocidos destinos alpinos, pero mantienen esa combinación de tradición rural, gastronomía y cultura montañesa que hace de los Aravis un destino especialmente atractivo para descubrir **los Alpes franceses más auténticos**.

3 Datos básicos

Destino: Aravis. Alpes franceses.

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico/técnico requerido: B/B.

Duración: 8 días (6 días de travesía).

Época: De diciembre a abril.

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

3.1 Nivel físico y técnico requerido

Itinerario para iniciados y rodados en el esquí de montaña. Se requiere estar en buen estado de forma y tener soltura tanto en la técnica de ascenso como descenso. Las pendientes por las que se baja no son extremas, pero sí que requiere dominar el paralelo y tener soltura haciendo vueltas maría.

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, esquián en cualquier pendiente no extrema (hasta 35º-40º) mediante distintas técnicas de descenso
D	EMB/S4-S5	Con experiencia que esquián 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 serán 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

4 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.

4.1 Programa resumen

Día 1. **Viaje** en furgoneta desde España al destino. Salida desde **Madrid** y paradas en **Lérida** y si fuera necesario en Manresa y Girona si los pasajeros residen en zonas cercanas a estas poblaciones.

Opción de volar a Ginebra y desde ahí hacer el traslado al destino (consultar)

Día 2-7. **6 días de actividad de esquí de montaña**. Opciones descritas a continuación.

Les Quatre Têtes (2.364 m)

Distancia 16 km Desnivel + 1.300 m Desnivel – 1.300 m

Combe de Chombas – Pointe de Chombas (2.468 m) desde Les Troncs

Distancia 12 km Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

Collado de Trou de la Mouche (2.467 m)

Distancia 10 km Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

Tête Pelouse (2.537 m) por la Combe de Grand Crêt

Distancia 9 km Desnivel + 1.150 m Desnivel – 1.150 m

Combe à Marion desde el Col des Aravis (1.487 m)

Distancia 7 km Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

L'Étale (2.484 m) desde Comburce

Distancia 9 km Desnivel + 1.150 m Desnivel – 1.150 m

Col de Suisens (1745 m) – Montagne de Sulens (1.839 m) desde el Col de Plan Bois (1.299 m)

Distancia 8 km Desnivel + 650 m Desnivel – 650 m

Día 8. **Viaje de regreso.**

4.2 Programa detallado

Día 1. **Viaje** en furgoneta desde España al destino. Salida desde **Madrid** y paradas en **Lérida** y si fuera necesario en Manresa y Girona si los pasajeros residen en zonas cercanas a estas poblaciones.

Opción de volar a Ginebra y desde ahí hacer el traslado al destino (consultar)

Día 2-7. **6 días de actividad de esquí de montaña**. Opciones descritas a continuación.

Planteamos varios itinerarios a lo largo de la cordillera de los Aravis. En función de las condiciones meteorológicas y del estado del manto nivoso se harán estas actividades propuestas u otras que el guía elegirá.

Les Quatre Têtes (2.364 m)

Muy cerca de la población de **Sallanches**, justo al oeste de la localidad, se levanta la **cordillera de los Aravis**. **Les Quatre Têtes** es una de las primeras grandes cumbres que encontramos en el extremo oriental de esta cadena montañosa.

Partiremos del **parking de Burzier**, inicialmente por terreno boscoso, en dirección norte, hasta alcanzar un valle colgado que remontaremos en dirección suroeste para llegar al **Col de Doran (2.178 m)**. Desde aquí afrontaremos los metros finales hasta alcanzar la cumbre, desde donde disfrutaremos de magníficas panorámicas sobre los Aravis y las grandes cumbres del **Macizo del Mont Blanc**.

Para el descenso podremos optar por regresar directamente hasta el **Col de Doran** o elegir otra línea que nos permita perder altura por debajo del collado. Desde allí sólo nos quedará seguir aproximadamente el mismo trazado utilizado durante el ascenso hasta regresar al punto de partida.

Distancia 16 km Desnivel + 1.300 m Desnivel – 1.300 m

Combe de Chombas – Pointe de Chombas (2.468 m) desde Les Troncs

Desde **Les Troncs**, en el **valle del Bouchet**, iniciaremos el recorrido hacia la espectacular **Combe de Chombas**, en uno de los sectores más salvajes de los **Aravis**. La ruta comienza por terreno boscoso y, progresivamente, se adentra en un paisaje más abierto y alpino, rodeado de grandes paredes calcáreas y con magníficas vistas hacia la **Pointe Percée** y las cumbres del entorno.

Remontaremos la combe hasta alcanzar los **Prés aux Chèvres** y, si las condiciones de nieve lo permiten, continuaremos hasta la **Pointe de Chombas (2.468 m)**. La parte final presenta pendientes más pronunciadas, por lo que podremos adaptar el itinerario a las condiciones de la montaña.

El descenso se realizará siguiendo el mismo itinerario, aprovechando las buenas posibilidades de esquí que ofrece la Combe de Chombas hasta regresar a Les Troncs.

Distancia 12 km Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

Collado de Trou de la Mouche (2.467 m)

Desde **Les Confins**, en las proximidades de **La Clusaz**, iniciaremos el ascenso hacia el **Trou de la Mouche**, uno de los pasos más característicos de los Aravis. El itinerario nos llevará por la espectacular **Combe de Paccaly**, encajada entre grandes paredes calcáreas y rodeada de algunas de las cumbres más emblemáticas del macizo.

Remontaremos progresivamente la combe hasta alcanzar el collado noreste de **Trou de la Mouche (2.467 m)**, Desde la parte superior disfrutaremos de magníficas panorámicas sobre **el Mont Blanc**.

El descenso se realizará por la **Combe de Paccaly**, disfrutando de sus amplias pendientes y del magnífico ambiente alpino, hasta regresar a **Les Confins**.

Distancia 10 km Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

Tête Pelouse (2.537 m) por la Combe de Grand Crêt

Desde **Les Confins** nos dirigiremos hacia la **Combe de Grand Crêt**, una de las grandes puertas de entrada al terreno de alta montaña de los Aravis. La ascensión comienza de forma progresiva, pero la pendiente aumenta a medida que remontamos el largo y uniforme corredor que se introduce entre las cumbres de Tête Pelouse y Tête de Paccaly.

La parte alta ofrece un ambiente cada vez más alpino y un recorrido de gran belleza, hasta alcanzar la Tête Pelouse (2.537 m), excelente mirador sobre el corazón de los Aravis. En días despejados, la panorámica se extiende hacia la **Pointe Percée y el Mont Blanc**.

El regreso lo realizaremos esquiando por la propia Combe de Grand Crêt, aprovechando sus amplias pendientes y su continuidad para disfrutar de uno de los descensos clásicos de esquí de montaña de los **Aravis** hasta Les Confins.

Distancia 9 km Desnivel + 1.150 m Desnivel – 1.150 m

Combe à Marion desde el Col des Aravis (1.487 m)

Desde el **Col des Aravis** entraremos directamente en la **Combe à Marion**, una espectacular combe de orientación norte que se desarrolla bajo las **Pointes de la Blonnière**. El itinerario gana altura de forma progresiva hasta alcanzar las pendientes más pronunciadas de la parte superior, donde la combe adquiere su característica forma de **S** y ofrece un ambiente plenamente alpino.

Remontaremos la combe hasta alcanzar el **col situado entre las Pointes de la Blonnière**, a unos 2.300 m, desde donde disfrutaremos de magníficas vistas sobre el **Mont Blanc, la Tournette y L'Étale**.

Tendremos la opción de bajar por la vertiente sur y suroeste y regresar de nuevo remontando al collado principal para finalizar el descenso directo al Co de Aravis.

Distancia 7 km Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.000 m

L'Étale (2.484 m) desde Comburce

Desde Comburce, en el sector oriental de los Aravis, iniciaremos el ascenso hacia L'Étale, una de las cumbres más características del macizo. El recorrido comienza por terreno abierto y progresivamente gana altura hacia las amplias laderas que conducen al Col de l'Étale, en un entorno alpino de gran belleza y con excelentes vistas sobre las cumbres de los Aravis y el Mont Blanc.

Desde el collado afrontaremos el tramo final hacia la cumbre de L'Étale (2.484 m), adaptando el recorrido a las condiciones de la nieve. El descenso se realizará siguiendo aproximadamente el itinerario de subida, disfrutando de las buenas pendientes que ofrece esta vertiente hasta regresar a Comburce.

Distancia 9 km Desnivel + 1.150 m Desnivel – 1.150 m

Col de Suisens (1745 m) – Montagne de Sulens (1.839 m) desde el Col de Plan Bois (1.299 m)

Desde el **Col de Plan Bois (1.299 m)** iniciaremos el recorrido hacia la **Montagne de Sulens**, una tranquila montaña situada en el sector occidental de los Aravis. El itinerario se inicia por un bosque y, progresivamente, gana altura hasta alcanzar el **Col de Suisens (1.745 m)**, desde donde disfrutaremos de bonitas panorámicas sobre los Aravis y las montañas de la Alta Saboya.

Desde el collado continuaremos por la cresta hasta alcanzar la **Montagne de Sulens (1.839 m)**, punto culminante de la jornada. El descenso se realizará por una pala de orientación oeste convergiendo en la parte final con el recorrido de ascenso ya muy cerca del **Col de Plan Bois**.

Distancia 8 km Desnivel + 650 m Desnivel – 650 m

Día 8. **Viaje de regreso.**

5 Precio. Incluye/no incluye

Precio. 1.295 €.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Traslado desde España al destino y traslado diarios.
- 7 noches de alojamiento en apartamento exclusivo para el grupo en habitaciones dobles y una triple.
- Gestión de las reservas de la actividad.

5.2 No incluye

- Manutención. Opción de cocinar en el alojamiento o cenar fuera en algún restaurante cercano.
- Teleférico si algún itinerario lo requiere.
- Nada que no esté especificado en el apartado "incluye".

6 Más información

Ropa y material necesario para este viaje

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 35-45 litros) con cintas porta esquís.
- Material de esquí de montaña (esquís, botas, pieles, cuchillas, bastones).
- Material de seguridad: DVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Casco, crampones y piolet.
- Ropa técnica para la travesía:
 - 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 primaloft o plumas ligera.
 - 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).
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran y veremos la viabilidad de programar la fecha que más te convenga.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te 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 te facilitará los preparativos finales.

Seguro de accidentes/viaje no incluido.

Es obligatorio que dispongas de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

También te recomendamos que tengas un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tienes cualquier problema que le impida viajar.

Puede adquirir un seguro de accidentes/rescate/seguro de viaje + cancelación.

Consulta los precios y condiciones de los **seguros** de **Iris Global**, **Ergo** e **Intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors : [Información de seguros](#)

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. Los gastos no presupuestados extras del guía provocado por cualquier motivo forzoso será dividido entre los participantes. En caso de que, una vez finalizado el viaje, nuestros proveedores nos hagan alguna devolución ajustaremos cuentas con los participantes.

7 Puntos fuertes

- Seis jornadas de esquí de montaña en uno de los macizos más atractivos de los Alpes franceses.
- Grandes clásicas de los Aravis, como L'Étalle, Tête Pelouse, Trou de la Mouche, Les Quatre Têtes y Pointe de Chombas.
- Impresionantes panorámicas del Mont Blanc y de las principales cumbres de la Alta Saboya.
- Paisajes de alta montaña, con grandes paredes calcáreas, crestas y amplias laderas nevadas.
- Alojamiento en un cómodo apartamento, que proporciona una base confortable durante toda la estancia.
- Cultura y gastronomía saboyana, con pueblos tradicionales, quesos de montaña y una fuerte identidad alpina.
- Programa flexible, adaptando las actividades a las condiciones de nieve y meteorología para aprovechar al máximo cada jornada.

8 Otros viajes similares

- Esquí de montaña en los Altos Alpes. Briançon, Alpes
- Esquí de montaña en el Valle de Aosta. Alpes Italianos
- Esquí de montaña. Valle de Bourg-Saint-Maurice. Alpes franceses

9 Contacto

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

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid