



# Valle de St-Lary-Soulan

**ESQUÍ DE MONTAÑA EN EL PIRINEO FRANCÉS**

**muntania**  
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación .....	1
2	Datos básicos .....	1
2.1	Nivel físico y técnico necesario para este viaje.....	2
3	Programa .....	3
3.1	Programa resumen .....	3
3.2	Programa detallado .....	3
4	Más información.....	6
4.1	Incluye.....	6
4.2	No incluye .....	6
4.3	Material necesario .....	6
4.4	Observaciones.....	7
4.5	Enlaces de interés .....	7
4.6	Puntos fuertes.....	7
5	Otros viajes similares .....	8
6	Contacto .....	8

## 1 Presentación

Presentamos un viaje de **esquí de montaña** a los **Pirineos Franceses**. Con base en el valle de **St-Lary-Soulan** cada día realizaremos itinerarios de una jornada de duración en distintos valles y ascendiendo a diferentes cimas. Un viaje cómodo respecto a logística e ideal para realizarlo desde principios de temporada.

Irás acompañado de un **Guía de Alta Montaña** que te guiará durante cada jornada para sacar el máximo provecho a la semana.

Si algún día quisieras hacer **esquí alpino**, sin duda estás en el lugar ideal ya que tienes acceso a distintas estaciones de esquí alpino (**St-Lary** y **Peyresourde**).

## 2 Datos básicos

Destino: Luchon, Pirineos. Francia.

Actividad: Esquí de montaña.

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

Duración: 4 días de actividad

Época: De diciembre a abril. Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

## 2.1 Nivel físico y técnico necesario para este viaje

	<b>Desnivel + acumulado</b>	<b>Condición física</b>
*	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

  

	<b>Relación Escala Blachere y Escala Traynard</b>	<b>Nivel de esquí</b>
*	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. **Mont Né** (2.147 m).

Recorrido de ida y vuelta directo (sin variantes): Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m

Día 2. **Sommet de l'Aigle (2.078 m)** o **Travesía Portet-de-Luchón (1.300 m) - Sommet de l'Aigle (2.078 m)-Cazaux Dessus** (1.400 m) en función de las condiciones.

Desnivel + 1.000 m. Desnivel – 1.000 m.

Este recorrido sería el camino más directo, pero aconsejamos adornar la jornada con uno o varios descensos por alguno de los valles que descienden hacia el oeste.

Si las condiciones son buenas podremos realizar la **Travesía Portet-de-Luchón (1.300 m) - Sommet de l'Aigle (2.078 m)-Cazaux Dessus** (1.400 m). En este caso necesitaremos combinación de vehículos o llamar a un taxi de la zona para regresar a **Portet-de-Luchón**.

Día 3. **Montious (2.171 m) Valle de Bareilles**.

Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m.

Día 4. **Montségur** (2.354 m.)

Desnivel + 1000m. Desnivel - 1000 m.

Fin de actividad y viaje de regreso. No se finalizará más tarde de las 15 pm para tener tiempo de viajar por la tarde a nuestros hogares.

#### 3.2 Programa detallado

Día 1. **Mont Né** (2.147 m).



El **Mont Né** destaca sobre el resto de montañas que hay a su alrededor por presentar una mayor altitud y por su morfología de forma redondeada que pudiera asemejarse a un viejo volcán en claro retroceso erosivo.

El acceso más cómodo y cercano a la cumbre es desde **Bourg d'Oueil**, pequeña población a 1.336 m a relativamente pocos kilómetros de **Bagnères de Luchon**.

Sin entrar en el pequeño pueblo, aparcando por debajo del mismo, remontaremos un boscoso valle de orientación este-oeste hacia el **Port de Pierrefite** (1855 m). Nada más partir tendremos la opción de transitar por este valle por su vertiente norte o bien por su vertiente sur. Aconsejamos la vertiente norte y seguir de inicio el camino de verano (que va unas decenas de metros por encima del cauce fluvial) hasta que una vez superado el bosque centremos nuestras trazas en el fondo del valle hasta alcanzar el **Port de Pierrefite**.

Hay que prestar atención a posibles aludes que se desencadenan en la vertiente norte de este valle en caso de que la montaña esté muy cargada de nieve.

Una vez alcanzado el **Port de Pierrefite** seguiremos una loma bastante ancha hasta la cumbre.

Tenemos varias alternativas para el regreso. Una opción es regresar por el mismo itinerario. Otra posibilidad es realizar un fantástico descenso hacia el oeste hacia el **valle de Bareilles** y remontar hasta el **Port de Pierrafite** para bajar de nuevo a **Bourg d'Oueil**. Una tercera opción puede ser bajar desde la cumbre hacia el **Port de Balés**, recorrer una pista forestal a media altura en la vertiente sureste del **Mont Né** hasta el **Port de Pierrafite** y finalizar al igual que en las otras opciones bajando hasta el pueblo de partida.

Recorrido de ida y vuelta directo (sin variantes): Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m

Día 2. **Sommet de l'Aigle (2.078 m)** o **Travesía Portet-de-Luchón (1.300 m) - Sommet de l'Aigle (2.078 m)-Cazaux Dessus (1.400 m)** en función de las condiciones.

Partiendo de la pequeña localidad de **Portet-de-Luchón** (1.300 m) ascenderemos por suaves lomas en dirección oeste hasta el cordal principal que describíamos al inicio de este artículo, muy cerca del **coll de Peyresourde**. La primera cima que alcanzaremos será el **Cap de Hont nère** (1.916 m). Desde aquí y en dirección norte recorreremos este cordal alcanzando durante el camino otras cimas como el **Sommet de Pouyaué** (2.062 m) y culminaremos llegando al **Sommet de l'Aigle** (2.078 m).

Desnivel + 1.000 m. Desnivel – 1.000 m.

Este recorrido sería el camino más directo, pero aconsejamos adornar la jornada con uno o varios descensos por alguno de los valles que descienden hacia el oeste. Para ello, recomendamos desde el **Sommet de Pouyaué** descender por su vertiente oeste hasta el fondo del valle que desemboca en el pequeño pueblo de **Mont** o hasta que la nieve lo permita. Desde el punto en que decidamos poner de nuevo las pieles de foca, ascenderemos directamente al **Sommet de l'Aigle**.

Si las condiciones son buenas podremos realizar la **Travesía Portet-de-Luchón (1.300 m) - Sommet de l'Aigle (2.078 m)-Cazaux Dessus (1.400 m)**

Una actividad muy recomendada es realizar el recorrido lineal entre las poblaciones de **Portet-de-Luchón** y **Cazaux Dessus** pasando por el **Sommet de l'Aigle**. El descenso al valle de **Ruisseau de Saint-Crhistau** que nos conduce hasta **Cazaux Dessus** es magnífico y nos dará una mejor visión y conocimiento de esta zona del Pirineo.

Una vez alcanzado el fondo de valle de **Ruisseau de Saint-Cristau**, una pista forestal nos permitirá alcanzar de forma cómoda la población de **Cazaux Dessus**.

Necesitaremos combinación de vehículos o llamar a un taxi de la zona para regresar a **Portet-de-Luchón**.

### Día 3. **Montious (2.171 m) Valle de Bareilles.**

El itinerario que se describe a continuación no es un recorrido que ofrece un súper descenso para los más bajadores ya que buena parte transcurre a la ida en un suave ascenso por una pista forestal y a la vuelta en una bajada sin demasiada pendiente. Solo la última parte desde el **Lac de Bordieres** ofrece un terreno con mayores pendientes. Pero la esencia de este valle, la belleza del mismo y el conjunto de la actividad, hacen que merezca la pena realizar este recorrido.

El punto de partida será el pueblo remoto de **Bareilles** (1.000 m) situado en el valle homónimo. Recorreremos este valle por una pista forestal en un bosque continental de hayas y robles hasta alcanzar el **Lac de Bordieres**. Desde aquí, torceremos a la derecha por un valle más estrecho y ya sin la presencia del bosque hacia el **Montious** (2.171 m). Los metros finales antes de alcanzar el collado obligan a realizar unas cuantas vueltas maría.

Según condiciones, desde el collado se podrá alcanzar la cumbre del **Montious** o recorrer hacia el este un sencillo cordal que nos conduce hasta el **Sommet du Tech** (2.138 m).

Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m.

### Día 4. **Montségú (2.354 m)**



Muy cerca de la estación de esquí alpino de **Peyragudes** encontramos un bonito valle, ideal para el esquí de montaña que nos permite alcanzar la cumbre del **Montségú** tras una ascensión continua y cómoda.

En esta jornada estaremos mas cerca del eje axial pirenaico y al igual que en el **Mont Né** disfrutaremos de estupendas vistas desde la cumbre. Descenso por el mismo itinerario.

Desnivel + 1000m. Desnivel - 1000 m.

Fin de actividad y viaje de regreso. No se finalizará mas tarde de las 15 pm para tener tiempo de viajar por la tarde a nuestros hogares.

## 4 Más información

Precio. 390 € por persona.

### 4.1 Incluye

- Guía de montaña durante 4 jornadas en montaña.
- Gestión de reservas de alojamientos del viaje.

### 4.2 No incluye

- Transporte (consultar para compartir gastos de viaje con otros participantes).
- 4 noches de alojamiento en el destino y manutención.
- Alojamiento y manutención del guía a compartir entre los participantes.

\*Apartamentos económicos para el grupo.

### 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 programaremos una salida para usted.

### **Hora y lugar de encuentro**

Entre 7 a 5 días antes del inicio 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 facilitará los preparativos finales.

### **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.

### **Seguro de accidentes/viaje**

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

También le recomendamos que tenga un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tiene cualquier problema que le impida viajar. Puede adquirir un seguro de accidentes/rescate/seguro de viaje + cancelación.

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

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

## 4.5 Enlaces de interés

- [Información del Pirineo francés](#)
- [Información del Parque Nacional de los Pirineos](#)

## 4.6 Puntos fuertes

- Recorridos poco frecuentados.
- Itinerarios originales.
- Cómodo viaje con alojamiento en el valle y realizando actividad con mochila ligera de día.



## 5 Otros viajes similares

- Esquí de montaña en el Pirineo Francés. Luchón
- Esquí de montaña en el Pirineo francés. Altos Pirineos, Valle de Luz-St-Sauveur-Gavarnie

## 6 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608 (Global Adventure Team S.L)

+34 629 37 98 94 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

c/ Miguel Yuste 3, 3E, 28037 Madrid (España).