

# ESQUÍ DE MONTAÑA EN BENASQUE



**Maladeta y Sacroux-2018**



## Contenido

1	Presentación .....	2
2	El destino .....	3
3	Datos básicos .....	3
4	Programa .....	3
5	Más información.....	4
5.1	Incluye .....	4
5.2	No incluye .....	4
5.3	Material necesario.....	4
5.4	Observaciones .....	5
5.5	Enlaces de interés.....	6
5.6	Puntos fuertes .....	6
6	Nivel Físico y técnico exigido .....	7
7	Otros viajes similares .....	8
8	Contacto .....	8
9	Álbum fotográfico.....	9

## 1 Presentación

---

El Macizo de las **Maladetas** y en concreto **La Maladeta** (3.308 m) es un terreno excepcional para el esquí de montaña. Además, su altura y orientación permite disfrutar en general de buenísimas condiciones en cuanto a calidad de nieve acompañado de un paisaje majestuoso de alta montaña.

Alojados en el valle, durante dos jornadas ascenderos a un tresmiles que es la **Maladeta** (3.404 m) y otro bonita cima fronteriza con Francia, nos referimos al **Sacroux** (2.671 m).

Si algo tienen en común estas cimas es la belleza de sus vistas y buenos descensos, que sin duda nos dejará un buen sabor de boca.

## 2 El destino

---

El **Parque Natural Posets-Maladeta** está situado al norte de la comarca de la **Ribagorza** en la provincia de Lérida y noreste del Sobrarbe en la provincia de Huesca. Engloba dos de los macizos más elevados de los Pirineos: el del **Aneto** (3.404 m) con otras cimas como el **Pico Maladeta** (3.308 m), y el macizo del **Posets** (3.375 m) con otras cumbres míticas como el **Perdiguero** (3.221 m).

En el **Parque Natural Posets-Maladeta** podemos disfrutar del privilegio de observar algunos de los glaciares que aún perduran en el **Pirineo**, como el **mítico glaciar del Aneto** en el macizo de Maladeta o el **glaciar de Llardana** en el macizo de Posets.

Valles como **Benasque, Chistau y Barrabés**, nos ofrecen infinitas posibilidades de actividades para todos los gustos y estaciones del año como la práctica del trekking, el esquí de montaña, el alpinismo y la escalada.

También alberga una red de refugios guardados que se encuentran estratégicamente situados: **refugio Ángel Orús** en el Valle de Eriste, **refugio de Estós** en el Valle de Estós, **refugio de la Renclusa** en la vertiente norte del Aneto y **refugio de Biadós** en el Valle de Chistau.

Además de los prados, dominan en su paisaje los bosques de pino rojo y negro, que en ocasiones se mezclan con el abeto. También es posible encontrar carrascales y algunas manchas de bosques mixtos caducos. En cuanto a fauna es posible encontrar urogallos, martas, lechuzas de Tengmalm, perdiz nival, marmota o sarrio entre otras muchas especies animales.

## 3 Datos básicos

---

Destino: El **Parque Natural Posets-Maladeta** (España).

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: \*\*\*. Nivel técnico: \*\*. Ver apartado 6: Nivel técnico y físico exigido.

Duración: 2 días.

Época: De diciembre a mayo.

Grupo mínimo-máximo: 3-7 personas.

## 4 Programa

---

Día 1. Aproximación al refugio de la **Renclusa** (2.140 m) y ascensión al **Paderna** (2.628m).

Salida desde los **Llanos del Hospital** para llegar a la **Basurta** y ya en dirección sur alcanzar el refugio **Renclusa**. Desde aquí, en un terreno más abierto alcanzaremos el glaciar de la **Maladeta**. Dejaremos los esquís 150 metros por debajo del Collado de la Rimaya que alcanzaremos con los crampones y el piolet para llegar a cima por una bonita arista.

Descenso por el mismo itinerario.

Desnivel + 1.600 m. Desnivel – 1.600 m.

Día 2. Ascensión al **Sacroux** (2.676 m).

Volveremos a salir desde los **Llanos del Hospital** pero en dirección opuesta realizando un entretenido ascenso de orientación sur, primero por bosque y luego por terreno abierto. Últimos metros más obligados que en función de las condiciones lo haremos con esquís o crampones.

Desde la cumbre las vistas de la vertiente francesa son soberbias pero si además, como ocurre aquí, además vemos frente a nosotros el **Macizo de las Maladetas** .

Desnivel + 1.000 m. Desnivel - 1.000 m.

## 5 Más información

---

Precio. 160 euros.

### 5.1 Incluye

---

- Guía de montaña.
- Gestión de reservas de alojamiento de los participantes.

### 5.2 No incluye

---

- Alojamiento y manutención. Muntania Outdoors lo gestiona sin costes.
- Transporte. En caso de ser requerido Muntania Outdoors gestionará el mismo entre los participantes.

### 5.3 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). Una piel de foca de repuesto.
- Material de seguridad: ARVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Crampones y piolet.
- Casco.
- Ropa técnica para la actividad:
  - Calcetines.
  - Pantalón de esquí de montaña.
  - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio para el refugio.

- 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.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana.
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelbak tener en cuenta que el tubo puede llegar a helarse.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

## 5.4 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 adaptaremos una salida para usted.

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

Una semana 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 facilitarán los preparativos finales.

### **Seguro de la actividad**

Tal y como se indica en el apartado Décimo de las Condiciones Generales [www.muntania.com](http://www.muntania.com), es obligatorio que disponga de un seguro que cubra la actividad del viaje. Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes (consultar). Si ya lo tiene o no quisiera contratarlo a través nuestro, debe confirmar por escrito que renuncia al mismo.

Sin ninguna duda, por un poco más recomendamos un seguro con cancelación y así si usted o un familiar tiene algún percance antes del viaje tendrá derecho a la devolución íntegra del importe pagado tanto en los billetes como en el propio viaje

\*El seguro con cancelación que gestionamos permite una devolución de hasta 1500 euros. Si el importe del viaje más vuelo es mayor se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

#### Otras cuestiones

- En los **refugios no se pasa frío**. La chaqueta tipo **primalof** o **plumas fino** se usará durante la actividad si la temperatura es muy baja.
- 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 el refugio.
- En todos los refugios hay **zapatillas** por lo que no es necesario cargar con calzado extra.
- Hay ducha en las habitaciones del refugio.

#### 5.5 Enlaces de interés

---

- <https://benasque.com>

#### 5.6 Puntos fuertes

---

- Magnífico descenso desde las Maladetas.
- Visita a un **parque nacional** emblemático.
- Entorno ideal para travesías de esquí de montaña de varios días.
- Posibilidad de variantes en caso de mal tiempo.
- Buenas condiciones de nivación.



## 6 Nivel Físico y técnico exigido

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

	Relación Escala Blachere y Escala Traynard	Nivel de esquí
*	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

Observaciones: alcanzar el Aneto exige uso de crampones y piolet y cuerda y el Alba tiene una rampa final inclinada que se hace con crampones y piolet.

	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

## 7 Otros viajes similares

---

- Carros de fuego. Alta Ruta de Esquí de montaña. Pirineos
- Esquí-Alpinismo. Alta Ruta en el Parque Nacional de Aigüestortes i Sant Maurici. Pirineos
- Parque Nacional de Aigüestortes y San Mauricio. Esquí de montaña
- Alta Ruta del Aneto y Maladetas. Esquí de montaña
- Esquí de montaña. Pico Vallibierna (3.056 m), Pirineos
- Punta Bachimala (3.176 m), Pirineos. Esquí de montaña
- Esquí de Ordesa. Custodia, Punta de las Olas y Marboré
- Esquí de montaña en Panticosa. Pirineos. Pico de la Muga (2.726 m) y Dientes de Batanes (2.878 m)
- Travesía de Refugios. Esquí de montaña-Refugio del Portillón
- Vignemale. Esquí de montaña
- Sierra de Gredos, un paraíso para el esquí de montaña
- Esquí de montaña en Picos de Europa. Circular de Peña Vieja y ascensión al Tesorero

## 8 Contacto

---

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

c/ Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).



## 9 Álbum fotográfico

