



**ASCENSIONES CON RAQUETAS
DE NIEVE EN EL VAL D'ARAN**

PIRINEO CATALÁN

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

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

1 Presentación

Las raquetas de nieve nos permiten desplazarnos con facilidad por encima de las superficies nevadas descubriendo espacios de gran belleza paisajística de una forma divertida y cómoda.

Te proponemos **cuatro días de ascensiones** con **raquetas de nieve** en el Vall **d’Aran**, Pirineo catalán. Hemos realizado una selección de itinerarios para que puedas descubrir algunos de los rincones más bellos de estas tierras a vista de pájaro.

Vielha o alrededores será nuestro campamento base, y será desde aquí donde cada día, tras un corto desplazamiento en vehículo realizaremos una ascensión. Por las noches disfrutaremos de una buena cena para cargar nuestro cuerpo de energía para la próxima jornada.

El **Val d’Aran** es el único valle de carácter atlántico de **España** y una zona privilegiada por la cantidad de nieve que cada año recibe. Posee multitud de valles secundarios que ofrecen una gran variedad de posibilidades para la práctica del excursionismo invernal. La proximidad del **Parque Nacional de Aiguas Tortas y Lago de Sant Mauricio** configura la zona como una de las más atractivas del **Pirineo**, ideales para poder descubrir el

pirineísmo invernal, para una primera toma de contacto o bien para redescubrir el montañismo más clásico y agradecido.

Con un grupo compacto y con el guía podremos adaptar el programa y la ruta a las posibilidades del grupo para así poder disfrutar al máximo sin que la seguridad se vea comprometida.

2 Datos básicos

Destino: Vall d'Aran, (Pirineo de Lérida).

Actividad: Raquetas de nieve.

Nivel físico **/ Tipo de Terreno **

Duración: 5 días

Época: de diciembre a abril.

Grupo mínimo-máximo: 4-10 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

No se requiere estar iniciado en las raquetas de nieve, pero si habituados a salir a la montaña y hacer ejercicio de forma regular siendo capaz de realizar desniveles de ascenso y descenso **de al menos 900 metros**.

Técnicamente no son ascensiones complicadas. Además, en la mayoría de las cumbres propuestas, la ascensión se realiza íntegramente con las raquetas puestas y el descenso es relativamente suave y por amplias palas.

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km)

Tipo de terreno	Descripción
*	Progresión en terreno llano o con suave pendiente
**	Terreno con pendiente moderada que permite progresar de forma cómoda con las raquetas puestas
***	Terreno con pendiente más acusado que puede requerir en algún tramo cambiar las raquetas por crampones para progresar con mayor comodidad y seguridad

3 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

3.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a destino. Alojamiento en **Vielha** o alrededores.

Día 2. **Tuc de Salana** (2483m)

Desnivel + 900 m. Desnivel – 900 m

Día 3. **Moncorbisón** (2.174m).

Desnivel + 750 m. Desnivel – 750 m

Día 4. **Tuc del Port de Vielha (2605 m)**

Hasta el collado. Desnivel + 1.000 m. Desnivel - 1.000 m

Hasta la cumbre. Desnivel + 1.200 m. Desnivel - 1.200 m

Día 5. Dependiendo de las condiciones, realizaremos una u otra actividad en el valle.

Después del almuerzo, viaje de regreso.

Posibilidad de ampliar un día más el viaje. Consultar.

3.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a destino. Alojamiento en **Vielha** o alrededores.

Día 2. **Tuc de Salana** (2483m)

Es una montaña que incluso con malas condiciones climatológicas se puede ascender debido a que casi hasta su cumbre se extiende un bonito y poco denso bosque que facilita la visión en caso de niebla y nevadas. La vista con el **Montardo** en primer plano es única. Nos quedaremos con ganas de volver al valle después de ver la cantidad de picos que podemos subir con nuestras raquetas.

Desnivel + 900 m. Desnivel – 900 m

Día 3. **Moncorbisón** (2.174m).

Situada prácticamente sobre la población de **Vielha**, esta montaña es bien conocida por los Araneses. Desde la cima las vistas son maravillosas, destacando la cara norte del macizo de las Maladetas con el Pico Aneto.

Desnivel + 750 m. Desnivel – 750 m

Día 4. **Tuc del Port de Vielha (2605 m)**

Estupendo itinerario para despedir el viaje. Empezaremos por una pista forestal para encarar un camino de ascenso por un precioso bosque. Ya por terreno más abierto y con una visión espectacular de las montañas divisorias con la **Ribagorza** alcanzaremos primero el Port y luego la cima. Sin duda una gran clásica de la zona que merece ser visitada. Posibilidad de quedarse en el collado donde también se disfruta de estupendas vistas.

Hasta el collado. Desnivel + 1.000 m. Desnivel - 1.000 m

Hasta la cumbre. Desnivel + 1.200 m. Desnivel - 1.200 m

Día 5. Dependiendo de las condiciones, realizaremos una u otra actividad en el valle.

Después del almuerzo, viaje de regreso.

4 Más información

Precio

- Si el grupo alcanza los 7-10 participantes, 560 euros por persona.
- Si el grupo alcanza los 4- 6 participantes, 660 euros por persona.
- Si el grupo alcanza los 3 participantes, 760 euros por persona.

4.1 Incluye

- Seguro de accidentes y rescate.
- Guía de montaña.
- 4 noches en hotel en Vielha o pueblos de alrededor con desayuno
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión del viaje.

4.2 No incluye

- Transporte. En función de la procedencia de los participantes se podrá coordinar para compartir vehículo y gastos.
- Cenas.
- Almuerzos. Será de picnic en la montaña (bocadillo, fruta, etc.)
- Raquetas, bastones y ARVA. Consultar la posibilidad de alquilar con Muntania.

4.3 Material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila para caminar 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 25-35 litros).
- Botas de montaña y polainas.
- Crampones (en caso de ser necesario, consultar).
- Raquetas de nieve y bastones.
- Material de seguridad: ARVA, pala y sonda.
- 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 y guantes gordos.
 - Gorro para el frío.
 - Gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Cantimplora o termo, mínimo 1,5 litro.

- 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 adaptaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 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 facilitarán los preparativos finales.

Transporte a la zona donde se hace el viaje

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.

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

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 PÓLIZA 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 actividades de ámbito nacional y hasta 12.000 euros en el extranjero, siendo el pago contra reembolso.

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.

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

- <http://www.visitvaldaran.com/>

4.6 Puntos fuertes

- Buenas condiciones de nivación.
- Ascenso a bonitas cumbres.
- Terreno ideal para practicar esta disciplina deportiva.
- Grupo reducido.

5 Otros viajes similares

- Ascensiones con raquetas de nieve en la Cerdaña. Pirineo Catalán
- Itinerarios suaves con raquetas de nieve en el Vall d'Arán. Pirineo catalán
- Ascensiones con raquetas de nieve en el Vall de Boí
- Fin de semana de raquetas de nieve en Benasque
- Raquetas de nieve en el Sobrarbe, Valle de Bielsa. Pirineo Aragonés
- Excursiones con raquetas de nieve en el Valle de Ordesa
- Ascensiones con raquetas en el Valle del Tena. Bacias y Peyreget
- Excursiones con raquetas de nieve en el Valle del Tena. Pirineo Aragonés
- Fin de semana con raquetas de nieve en el Valle del Tena. Pirineo Aragonés
- Raquetas de nieve en el Valle de Echo. Pico Chipeta Alto, Castillo de Acher e Ibón de Acherito

6 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

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

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