



ESQUÍ DE MONTAÑA EN EL VALL DE BOÍ

Pirineo Catalán

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

| | | |
|-----|--|---|
| 1 | Presentación..... | 1 |
| 2 | Datos básicos..... | 1 |
| 2.1 | Nivel físico y técnico requerido | 2 |
| 3 | El destino | 3 |
| 4 | Programa | 4 |
| 4.1 | Programa resumen..... | 4 |
| 4.2 | Programa detallado | 4 |
| 5 | Más información | 5 |
| 5.1 | Incluye | 5 |
| 5.2 | No incluye..... | 5 |
| 5.3 | Material necesario..... | 5 |
| 5.4 | Observaciones | 6 |
| 5.5 | Enlaces de interés..... | 6 |
| 5.6 | Puntos fuertes | 8 |
| 5.7 | Otros viajes similares..... | 8 |
| 6 | Contacto | 8 |

1 Presentación

Te proponemos **cuatro días de ascensiones** con **esquí de montaña** en el Vall de Boí. Hemos realizado una selección de itinerarios para que puedas descubrir algunos de los rincones más bellos de estas montañas.

La proximidad con el **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 **pireneísmo invernal**.

Con un grupo compacto podremos adaptar el programa a las condiciones meteorológicas y estabilidad del manto nivoso para así poder disfrutar al máximo sin que la seguridad se vea comprometida.

2 Datos básicos

Destino: Comarca de **Laciana** y **Babia**. Castilla y León. Cordillera Cantábrica.

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: **. Nivel técnico: **.

Duración: 2 días más tarde de viaje.

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

2.1 Nivel físico y técnico requerido

| | 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 1500 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 |

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 El destino

El **Vall de Boí** es un conjunto de valles y sierras situados en la comarca catalana de la **Alta Ribagorza** (Lérida). Ocupa la cuenca principal del río **Noguera de Tor**. En él se encuentra la estación de esquí de **Boí-Taüll Resort**, que dispone de la cota más alta de todas las situadas en los Pirineos.

El **Vall de Boí** presenta un paisaje montañoso de gran belleza y constituye una comarca de gran valor histórico y cultural.

Desde el valle se puede acceder al **Parque Nacional de Aigüestortes y Lago de San Mauricio**.

El **Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici** es uno de los catorce parques nacionales de España. Situado en el **pirineo catalán** es, junto con el **Parque Nacional de Ordesa y Monteperdido** (en el pirineo aragonés) y el **Parc National des Pyrénées** (en los departamentos franceses de Pyrénées-Atlantiques y Hautes-Pyrénées), una excelente representación de los principales ecosistemas de los Pirineos.

Su principal seña de identidad es el **agua**, que corre por ríos, barrancos y cascadas y se estanca en lagos y turberas. Todo entre montañas de más de tres mil metros de altitud y frondosos bosques de pino negro, abeto, pino silvestre, abedul y haya.

En el parque existe una extensa red de refugios guardados que permiten a los amantes de la montaña descubrir todos los rincones con toda comodidad y en cualquier época del año. En invierno, cuando el parque se cubre de blanco y sus **más de 200 lagos se hielan**, se convierte en un escenario perfecto y hermosísimo para realizar travesías con esquís de montaña o con raquetas de nieve.

Seguir la huella que en la edad media dejó el **arte románico** en el **valle de Boí** es otra forma de acercarse a este paraje. La iglesia de **Sant Climent de Taüll** con su esbelto campanario de planta cuadrada, es la imagen más conocida de las ocho iglesias y una ermita construidas en el valle bajo la influencia del románico lombardo, y declaradas **Patrimonio de la Humanidad** por la **UNESCO**.

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**.



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 a destino. Alojamiento en la zona.

Día 2. **Corronco de Durro** (2.543 m) desde **Durro** (1.393 m).

Desnivel + 1.150 m. Desnivel - 1.150 m.

Día 2. **Pas de Llevata, Pic de Filià** (2.771 m) y descenso por la **Vall de Sant Martí**.

Desnivel + 1.100 m. Desnivel - 1.100 m.

Día 3. **Caldes de Boí-Valle de Llubiquesto**

Desnivel + 1.100 m. Desnivel - 1.100 m.

Día 4. **Tossal Llargo o Pic de Llena** (2.673 m)

Desnivel + 1300 m. Desnivel -1300 m (posibilidad de ahorrarse unos metros mediante remontes mecánicos).

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a destino. Alojamiento en la zona.

Día 2. **Corronco de Durro** (2.543 m) desde **Durro** (1.393 m).

Empezamos la semana con uno de los itinerarios más clásicos del valle. Iniciaremos el ascenso por el pinar de **Riballons** para alcanzar una larga loma que nos conduce hasta la cumbre. Descenso por el mismo itinerario u otro en función de las condiciones.

Desnivel + 1.150 m. Desnivel - 1.150 m.

Día 2. **Pas de Llevata, Pic de Filià** (2.771 m) y descenso por la **Vall de Sant Martí**.

Espectacular itinerario en forma de herradura que nos permite conocer diferentes valles de estas montañas.

Partiendo de la estación de esquí de **Boí-Taüll** remontaremos al **Coll de Roies**. Desde aquí primer descenso por el **Vall de Manyanet**. Puesta de pieles y ascenso al **Pic de Filià** (2.771 m). Para volver a la civilización podremos volver bien por el **Tuc de Moró** o por el **Port de Rus** hacia el **Vall de Sant Martí**.

Desnivel + 1.100 m. Desnivel - 1.100 m.

Día 3. **Caldes de Boí-Valle de Llubiquesto**

Estupenda excursión por el típico bosque de coníferas de alta montaña. Desde el inicio, el acceso al **valle de Llubiquesto** nos premiará con estupendas vistas de las montañas vecinas del **Parque Nacional de Aiguas Tortas y Lago de Sant Mauricio** y del **valle de Boí**. Alcanzaremos ya por terreno más abierto preciosos **ibones** de

montaña. Las posibilidades en la cabecera de este valle son numerosas por lo que en función de las condiciones se decidirá qué hacer.

Desnivel + 1.100 m. Desnivel - 1.100 m.

Día 4. **Tossal Llargo Pic de Llena** (2.673 m)

Despediremos el valle ascendiendo a esta apartada montaña que nos brinda unas estupendas vistas de la vertiente sur del **Parque Nacional de Sant Maurici** y de **Vall Fosca**. Partiendo de la estación de esquí de **Boí-Taüll** alcanzaremos el **Pas de Llaveta** para descender hacia el **Vall de Manyanet**, pero aguas abajo respecto al lugar por donde pasamos para ir al **Pic de Filià**. Una vez alcanzado el fondo del valle remontaremos primero por suaves pendientes y luego por terreno más exigente hasta la cumbre. Regreso por el mismo itinerario o posibilidad de una vez realizado el primer descenso volver por otro valle.

Desnivel + 1300 m. Desnivel -1300 m (posibilidad de ahorrarse unos metros mediante remontes mecánicos).

Tras el almuerzo, emprenderemos el viaje de regreso.

5 Más información

Precio.

- 310 euros por persona (si el grupo se completa con 4 a 7 personas).
- 390 euros por persona (si el grupo se completa con 3 personas).
- 580 euros por persona (si el grupo se completa con 2 personas).

5.1 Incluye

- Guía de montaña durante 4 jornadas de actividad.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Transporte. En función de la procedencia de los participantes se podrá coordinar para compartir vehículo y gastos.
- Alojamiento de los participantes (una vez tengamos grupo, daremos una opción de alojamiento para todos los participantes). Opción de un hotel donde nos tratan muy bien con un coste entorno a 150 euros en total para las cuatro noches.
- Manutención de 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).
- 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.

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.

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.

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.

Transporte

El punto de encuentro y lugar se concretará la semana antes.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. 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.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Seguro Ski/Aventura Plus

Le recomendamos el seguro **Ski/Aventura Plus**. Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior pero además tendrá una cobertura más completa porque tendrá cubierta la cancelación previa del viaje y billetes por un motivo de fuerza mayor (enfermedad, lesión...) tanto de usted como de un familiar.

El seguro de viaje con anulación que gestionamos permite una devolución de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación son seguros de viajes con mejores coberturas** que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación, pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje, pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <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.

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.

5.5 Enlaces de interés

- http://www.vallboi.cat/es?set_language=es

5.6 Puntos fuertes

- Terreno ideal para practicar esta disciplina deportiva.
- Románico del Vall de Boí.
- Posibilidad de variantes en caso de mal tiempo.

5.7 Otros viajes similares

- Esquí de montaña en el Valle de Arán. Tres días de ascensions
- Esquí de montaña. Pico Tendeñera (2847 m) y Pico Otal (2.705 m)
- Esquí de montaña. Mesa de los Tres Reyes y Petraficha
- Esquí de montaña en la Cordiller Cantábrica. Tour de Peña Ubiña
- Esquí de montaña en la Cordiller Cantábrica. Entre Somiedo y la Babia. Peña Orniz (2.191 m) y Montihuero (2.180 m).

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).