



TOUR DEL GRAN PARADISO, ITALIA

Esquí de montaña

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	El destino	1
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel físico y técnico requerido	2
4	Programa	3
4.1	Programa resumen.....	3
4.2	Programa detallado	4
5	Más información	7
5.1	Incluye	7
5.2	No incluye.....	7
5.3	Ropa y material necesario para realizar esta travesía	7
5.4	Observaciones	8
5.5	Enlaces de interés.....	10
5.6	Puntos fuertes	10
6	Otros viaje similares	10
7	Contacto	10

1 Presentación

Muntania Outdoors te propone una alta ruta ambiciosa de **esquí-alpinismo**. Recorre el espectacular **Parque Nacional del Gran Paradiso**, entre las regiones italianas de **Valle de Aosta** y **Piamonte** enteramente en territorio italiano.

A lo largo de **5 jornadas** recorreremos glaciares, atravesaremos collados y alcanzaremos grandes cimas. Iremos descubriendo impresionantes picos y glaciares, que a modo de hitos nos marcarán el camino. Nos iremos con el **Gran Paradiso** (4.061 m) y otras cumbres en nuestras piernas. Nos acompañarán la **Aiguille de la Grande Sassièrè** (3.751 m), el **Granta Parey** (3.387 m), el **Gran Vaudala** (3.272 m), el **Ciarforon** (3.642 m) y **La Tresenta** (3.609 m) como telón de fondo.

¡Anímate a este viaje, nosotros te facilitaremos el camino!

2 El destino

El **Valle de Aosta** ocupa 3.266 km², una centésima parte del territorio nacional italiano es la más pequeña de las regiones italianas.

Modelada por antiguos glaciares y rodeada por unas de las montañas más grandes de Europa (**Mt. Blanc, Grand Paradiso, Grand Combin, Mt. Rosa**, etc.), el **Valle d'Aosta** es una región típicamente alpina: un tercio de su superficie se encuentra por encima de los 2.600 m de cota. Verticalidad, altas cotas y grandes desniveles hacen de la región un lugar ideal para los grandes desafíos y para la práctica deportiva: alpinismo, escalada, trekking, esquí, rafting, cañones, bicicleta etc se practican en el valle.

Además, **Aosta** conquista también a las almas más contemplativas con sus paisajes grandiosos y con un patrimonio natural de gran riqueza: precisamente es aquí donde **nació el** primer parque natural italiano (**Grand Pardiso**) y casi un tercio del territorio regional se encuentra protegido para tutelar su importante biodiversidad.

También la historia y el arte sorprenden, con una extraordinaria concentración de testimonios del pasado: monumentos megalíticos prehistóricos, importantes huellas del periodo romano, más de 100 estructuras entre **castillos medievales, torres y fortalezas**, en muchos casos transformados a lo largo del tiempo para convertirse en residencias renacentistas e iglesias románicas y barrocas. Una gran riqueza cultural a la que contribuyen tradiciones todavía vivas, artesanía y gastronomía, y el bilingüismo – italiano y francés – de la mayor parte de sus habitantes.

3 Datos básicos

Destino: Macizo del Monte Rosa, Italia.

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: ***. Nivel técnico: **/***.

Duración: 7 días (5 días de actividad).

Época: De marzo a mayo.

Grupo mínimo-máximo: 2-4 personas.

3.1 Nivel físico y técnico requerido

Itinerario para iniciados y rodados en el esquí de montaña. Se requiere un buen estado de forma para afrontar desniveles exigentes y en altura 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. Hay algunos pasajes técnicos que requieren tener agilidad con el uso de crampones y piolet.

	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 35º-40º) mediante distintas técnicas de descenso
****	EMB/S4-S5	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente (hasta 45º) 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 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. Vuelo España – **Ginebra o Turín** (consultar).

Presentación del viaje. Resolución de dudas. Preparación de mochila. Alojamiento en el valle de Chamonix/Aosta (consultar).

Día 2. **Cogne** (1.534 m) - **Refugio Vittorio Sella** (2.579 m). Ampliación al collado de Loson.

Desnivel + 865 m. Desnivel - 15 m. Distancia 6 km Tiempo estimado 3 h.

Ampliación: Desnivel + 720 m. Desnivel - 720 m. Distancia 4 km Tiempo estimado 2 h.

Día 3. **Refugio Vittorio Sella** (2.579 m)- **Pico La Gran Serra** (3.552 m)- **Refugio Chabod** (2.750 m).

Desnivel + 1.492 m. Desnivel - 1.310 m. Distancia 13 km Tiempo estimado 7-8 h.

Día 4. **Refugio Chabod** (2.750 m)-**Gran Paradiso** (4061 m)- **Vittorio Emanuele II** (2.735 m).

Foto obligada desde la cima y descenso directo y en general muy bueno hasta el refugio **Vittorio Emanuele**.

Desnivel + 1.431 m. Desnivel – 1.442 m. Distancia 12 km. Tiempo 6 h.

Día 5. **Vittorio Emanuele II** (2.735 m)-**Refugio Pontese** (2.200 m).

Desnivel + 1.034 m. Desnivel – 1.647 m. Distancia 14 km. Tiempo 7-8 h.

Día 6. **Refugio Pontese** (2.200 m)- **Cogne** (1.534 m).

¡Enhorabuena a todos!

Desnivel + 1.236 m. Desnivel – 1.835 m. Distancia 20 km. Tiempo 7-8 h.

Fin del itinerario y traslado al hotel en Chamonix.

Día 7. Traslado a **Ginebra**. Vuelo **de regreso**.

4.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo **España – Ginebra o Turín** (consultar).

Presentación del viaje. Resolución de dudas. Preparación de mochila. Alojamiento en el valle de Chamonix/Aosta (consultar).

Día 2. **Cogne** (1.534 m) - **Refugio Vittorio Sella** (2.579 m). Ampliación al collado **de Loson**.

Traslado al valle de Aosta y en concreto a la famosa aldea alpina de **Cogne** que en invierno es famoso por ser base de operaciones para los amantes de la escalada en hielo y para los esquiadores de fondo. Seguiremos en vehículo hasta la pequeña aldea de Valnontey y ya desde aquí nos calzaremos los esquís para remontar el valle del Lauson camino del refugio.

Durante el ascenso las vistas del valle de **Valnontey** son espectaculares destacando el glaciar della **Tribolazione** y otros glaciares de la cabecera de este valle.

Desnivel + 865 m. Desnivel - 15 m. Distancia 6 km Tiempo estimado 3 h.

Tras el almuerzo y descansar tenemos la opción de alargar la jornada ascendiendo al **Col Lauson** (3.296 m) que es la puerta de entrada al valle de **Valsavarenche** por donde acceden las personas que quieren subir al Gran Paradiso por su vía normal.

Desnivel + 720 m. Desnivel - 720 m. Distancia 4 km Tiempo estimado 2 h.

Día 3. **Refugio Vittorio Sella** (2.579 m)- **Pico La Gran Serra** (3.552 m)- **Refugio Chabod** (2.750 m).



Etapa ambiciosa, espectacular, con dos ascensos y descensos hasta el siguiente destino. Partiremos con un primer objetivo que ya previamente desde el refugio habremos estudiado, nos referimos al **Pico La Gran Serra** (3.552 m). Para ello subiremos por el glaciar del **Lauson** y los metros finales serán en terreno mixto de nieve, hielo y roca hasta alcanzar la cumbre. Vistas hacia el norte de **La Grivola** (3.669 m) y el **Mont Blanc** (4.810 m) y hacia el sur el **Gran Paradiso** (4.061 m).

Luego descenderemos por la vertiente oeste por el glaciar **Timorion** hasta que a cota 3.100 pasaremos una brecha que nos dará acceso al glaciar **Gran Neyron**. Bordeando el **Herbetet** (3.778 m) y su arista noroeste nos enfrentaremos a la última subida de la jornada alcanzando el collado **Gran Neyron** (3.414 m). Desde aquí descenso hasta el refugio.

Tras el esfuerzo, las luces del atardecer y los colores del **Gran Paradiso** serán nuestra recompensa además de una buena cena.

Desnivel + 1.492 m. Desnivel - 1.310 m. Distancia 13 km Tiempo estimado 7-8 h.

Día 4. **Refugio Chabod** (2.750 m)-**Gran Paradiso** (4061 m)- **Vittorio Emanuele II** (2.735 m).

Nos gusta iniciar el ascenso al **Gran Paradiso** por esta ruta porque la primera parte está menos frecuentada que la normal desde el refugio **Vittorio Emanuele**.

Remontaremos por el glaciar **Laveciau** hacia la **Shiena d'Asino** donde nos juntaremos con la normal. Seguiremos en terreno glaciar afrontando una parte más obligada que nos hará hacer algunas vueltas maría en terreno de más pendiente antes de alcanzar una arista de terreno mixto (roca, nieve y hielo) que ya sin esquís nos conducirá a la cima.

Foto obligada desde la cima y descenso directo y en general muy bueno hasta el refugio **Vittorio Emanuele**.

Desnivel + 1.431 m. Desnivel - 1.442 m. Distancia 12 km. Tiempo 6 h.



Día 5. Vittorio Emanuele II (2.735 m)-Refugio Pontese (2.200 m).

Al igual que en la jornada 3 del programa, nos enfrentaremos a una etapa decisiva de nuestro periplo. Tendremos que volver a atravesar el principal cordal que une el Gran Paradiso con otras importantes cumbres de la zona y que a modo de espina dorsal con extensión norte-sur forman una cadena montañosa de importantes dimensiones.

Primer ascenso al Col del **Gran Paradiso** (3.345 m) situado entre el **Gran Paradiso** y otra bonita y famosa cima de la zona, nos referimos a la **Tresenta** (3.609 m). Esta brecha nos permite atravesar la cadena montañosa citada de oeste a este. Descenso por terreno glaciar para ir a buscar una morrena frontal que nos sacará fuera del glaciar. Pasaremos por el refugio bivac **Ivrea**. Seguiremos unos metros más de descenso para afrontar el segundo ascenso de la jornada hasta el collado de Becchi (2.990 m). Desde aquí, descenso final hasta refugio.

Desnivel + 1.034 m. Desnivel – 1.647 m. Distancia 14 km. Tiempo 7-8 h.

Día 6. Refugio Pontese (2.200 m)- Cogne (1.534 m).

Final de viaje y no por eso podemos decir que ya está todo hecho. Aunque la distancia a recorrer puede asustar un poco hay que pensar que parte de esta se debe al largo descenso que realizaremos en el valle de **Vallone di Valeille** tras pasar las dificultades de la ruta. Este valle presenta un circuito de esquí de fondo que nos facilitará el camino hasta alcanzar la pequeña aldea de **Lillaz** (1.617 m) que será el punto final de la travesía.

Desde el refugio Pontese iremos a la cima del **Pico Ondezana** (3.492 m) pero para ello no tomaremos el camino directo si no que describiremos un arco en nuestra traza para subir por el **Piano della Agnelere** que por lo general presenta condiciones más estables del manto nivoso haciendo el itinerario más seguro.

Tras alcanzar la cumbre, nos separa de nuestra meta el largo descenso que hemos mencionado anteriormente.

Una vez alcanzado **Lillaz** daremos por terminado nuestra travesía. Fin de fiesta con unas cervezas antes de regresar a **Chamonix/Aosta**.

¡Enhorabuena a todos!

Desnivel + 1.236 m. Desnivel – 1.835 m. Distancia 20 km. Tiempo 7-8 h.

Fin del itinerario y traslado al hotel en Chamonix/Aosta.

Día 7. Traslado a **Ginebra/Turin**. Vuelo **de regreso**.

5 Más información

Precio.

- 1.395 € si el grupo se completa con 4 participantes.
- 1.630 € si el grupo se completa con 3 participantes.
- 2.050 € si el grupo se completa con 2 participantes.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- **2** noches de alojamiento con desayuno en el valle Chamonix en Gite (habitación compartida)
- **4** noches de alojamiento con media pensión en los refugios.
- Gestión de la infraestructura de la actividad.

5.2 No incluye

- Billete de avión a Ginebra/Turín (aprox. 250 €). Posibilidad de gestión por parte de Muntania Outdoors (coste de 30 € por gastos de gestión).
- Viaje de ida y vuelta aeropuerto-Chamonix (70 €). Muntania Outdoors lo gestiona sin coste (ver observaciones). Viaje Chamonix-Valle de Aosta ida y vuelta o aeropuerto Turin-Valle de Aosta ida y vuelta (consultar).
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena en los refugios.
- Cualquier imprevisto por causas climatológicas o de seguridad del grupo que implique un cambio de recorrido y conlleve un gasto mayor al presupuestado.

5.3 Ropa y material necesario para realizar esta travesía

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). Al menos una piel de foca de repuesto (recomendamos un par).
- Material de seguridad: DVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Casco, crampones y piolet.
- Arnés, cabo de anclaje y dos mosquetones de seguridad. 1 tornillo de hielo (recomendable).
- Ropa técnica para la travesía:
 - Calcetines.

- Pantalón de esquí de montaña.
- Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio para el refugio.
- 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).
- Saco sábana.
- Toalla muy pequeña ligera.
- Cantimplora y/o termo, mínimo 1,5 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelbak hay que 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 programaremos 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 facilitará los preparativos finales.

Billete de avión en caso de ser necesario

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comuniquemos, informando del **aeropuerto de salida y regreso, número de maletas a facturar en bodega y si factura bolsa de esquís**. Antes de comprar el mismo le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Respecto al transporte de esquís en el avión, recomendamos facturar únicamente una bolsa de esquís amplia, donde además pueda meter más cosas y en cabina lleve la mochila de ataque con el resto de las cosas que no ha metido en la bolsa de esquís. Se puede alquilar esquís y botas y también hay tiendas para comprar ropa, guantes etc. pero es más sencillo alquilar esquís y botas que ir comprando guantes, gorro, etc.

Muntania Outdoors cobra 30 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra de este. Este servicio no incluye gestiones para hacer el check-in previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 30 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Transporte aeropuerto-Chamonix.

Le gestionamos el transfer del aeropuerto al hotel tanto a la ida como a la vuelta. Sin mucha espera, la compañía de transporte le recoge y le lleva hasta su alojamiento. La vuelta se hace desde el mismo hotel y la recogida se hace en función de la hora de despegue de los vuelos.

Alojamientos

Recomendamos que no cargue toda la comida de ataque (almuerzos) para toda la travesía ya que su mochila pesará más de lo deseado. Podrá comprar los almuerzos de cada jornada en los refugios.

No es necesario llevar saco de dormir, pero si un saco sábana de seda o algodón. Importante incidir en que no es un saco, es una sábana en forma de saco muy ligera y que guardada en su funda no ocupa más que el puño de una mano. En los refugios no hace frío y nos proporcionan mantas.

En todos los refugios hay zapatillas por lo que no es necesario cargar con calzado extra.

Se puede dejar en el alojamiento de la primera noche en Chamonix una bolsa con algo de ropa para el regreso.

Seguro de accidentes/viaje

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

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.

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.

5.5 Enlaces de interés

- <http://www.lovevda.it/es>
- <https://www.rifugiovittorioemanele.com>
- <https://www.rifugiochabod.com>
- <http://www.rifugiosella.com>

5.6 Puntos fuertes

- Ruta alpina de esquí alpinismo.
- Ascenso a varias cumbres destacando el Gran Paradiso.
- Terreno salvaje y solitario.

6 Otros viajes similares

- Esquí-alpinismo. Cuatromiles del valle de Saas Fee y Monte Rosa
- Objetivo Mont Blanc. Esquí de Montaña
- Chamonix-Zermatt. La alta ruta por excelencia

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L.U CICMA: 2608

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

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