



SENDERISMO EN LUCHÓN

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	2
3.1	Programa resumen	2
3.2	Programa detallado	2
4	Más información.....	3
4.1	Incluye.....	3
4.2	No incluye	3
4.3	Material necesario.....	4
4.4	Observaciones	4
4.5	Enlaces de interés	6
4.6	Puntos fuertes	6
4.7	Otros viajes similares	6
5	Contacto	6

1 Presentación

Presentamos un viaje de **Ascensiones** a los **Pirineos Franceses**. Con base en el valle de **Bagnères de Luchon**, 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 Montaña** que te guiará durante cada jornada para sacar el máximo provecho a la semana.

2 Datos básicos

Destino: Luchon, Pirineos. Francia.

Actividad: Senderismo/ Ascensiones

Nivel físico: **. Nivel técnico: **.

Duración: 4 días de actividad + tarde de viaje

Época: de mayo a octubre

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

2.1 Nivel físico y técnico necesario para este viaje

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 + y que la etapa tenga 12 km

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

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. Traslado al destino en el valle de Luchón (Francia).

Día 2. **Mont Né** (2.147 m).

Desnivel + 900 m. Desnivel – 900m.

Día 3. **Honteyde** (1.912 m) y **Cap de la Lit** (1.970 m).

Desnivel + 800 m. Desnivel – 800 m.

Día 4. **Circular al Mont dy Lys (2029m.)**

Desnivel + 1100 m. Desnivel – 1100 m.

Día 5. **Tuc deu Plan de la Serre** (1.977 m)

Desnivel + 1.000 m. Desnivel – 1.000 m.

Fin de actividad y viaje de regreso.

3.2 Programa detallado

Día 1. Traslado al destino en el valle de Luchón (Francia).

Día 2. **Mont Né** (2.147 m).

Esta montaña está situada al norte de la cadena axial pirenaica, lo que le permite ser un estupendo mirador de la vertiente norte de la misma. Además, destacar su **carácter solitario** y la **originalidad del itinerario** realizando un recorrido circular que nos permitirá conocer las distintas vertientes de esta montaña.

Partiendo de **Bourg d'Oueil**, pequeña población a 1.336 m, remontaremos un boscoso valle hacia el **Port de Pierrefite** (1855 m). Tras coronar la cumbre, la bajada será hacia el oeste hacia completando una fantástica circular.

Desnivel + 900 m. Desnivel – 900 m.

Día 3. **Honteyde** (1.912 m) y **Cap de la Lit** (1.970 m).

Al igual que la jornada del **Mont Né**, este recorrido circular no dejará indiferente a ninguno de los participantes ya que exploraremos un solitario rincón pirenaico rodeados de grandes cimas.

Partiremos de **Garin** (1.250 m) en el **Vallée d'Oueil** primero hacia el **Honteyde** y luego al **Cap de la Lit**

Desnivel + 800 m. Desnivel – 800 m.

Día 4. Circular al Mont dy Lys (2029m.)

Desnivel + 1100 m. Desnivel – 1100 m.

Día 5. **Tuc deu Plan de la Serre** (1.977 m)

Jornada abierta con varias opciones para realizar un recorrido circular con una o varias opciones de cimas y que es de obligada visita por las impresionantes vistas que disfrutaremos.

El **Col du Portillón** será el punto de partida y por terreno boscoso de estupendos ejemplares de **abetos** alcanzaremos cotas mas altas más abiertas ideales para una fantástica jornada de montaña.

Desnivel + 1.000 m. Desnivel – 1.000 m.

Fin de actividad y viaje de regreso. No se finalizará mas tarde de las 14 pm para tener tiempo de viajar por la tarde a nuestros hogares.

4 Más información

Precio. 480 euros

4.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Alojamiento en apartamento ocupado por dos personas
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas de alojamientos del viaje.

4.2 No incluye

- Transporte (consultar para compartir gastos de viaje con otros participantes).
- Manutención (opción de cenar fuera o cocinar en el apartamento).

4.3 Material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

- Mochila (25-35 litros)
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña
- Crampones, piolet (en función de la época en que se realice el viaje, consultar)
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Guantes finos tipo forro polar.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol
- Frontal (pilas de repuesto)
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback
- Botiquín y neceser personal (si la actividad requiere dormir en refugio de montaña).
- Crema solar y protección labial
- Cámara de fotos
- Bastón/bastones

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 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

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 J-2421 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h +34 93 366 95 81 (es el número de contacto de la empresa aseguradora AXA).

*** 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.

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

- <https://www.espritparcnational.com/es/parques-nacionales/parque-nacional-de-los-pirineos?language=es>
- <http://www.lespyrenees.net>

4.6 Puntos fuertes

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

4.7 Otros viajes similares

- Andorra. Esquí de montaña en los Pirineos
- Senderismo en el Parque Nacional de los Pirineos. Pirineos francés
- Senderismo en Andorra
- Senderismo en Benasque. Pirineo Aragonés
- Senderismo en Ordesa, Añisco y Bujaruelo. Pirineo Aragonés

5 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).