



ESQUÍ DE MONTAÑA EN LOS ECRINS Y QUEYRAS

Alpes franceses

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino	2
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.....	6
5.1	Incluye.....	6
5.2	No incluye	6
5.3	Ropa y material necesario para este viaje	6
5.4	Observaciones.....	7
5.5	Enlaces de interés.....	8
5.6	Puntos fuertes.....	8
6	Otros viajes similares	9
7	Contacto	9

1 Presentación

Disfruta de un semana completa de esquí de montaña en el **Macizo de los Ecrins y Queyras**. Dormiremos en un hotel en el valle y cada día haremos una ascensión a una bella cima.

Iremos ligeros con la ropa y material necesario para afrontar cada jornada. Por la tarde, podremos descansar y conocer los bonitos pueblos de la zona. En la cena, degustaremos platos tradicionales de esta parte de los Alpes.

Los recorridos que haremos en el **Macizo de los Ecrins y Queyras** son preciosos y nosotros tendremos la suerte de conocer estas montañas que son bien conocidas por los franceses pero por suerte para nosotros, en invierno, la presencia de esquiadores de montaña de otros países aún no está generalizada.

2 El destino

El **Parque Nacional de Ecrins** está situado entre las ciudades **Grenoble, Briançon y Gap**, al sur este de Francia. Destaca por su riqueza biológica y cultural y por su paisaje, marcado por un relieve abrupto con largos valles y crestas. Es reseñable la no presencia de teleféricos, a diferencia de otras zonas alpinas, síntoma del alto nivel de protección y conservación de este territorio.

El punto culminante del parque es la mítica **Barre des Ecrins (4.102 m)**. Le siguen **La Meije (3.984 m)**, **Ailefroide (3.954 m)**, **Mont Pelvoux (3.946 m)** y un sinfín de cumbres, muchas de las cuales atesoran escaladas clásicas en roca.

El parque regional del **Queyras**, se encuentra flanqueado al oeste por el **Macizo de Ecrins** y al este hace frontera con Italia.

La población de acceso más importante por Francia es **Briançon** que destaca por su casco histórico amurallado. También es de reseñar el monumental pueblo de Saint-Verán y la fortaleza colgada de **Château Queyras**.

Es una región alpina de gran belleza, donde abundan los bosques de alerces junto bosques de pinos y abetos. Su geografía es intrincada lo que determina que existan parajes y pueblos aislados con un marcado carácter

No hay gran presión turística por lo que el ambiente familiar y tranquilo hace que el viajero pueda disfrutar de la tranquilidad de estos parajes.

3 Datos básicos

Destino: Ecrins y Queyras. Francia

Actividad: esquí de montaña.

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

Duración: 7 días (5 días de actividad).

Época: de diciembre a abril

3.1 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 35º
***	EB-EMB BAJO/S4	Con experiencia que esquián 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

***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 pero que practica deporte de manera habitual y que puede hacer desniveles de entre 1.000 y 1.500 metros diarios a ritmo tranquilo.

La variedad de opciones que encontramos permite adaptar las jornadas a los participantes.

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 en avión a Turín. Recepción de los participantes y traslado a destino. Si los horarios de llegada son tardíos se pasará la primera noche en un hotel junto al aeropuerto.

Día 2. **Tête de Paneyron (2.785 m). Coll de Vars, Queyras**

Desnivel + 800 m Desnivel - 800 m.

Día 3. **Pic Blanc du Galibier (2.955 m). Col du Lautaret, Cerces**

Desnivel + 1.000 m Desnivel - 1.000 m.

Día 4. **Pic Cascavelier (2.576 m). Saint-Verán, Queyras.**

Desnivel + 1.000 m Desnivel - 1.000 m.

Día 5. **L'Arpelin** (2.604 m). **Col d'Izoard, Queyras.**

Desnivel + 1.100 m Desnivel - 1.100 m.

Día 6. **La Blanche** (2.953 m). **Pelvoux, Ecrins o Le Grand Meyret** (2.516 m) o **Pic de la Gardiole** (2.753 m). **Briançon, Cerces**

Esta será la última jornada que haremos en montaña y tendremos dos opciones posibles:

Opción 1. **La Blanche** (2.953 m). **Pelvoux, Ecrins.**

Desnivel + 1.500 m Desnivel - 1.500 m del recorrido completo y 750 metros menos de subida si se opta por subir en teleférico.

Opción 2. **Le Grand Meyret** (2.516 m) o **Pic de la Gardiole** (2.753 m). **Briançon, Cerces**

Regreso al aeropuerto de Turín. Alojamiento junto al aeropuerto.

Día 7. Viaje de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje en avión a Turín. Recepción de los participantes y traslado a destino. Si los horarios de llegada son tardíos se pasará la primera noche en un hotel junto al aeropuerto.

Día 2. **Tête de Paneyron** (2.785 m). **Coll de Vars, Queyras**

Nos dirigiremos al suroeste del Macizo del Queyras para afrontar esta primera ascensión a una cima que no presenta demasiadas complicaciones y que es ideal como toma de contacto de esta bella parte de los Alpes.

La última parte transcurre por una arista sencilla que nos conducirá a la cumbre.

Desde la cima disfrutaremos de estupendas vistas del Mercantour y de los Alpes Marítimos.

Desnivel + 800 m Desnivel - 800 m.

Día 3. **Pic Blanc du Galibier** (2.955 m). **Col du Lautaret, Cerces**

Por la mañana conduciremos al Col du Lauteret (2.058 m), lugar mítico en verano para los ciclistas y en invierno para los esquiadores de montaña y los practicantes del Snow Kite (esquí o snow traccionado por una cometa).

El Pic Blanc du Galibier es una montaña idónea para ascenderla con esquís. En función de las condiciones alcanzaremos la cima con esquís o con crampones. El regreso lo haremos por el mismo itinerario.

Las vistas al sur del Macizo de los Ecrins son magníficas.

Desnivel + 1.000 m Desnivel - 1.000 m.

Día 4. **Pic Cascavelier** (2.576 m). **Saint-Verán, Queyras.**

Volveremos al Queyras y en concreto a la población **de Saint-Verán** que es la que está situada a mayor altitud de toda Francia.

La primera parte del recorrido discurre por un bonito bosque y a mayor altitud pasaremos a un terreno mas alpino ya sin la presencia de árboles.

Desnivel + 1.000 m Desnivel - 1.000 m.

Día 5. **L'Arpelin (2.604 m). Col d'Izoard, Queyras.**

Partiremos de Les Laus (1.750 m) que es una pequeña población situada muy cerca de Cervières para realizar un recorrido circular de enorme belleza.

La primera parte discurre por el circuito de fondo hasta el **Col d'Izoard (2.360 m)** y no desaprovecharemos la ocasión de degustar un chocolate caliente en el refugio Napoleón, pocos metros antes de alcanzar el collado.

El **Col d'Izoard** es un puerto mítico del **Tour de Francia**. ¡Una pena que los ciclistas profesionales no puedan parar a tomar un chocolate caliente!

Con la tripa llena afrontaremos los metros finales hasta alcanzar la cumbre. El descenso lo realizaremos por la cara noroeste seguido de un bonito bosque hasta alcanzar el punto de partida.

Desnivel + 1.100 m Desnivel - 1.100 m.

Día 6. **La Blanche (2.953 m). Pelvoux, Ecrins o Le Grand Meyret (2.516 m) o Pic de la Gardiole (2.753 m). Briançon, Cerces**

Esta será la última jornada que haremos en montaña y tendremos dos opciones posibles:

Opción 1. **La Blanche (2.953 m). Pelvoux, Ecrins.**

Regresaremos a los **Ecrins** para afrontar el ascenso a La Blanche, una de las míticas de la zona.

Como ya los metros se empieza a notar, tendremos la opción cómoda de usar los remontes de la estación hasta el punto más alto (2.200 m) y desde ahí foquear hasta la cumbre (750 m de desnivel) o bien partir desde el pueblo de Puy Aillaud y remontar los 1.500 metros que nos separan de la cumbre.

El descenso lo realizaremos por un bonito valle.

Las vistas durante el ascenso y desde la cumbre son estupendas. Veremos cimas míticas como el **Pelvoux y Ailefroide**.

Desnivel + 1.500 m Desnivel - 1.500 m del recorrido completo y 750 metros menos de subida si se opta por subir en teleférico.

Opción 2. **Le Grand Meyret (2.516 m) o Pic de la Gardiole (2.753 m). Briançon, Cerces**

Los primeros metros de ascenso discurren por terreno cómoda, por una pista que nos conducirá al **Col du Granon (2.404 m)**. Transitaremos por un bosque abierto y sin mucha pendiente y alcanzaremos los metros finales hasta la cumbre.

La primera parte del descenso nos brinda varias opciones para alcanzar la pista de ascenso. En función de las condiciones optaremos por una u otra opción.

Regreso al aeropuerto de Turín. Alojamiento junto al aeropuerto.

Día 7. Viaje de regreso.

5 Más información

Precio.

- Si el grupo alcanza los 7 participantes. 1.200 € por persona.
- Si el grupo alcanza los 4/6 participantes. 1.250 € por persona.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Transporte desde el aeropuerto de Turín durante el viaje.
- 6 noches de hotel/apartamento en habitación doble con desayuno.
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Manutención.
- Traslado el último día del hotel junto al aeropuerto al aeropuerto.

5.3 Ropa y material necesario para este viaje

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 (esquí, 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.
- 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 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).

- 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 comunique, 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 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 25 € 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 del mismo. Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking 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 25 € 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.

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.

Equipaje y material.

Rogamos sean comedidos con el equipaje ya que por las tardes necesitarán pocos cambios de prendas.

En caso de rotura de material se puede alquilar material en la zona.

Seguro de accidentes/viaje

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

También le recomendamos que tenga un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tiene cualquier problema que le impida viajar. Puede adquirir un seguro de accidentes/rescate/seguro de viaje + cancelación.

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.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes (incluido los gastos del guía no presupuestados que serán repartidos entre los participantes).

5.5 Enlaces de interés

- [Info Queyras](#)

5.6 Puntos fuertes

- Vuelos económicos.
- Paraíso del esquí de montaña.
- Recorridos para toda la temporada de esquí de montaña.
- Cómodo viaje con alojamiento en el valle y realizando actividad con mochila ligera de día.

- Opción de combinarlo con algún día de esquí de pista.
- Tardes para hacer turismo por la zona. El guía estará a vuestra disposición.

6 Otros viajes similares

- Esquí de montaña en el Valle de Aosta. Alpes Italianos
- Objetivo Mont Blanc. Esquí de Montaña
- Esquí de montaña y freeride en Chamonix
- Esquí de montaña y Free Ride en los Alpes Franceses. Valle de Tarentaise
- Tour del Gran Paradiso, Italia. Esquí de montaña
- Dolomitas. Esquí de montaña
- Dolomitas de Brenta y Adamello. Esquí de montaña

7 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).