

VALLE DE ARÁN Y PARQUE NACIONAL DE AIGÜESTORTES Y LAGO DE SAN MAURICIO

S.M.ÁRTABROS

VIELHA (LLEIDA) DEL 25 DE JULIO AL 2 AGOSTO 2020

PRESENTACIÓN

Después de la inevitable cancelación del viaje a Suiza, nos planteamos la posibilidad de un viaje alternativo en España, si hubiera una rotunda bajada del riesgo de infección, las autoridades nos permitieran viajar en bus y autorizaran el funcionamiento de la hostelería. Las últimas noticias que tenemos son de que sí se darán esas circunstancias en julio, por lo que parece que podremos hacerlo, si no hay un inesperado empeoramiento de la epidemia. La confirmación final del viaje la tendremos a mediados o finales del mes de junio.

El Valle de Arán y el Parque Nacional de Aigüestortes y Lago de San Mauricio están situados al noroeste de la provincia Lleida. Hacen frontera con Francia por el oeste y el norte, y al suroeste con Huesca. Son un conjunto de valles con una gran masa forestal y la mayor concentración de lagos de montaña de la península. Son uno de los más importantes destinos para el deporte del esquí en todas sus modalidades, y un paraíso para senderistas y montañeros. No tienen la concentración de tresmiles del Pirineo aragonés pero no desmerecen en belleza e interés.

Además, estos valles cuentan con una importantísima concentración de templos románicos con unas esbeltas torres de varios pisos y una gran variedad de pinturas policromadas. Nueve de ellas, fueron declaradas **Patrimonio de la Humanidad** por la Unesco.

Como en otros viajes, trataremos de disfrutar del senderismo en un año especialmente complicado, en unos valles de excepcional belleza. Llevamos un programa variado y ambicioso que adaptaremos con la máxima flexibilidad a las condiciones meteorológicas que tengamos y a las variadas circunstancias que son normales en un viaje así, con un grupo numeroso y con las limitaciones de la actual pandemia.

EL VIAJE

Saldremos de A Coruña el **sábado 25 de julio** a las 7 AM, de la Plaza Casares Quiroga, de Santiago de Compostela será una hora antes.

Por motivos de seguridad, **serán obligatorias las mascarillas y el lavado de manos con el líquido que habrá en el bus**. En todas las paradas se ventilará el tiempo necesario. Iremos sentados en filas distintas, salvo alguna pareja que pida sentarse juntos. Por las limitaciones de espacio de la hostelería, por seguridad, y para no perder tiempo, es necesario llevar la comida y la bebida de ese día.

Calculamos llevar a Vielha sobre las 20 horas. Viaje de regreso: domingo 2 de agosto.

EL ALOJAMIENTO

Nos alojaremos en el **Hotel Tuca ****** (<https://www.hoteltuca.com>) a 5 minutos del centro de Vielha, en régimen de **media pensión**. La organización vigilará que el hotel cumpla todas las medidas de seguridad y distanciamiento.



VALLE DE ARAN

El Val d'Aran (aranés/occitano) o Vall d'Aran (catalán) es una comarca natural del noroeste de la provincia de Lérida. Tiene una extensión de 620 Km/2 y el 30% del territorio está por encima de los 2000 m de altitud. Limita al norte con Francia, al sur con la Alta Ribagorza y Aragón, al este con el Pallars Sobirà, y al oeste, de nuevo, con Aragón y Francia.

La historia de Val d'Aran está íntimamente ligada a la cultura occitana del sur de Francia, cuyos vínculos han sido siempre más fuertes que con la Península Ibérica a causa de la compleja orografía que ha actuado como una frontera natural durante siglos. De esa cultura occitana deriva su idioma propio, *el aranés*. El aislamiento de España hasta la construcción del túnel de Vielha le llevaron conseguir una autonomía dentro de la Comunidad Autónoma de Cataluña (<https://www.conselharan.org>). Consta de 33 pueblos de montaña distribuidos en 9 municipios, siendo el más grande Vielha Mitg Arán (Vielha e Mijaran, en aranés) con casi 6000 habitantes.



Su geografía física tiene la singularidad de ser la única zona de Cataluña que pertenecen a la cuenca atlántica. El río Garona que nace en sus montañas, lo atraviesa y desemboca en el Atlántico, después de cruzar toda la Gascuña.

La economía aranesa se ha basado tradicionalmente en la ganadería y la explotación forestal. Sin embargo, actualmente es el turismo (tanto en invierno como en verano) el motor de la economía del Valle. Dos elementos han favorecido la eclosión del turismo: la apertura del Túnel de Vielha, la inauguración del primer Parador de Turismo del valle en 1966, y la de la estación de esquí de Baqueira Beret. La combinación de estos acontecimientos hizo que una comarca de pastores y leñadores se convirtiera en un importante foco de turismo y en una de las zonas con mayor renta per cápita de España.



Sus montañas, sin la abundancia de tresmiles de sus vecinos aragoneses, se caracterizan por ser las más húmedas y frías de los Pirineos. Esto favorece la acumulación y calidad de la nieve de la gran estación de esquí de Baqueira-Beret-La Bonaigua, con 147 km de pistas, y como consecuencia la existencia de un sinnúmero de paisajes lacustres, de un enorme valor paisajístico, ecológico, científico y cultural.



El senderismo tiene en estas montañas un gran protagonismo y hoy es uno de sus motores económicos. Por aquí pasa el GR-11 o gran sendero transpirenaico. Está el GR-211 Circuit dera Val que recorre prácticamente el perímetro de su territorio. Además hay tres grandes itinerarios temáticos, el Camin Relau (www.caminrelau.cat), el Pass'Aran (www.passaran.com) y el Setau Sagèht (séptimo sello) www.setausageht.com.

PARQUE NACIONAL DE AIGÜESTORTES Y LAGO DE SAN MAURICIO

El **Parque Nacional de Aigüestortes y Lago de Sant Maurici**, creado en 1955, es uno de los quince parques nacionales del España y el único existente en Cataluña. Está situado al noroeste de la provincia de Lleida, en el corazón de los **Pirineos**, no lejos de los parques de Ordesa y Monte Perdido y el Parque Nacional de los Pirineos Franceses. Es una excelente representación de los principales ecosistemas que podemos descubrir en la alta montaña catalana.

Cumbres que superan los tres mil metros de altura, ríos, barrancos, cascadas y ciénagas que nos hacen sentir verdaderamente el país del agua; más de 200 estanques de formas y colores diversos y una gran diversidad de especies animales y vegetales que luchan para sobrevivir en un medio físico riguroso dan vida a este **espacio natural protegido único** del sur de Europa.



El parque tiene 40.852 hectáreas divididos en **dos zonas de protección**, la zona interna y la zona periférica. La zona interna es la que corresponde exactamente con el parque nacional, y tiene 14.119 hectáreas. La zona periférica, con 26.733 hectáreas, rodea a la zona interna, y cuenta con un nivel de protección menor (<http://parcsnaturals.gencat.cat/es/aiguestortes>).

La zona interna se encuentra íntegramente en los municipios de Vall de Boí y de Espot. En la vertiente de Boí ha de distinguirse el valle del río San Nicolás y la cabecera del valle del río Noguera de Tor. Entre los lagos Llong y Llebre, el río de San Nicolás forma los característicos meandros que dan nombre al Parque, Aigüestortes.

La **característica más destacada** es la elevada cantidad de lagos de montaña (272), que en los Pirineos aragoneses se llaman ibones y en Cataluña estanys. Se dividen en dos tipos, los de circo, oscuros, profundos y situados en la cabecera de los circos glaciares, a una altura entre 2000 y 2500 metros y los de valle, poco profundos y encajonados en la confluencia de los valles. Estas cubetas fueron sometidas a un largo proceso de colmatación por materiales orgánicos arrastrados por los ríos formando humedales que se denominan aigüestortes (aguas muertas) y son un fantástico laberinto de ecosistemas naturales que han dado su nombre al parque.



Paraíso para montañeros y senderistas. Su altitud asequible, su gran masa forestal y la abundancia de refugios, han favorecido la práctica del senderismo. ([https://www.miteco.gob.es/es/red-](https://www.miteco.gob.es/es/red-parques-nacionales/nuestros-parques/aiguestortes/guia-visitante/itinerarios.aspx)

[parques-nacionales/nuestros-parques/aiguestortes/guia-visitante/itinerarios.aspx](https://www.miteco.gob.es/es/red-parques-nacionales/nuestros-parques/aiguestortes/guia-visitante/itinerarios.aspx))

En este parque fue donde empezaron a crearse en España los grandes itinerarios por refugios de una manera organizada y combinada, facilitando la reserva conjunta de todo el recorrido. En el año 2000 se creó el circuito **Carros de Foc (Carros de Fuego)** por iniciativa de los guardas que querían atraer más visitantes dándoles más facilidades de las habituales en el mundo de la montaña. Se trata de un recorrido circular por 9 refugios del parque con una distancia de 56 km y un desnivel positivo y negativo de 9000 m. Es un *trekking* duro, solo apto para practicantes habituales y muy entrenados de senderismo de alta montaña (<https://www.carrosdefoc.com>)



PROGRAMA, CUESTIONES GENERALES

1.-Vamos a realizar una semana de senderismo de montaña en un amplísimo territorio, donde hay rutas interesantes por todos los sitios. Nuestra intención es hacer un programa que abarque los valles más representativos, con la seguridad de que nos dejaremos más de uno, igual de interesantes. Ir solo una semana tiene ese problema. Pero la montaña seguirá ahí y ya tenemos un motivo para volver.

2.- Serán rutas de senderismo de montaña que se pueden calificar de nivel medio. Los desniveles no pasarán de 1000 m de ascenso o descenso, salvo que el grupo esté muy fuerte y un día nos animemos a hacerlo más duro (siempre sería opcional).

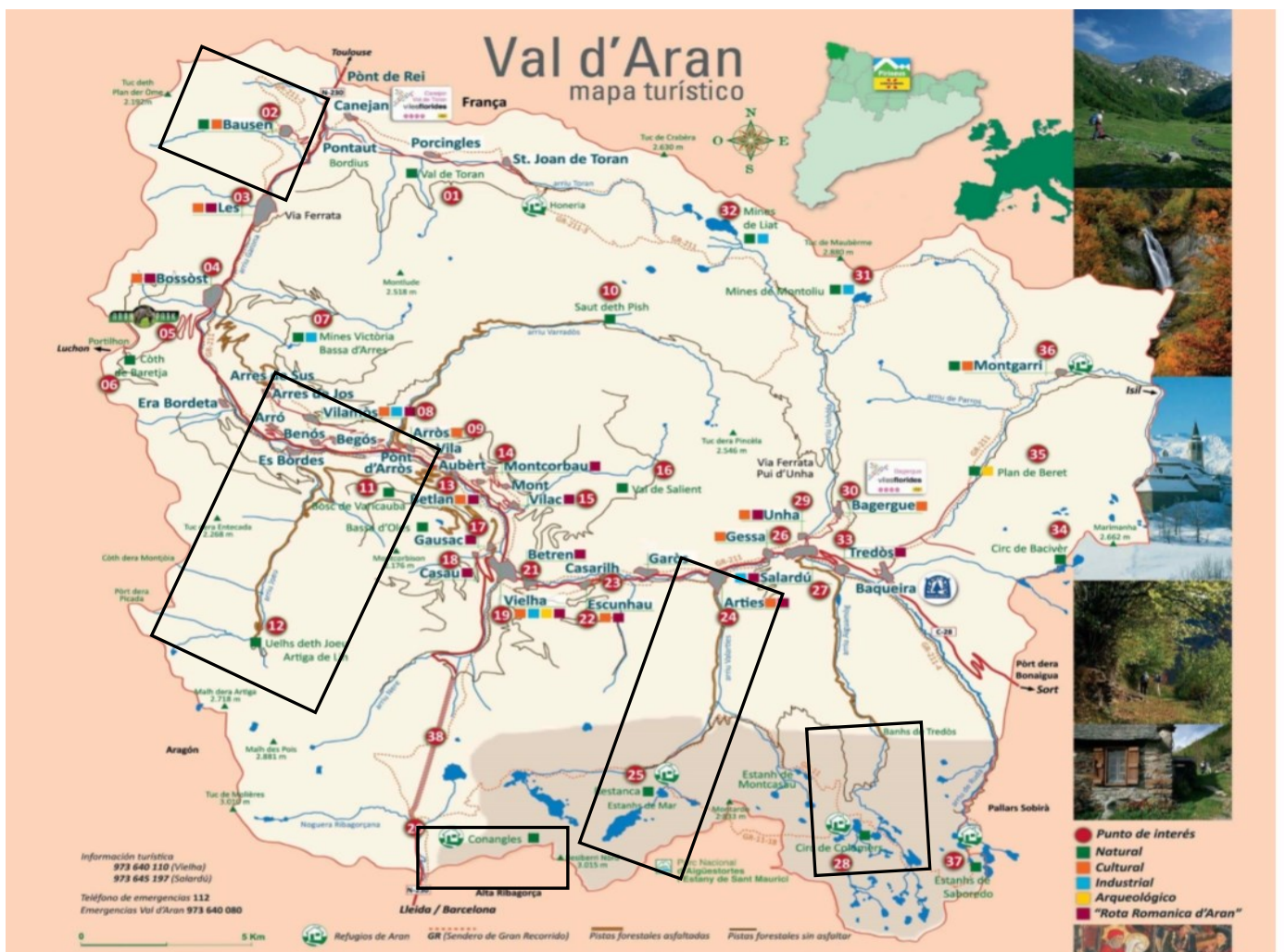
3.- Las rutas serán dirigidas por **Higinio López Blanco (Chicho)**, guía profesional titulado, en coordinación con David Jove, que es el monitor organizador y responsable general del viaje.

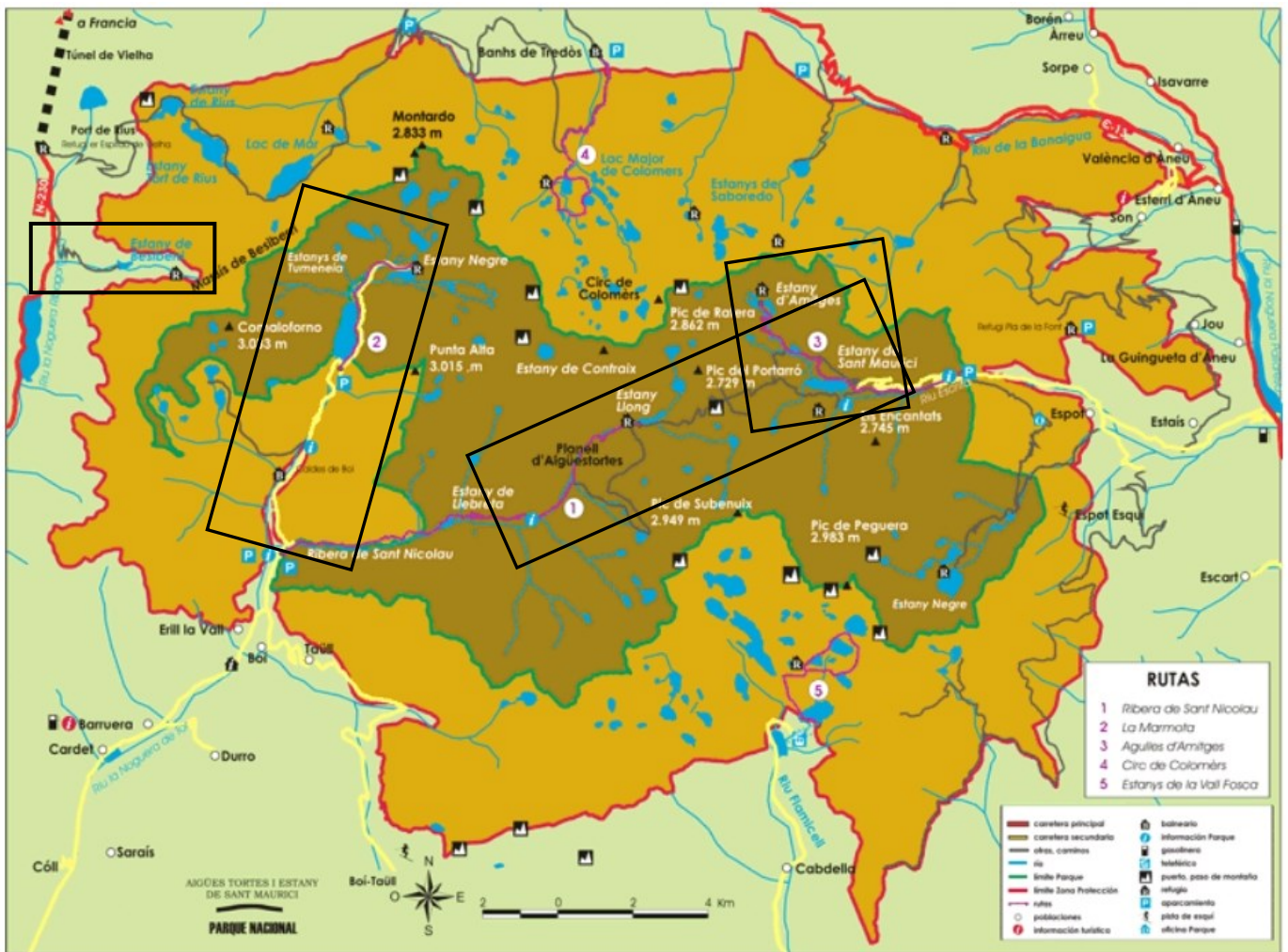
4.- El programa que os exponemos es lo que inicialmente queremos hacer, son las rutas titulares. Pero ya sabéis que podremos cambiarlas por otras o modificar el orden. En montaña siempre estamos supeditados a las condiciones meteorológicas u otros factores como las posibilidades de acceso a inicio/fin de la ruta, taxis de montaña disponibles para alguna ruta, horario del hotel, imprevistos, ...

5.- En principio, el miércoles 29 haremos un día de semidescanso. Esta jornada, también la podremos cambiar y colocar en un posible día malo.

6.- Las rutas de cada día serán confirmadas el día anterior viendo la previsión meteorológica. Recomendamos llevar la comida que necesitemos para las rutas, evitando posibles esperas en locales cerrados que aumenten el riesgo de infección.

PLANO DE SITUACIÓN DE LAS RUTAS





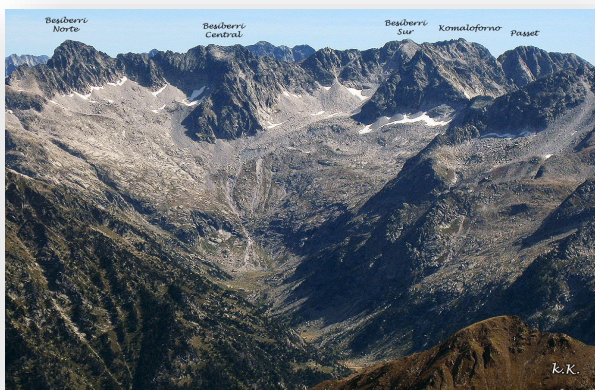
PROGRAMA DE RUTAS

DOMINGO 26 DE JULIO. VALLE Y CIRCO DE BESIBERRI

Para empezar a tomar contacto con la montaña iremos al valle de Besiberri, una de las grandes joyas de estos valles. Esta situado en la boca sur del túnel de Vielha, limitando con el valle de Boí. En todas las guías de Arán lo incluyen como cita obligada, aunque está en el valle cabecero de Barrabés (Huesca).

Iniciaremos la ruta desde el refugio de **Conangles** (1508 m), para subir poco a poco por su **bellísimo hayedo**. Al principio el camino es cómodo, después se estrecha y se hace más pendiente. Así llegaremos al lago (1970 m) en 2,5 horas. Si estamos fuertes podremos subir algo más; si no, rodearemos el lago y volveremos por el mismo camino

Distancia: 9 km | Desnivel + 547m / -547m | Tiempo: 6h con paradas.



LUNES 27 DE JULIO. CIRCUITO LAGOS CIRCO DE COLOMERS

Es una de las citas imprescindibles, por su belleza y variedad de *estany*s y *lacs*. Esta situado al sureste del valle de Aran, en la zona de influencia del Aigüestortes, por eso algunas guías lo incluyen en el parque. Empezaremos a caminar en Baños de Tredòs (1750 m), entre Salardú y Baqueira, por una pista que en 5,4 km nos llevará a un desvío que llega al **refugio de Colomers** (2130 m). Después seguiremos haciendo el circuito de las lagunas de Jos, empezando por el este. Primer la de Cloto, Lac Long, Lac Obago. Desde aquí ascenderemos en dirección oeste, para llegar a los Estans des Cobos, y descender hacia el Lac Major de Colomers y hacer la parada de la comida en el refugio, sobre las 14—15 horas. Después solo quedará regresar a Baños de Tredòs por la misma pista.



Distancia: 13 km. Desnivel 490 m. Tiempo 6 horas con paradas.

MARTES 28 DE JULIO. LAGO DE SAN MAURICIO — VALLE DE SAN NICOLAU

Es una travesía de las más completas y fáciles que se puede hacer en el parque. Veremos tres lagos tan importantes como el **Estany de San Maurici**, Estany de Ratera y Estany Llong. Iremos desde el este en el Valle de l'Escrita hasta el oeste en el Vall de Boí.

Empezaremos en el pueblo de Espot, situado en el extremo este del P.N. de Aigüestortes. Para acceder a Espot tendremos un traslado de una hora de bus pasando por el Puerto de la Bonaigua. En



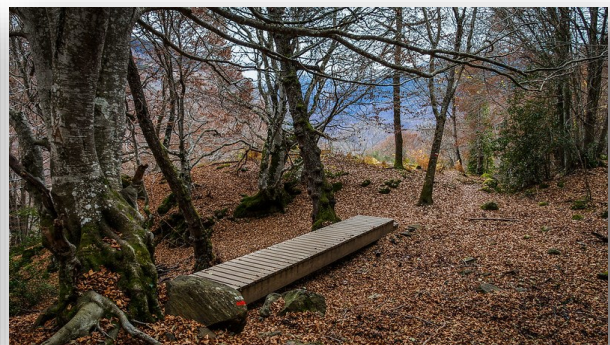
Espot contrataremos unos taxis de montaña (que trataremos de tener reservados), que nos llevarán al Lago de San Mauricio (1912 m). Desde aquí se observará la majestuosa estampa del doble pico de **Els Encantats**. Comenzaremos la tendida subida que nos llevará al Portarró d'Espot a 2427 m. Comenzaremos el descenso hacia el valle de Boí, parando en un panorámico mirador en un pequeño desvío. Tiene un árbol monumental. Seguiremos bajando hasta llegar al Estany Llong (1987 m), en el km.9.

Continuaremos el descenso hasta el Planell Gran (km.12) y terminaremos la ruta en el Planell de Aigüestortes (km 14,3) a 1831 m. Aquí terminará la ruta e intentaremos llegar a Boi en taxis de montaña. Si no es posible, nos quedarán 5 km de cómodo descenso por pista. Distancia 15,3–21 km. Desnivel 539 m de subida y 637 de bajada. Tiempo 7 horas con paradas.

MIÉRCOLES 29 DE JULIO. BOSQUE DE CARLAC - ARTIGA DE LIN - UELHS DETH JOEU

Hoy tenemos el día de descanso que no será tanto. Primero iremos al **Bosque de Carlac** situado cerca del pueblo de Bausen, casi en la frontera con Francia. Se trata de una ruta circular de media montaña, que se adentra en un hayedo milenario. Sube al Coret de Pan, donde disfrutaremos de unas impresionantes vistas del macizo del Aneto-Maladeta. Está considerada una pequeña joya del Valle de Aran. Son 6,5 km, 350 m de subida y bajada, que nos llevará 3 h con las paradas.

Por la tarde nos desplazaremos en bus hasta las praderías de **Artiga de Lin** para visitar el **Uelhs deth Joeu**, un río que recibe agua subterránea del sumidero de **Forau d'Aigualluts** en el vecino valle de Benasque (Huesca). Es una cita corta de solo 3 km, sin casi desnivel, pero imprescindible en una visita al Valle de Aran.



JUEVES 30 DE JULIO. ARTIES REF.DE LA RESTANCA-LAC DE MAR

Tenemos nos desplazaremos con el bus hasta Arties, aquí cogeremos unos taxis de montaña que nos evitan 5 km de pista de poco valor y casi 300 m de desnivel. En la Cabana de Valarties (1636 m) comenzaremos la caminata hasta el **refugio de La Restanca** (2010 m) con correspondiente lago del mismo nombre. Desde aquí iremos hasta el **Lac de Mar** (2251 m). Dependiendo como andemos de fuerzas y de tiempo, podemos bordear el lago, subir alguno de los collados (con más esfuerzo) que nos permitirán otros valles con más lagos, o volver al refugio, comer y regresar sin contratar los taxis.

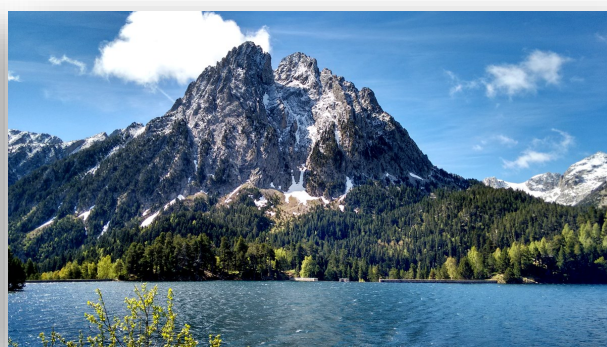
Distancia, entre 12 y 22 km. Desnivel 884—1150 m. Tiempo, entre 5 y 8 horas, con paradas.



VIERNES 31 DE JULIO. ESPOT-LAGO DE SAN MAURICIO - ESTANY DE AMITGES

Hoy tenemos otra de las grandes rutas del parque. Iremos hasta Espot, y llegaremos al lago de San Mauricio en taxis de montaña. Al poco de dejar el lago, dejaremos la pista y lo bordearemos para llegar a subir hasta el Salt de Ratera, que hay que ver. Volveremos a la pista y llegaremos al Estany de Ratera, y a la Estanyola de Ratera, siguiendo el GR-11. En este punto nos desviaremos al Mirador d'Estany, es el sitio de la foto. Retrocederemos para seguir hasta Estany de las Obanges de Ratera, poco después llegaremos al **refugio de Amitges**(2366 m). Aquí comeremos, visitaremos los muy próximos Estany Grand d'Amitges, Estany dels Barbs y Estany de Munidera. La vuelta hasta el Lago de San Mauricio la haremos por la pista que seguimos parte de la mañana. Distancia 10,84 km.

Desnivel subida y bajada 599 m. Tiempo 7 h con parada

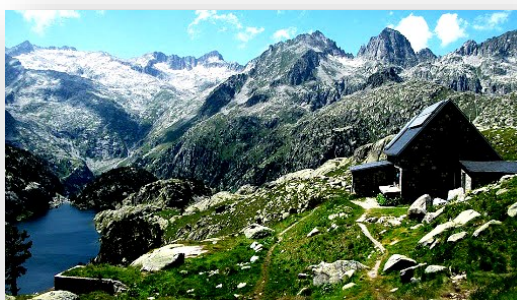


SABADO 1 AGOSTO. RUTA DE LA MARMOTA—EMBALSE DE CAVALLER Y REF. VENTOSA Y CALVELL

Iremos con el bus hasta Caldas de Boí. Alquilaremos unos taxis de montaña que nos llevarán hasta el embalse, inicio de la ruta. Una vez superado el gran embalse, tenemos una pronunciada subida hasta llegar al **refugio Ventosa i Calvell** al pie del Estany Negre. Dependiendo del tiempo de que dispongamos y las fuerzas que tengamos, seguiremos o no, a otros lagos como el Estany de Travessani y otros más pequeños. El paisaje de lacustre es de una enorme belleza, y nos invitará a parar y disfrutarlo.

La vuelta la haremos por el mismo camino. Desde el embalse podemos volver a recurrir a los taxis o bajar por una senda que en 4 km nos llevará a Caldas de Boí. Si nos queda tiempo, intentaremos visitar alguna de sus iglesias más singulares.

Distancia 12 km. Desnivel de ascenso 350 m. Tiempo 4-5 horas, con muchas paradas



SOCIEDAD DE MONTAÑA ÁRTABROS
VIAJE AL VALLE DE ARÁN Y AL PARQUE NACIONAL DE AIGÜESTORTES Y LAGO DE SAN MAURICIO
DEL 25 DE JULIO AL 2 DE AGOSTO DE 2020

DATOS GENERALES Y CONDICIONES PARA PARTICIPAR

1.- Pueden participar socios de S.M. Ártabros y de C.D. Fontiñas en aplicación del convenio de reciprocidad.

2- El **coste del viaje** será de **720 €** . Dicha cantidad **incluye** : transporte en bus, **8 noches de alojamiento** en habitaciones dobles con baño en régimen de media pensión en el **Hotel Tuca****** (<https://www.hoteltuca.com>) de Vielha y los servicios de un guía titulado. El recargo por habitación individual será de 200 €. No está incluido en el precio el coste de los taxis de montaña que necesariamente tendremos que utilizar varios días ni aquello que no conste en la relación de “incluye”.

3.- Saldremos el sábado 25 de agosto a las 6 AM desde Santiago de Compostela y a las 7 AM desde A Coruña. Sin contratiempos se calcula llegar a Vielha sobre las 20 horas.

4.-Por causa de la epidemia de Covid-19, viajaremos un máximo de 30 personas, en un bus de 57 plazas. Será obligatorio el uso de mascarillas y el lavado de manos con el líquido desinfectante a disposición de los viajeros. En todas las paradas de descanso el bus será ventilado. En el Hotel Tuca, tanto el comedor como en las habitaciones, vigilaremos que se cumplan las medidas legales de higiene y distanciamiento.

5.-Todos los días haremos rutas del senderismo de montaña, desde el domingo 26 de julio hasta el sábado 1 de agosto. El miércoles 29 haremos una jornada más corta de recuperación. El domingo 2 de agosto calculamos llegar a A Coruña sobre las 21 horas y a Santiago de Compostela sobre las 22 horas.

La organización se compromete a seguir el programa detallado que entregamos a todos los participantes, salvo que por razones logísticas, meteorológicas o de fuerza mayor esté obligada a cambiarlo. Si cualquier participante opta por realizar otra actividad al margen de este programa, será bajo su exclusiva responsabilidad, debiéndolo comunicar a los guías por razones de seguridad.

Los participantes deben de estar en buena forma física, habituados a realizar rutas de senderismo/ excursionismo de dificultad física media en zonas de alta montaña. Deben de conocer el esfuerzo, la dificultad y los riesgos que tiene y llevar el equipo personal imprescindible. La organización podrá negar la participación en las rutas a cualquier persona que no tenga las condiciones mínimas necesarias.

6.- ES **OBLIGATORIO** que los participantes estén en posesión de la **tarjeta federativa** adecuada y la lleven en el viaje, lo cual garantiza la asistencia médica y rescate gratuito en caso de lesión o accidente durante la actividad. Es recomendable que lleven la Tarjeta Sanitaria Europea o documento equivalente.

NORMAS EN CASO DE SUSPENSIÓN DEL VIAJE O CANCELACIÓN DE LA INSCRIPCIÓN

La fecha máxima para abonar la inscripción es el martes 30 junio. Si en esa fecha no se cubre el mínimo de participantes necesarios, o las autoridades no autorizan el viaje en los términos expuestos, se cancelará el viaje y se devolverá la totalidad de la cuota ingresada.

Una vez confirmado el viaje, aquellos que se den de baja hasta 17 de julio, recuperarán el importe del alojamiento (aprox.60%). Si se cubre la plaza también recuperaran los gastos generales menos 25€ en concepto de gastos de gestión. Aquellos se den de baja después del viernes 17 de julio, únicamente podrán recuperar el alojamiento, con la penalización que ponga el Hotel Tuca.

CONSENTIMIENTO INFORMADO (ADAPTADO COVID-19)

D./Dña..... con DNI:.....mayor de edad y
residente en.....

DECLARO:

Haber sido informado de las características de la actividad a realizar y especialmente de las medidas tomadas para la prevención del riesgo de contagio del Covid-19 tanto en el transporte, en el establecimiento hotelero como en la propia actividad, además de conocer las exigencias y requerimientos físicos y técnicos que debo cumplir para su realización.

Encontrarme en suficientes condiciones físicas y psíquicas para la realización de la actividad y no padecer enfermedades o afecciones que puedan suponer limitaciones para el desarrollo de la misma, especialmente no tener síntomas de contagio sugestivos de COVID-19 .

Entender y asumir la existencia de diversos peligros en el transcurso de la actividad y que libremente asumo los riesgos propios de la misma que me han sido advertidos y explicados por el personal de S.M. Ártabros.

Conocer que la actividad de senderismo de montaña puede sufrir modificaciones y/o cancelaciones en función de las circunstancias meteorológicas, condiciones del terreno, imprevistos, así como de la situación física o psíquica de los participantes en la actividad.

Asumir mi obligación de atender siempre a las instrucciones de los guías y monitores, y respetar al resto de componentes de la actividad y el medio ambiente.

Aportar el material individual que me ha sido requerido por S.M. Ártabros y que ha sido supervisado por esta organización.

Haber sido informado de que la actividad de montaña será dirigida por Higinio López Blanco, que cuenta con la titulación legalmente exigible para la realización de la actividad. Asimismo haber sido informado que la organización general estará a cargo de David Jove Vidal y de que el bus lleva contratado el seguro de viaje y cuenta con el correspondiente Seguro de Responsabilidad Civil.

Acepto que las imágenes y contenido audiovisual que de mí obtenga la organización en el transcurso de la actividad, se dedique para el uso exclusivo de la S.M. Ártabros.

Firma