



ULTRADISTANCIA | Una carrera de 96 km y 5.950 m de desnivel por siete valles del Pirineo

El equipo del GTACAM-FAM-CAI gana en el Ultra Trail Aneto



Javier Acín, Pilar Agustín y Mario Esteban en el podio de la Ultra Trail Aneto. GTACAM-FAM-CAI

Para los corredores por montaña el período estival no es precisamente una época de descanso, como sucede en otras disciplinas. Tampoco lo es para el Grupo de Tecnificación de Carreras por Montaña de Aragón (GTACAM-FAM-CAI) que, entre otras pruebas, participó hace poco más de un mes en la cuarta edición del Ultra Trail Aneto by Trangoworld, celebrado en la localidad de Benasque. La categoría elegida por el grupo fue la de equipo mixto, en la que consiguieron una más que merecida victoria, gracias al buen hacer de sus tres participantes, Pilar Agustín (5ª absoluta femenina), Javier Acín (11º absoluto masculino) y Mario Esteban (15º absoluto masculino).

El Ultra Trail Aneto es una carrera de ultradistancia atípica, ya que a sus 96 kilómetros de recorrido y 5.950 metros de desnivel positivo hay que sumar varios factores que hacen de esta prueba un referente nacional en esta modalidad deportiva. Quizás los más reseñables sean la dureza del terreno, dado que se desarrolla por zonas alpinas, así como la com-

plejidad del recorrido en cuanto a su dificultad técnica. Tengamos en cuenta que el itinerario no está marcado, pues se trata de una prueba eco-responsable, cuidadosa con el medio ambiente. Por otra parte, los corredores se enfrentan a una carrera que se realiza 'en autosuficiencia'; esto implica que la organización no te provee ni de alimento ni de agua, y que cada corredor debe llevar todo aquello que crea necesario.

El Ultra Trail Aneto pasa por siete valles del Pirineo central, en concreto por los de Benasque, Ballibierna, Llosás, Llauset, Barrabés, Nere y Artiga de Lin. Sus hitos culminantes son el collado de Ballibierna, de 2.720 m, el puerto de Vielha, de 2.442 m, y el puerto de la Picada, de 2.477 m. Por lo que respecta a cuestiones logísticas, otro de los puntos importantes del recorrido es la localidad de Vielha, a la que se llega en el kilómetro 52, donde la organización transporta una bolsa para que cada participante disponga en ella aquello que pueda necesitar, es decir, de ropa, comida, calzado o lo que se considere oportuno.

A las 8 de la mañana se daba la salida a los 250 competidores. Las dudas en cuanto a material y comida ya se habían disipado; pero comenzaba a plantearse la cuestión más temida por los corredores, la de poder finalizar el reto. En este tipo de pruebas el aspecto psicológico es tanto o más importante que el físico, de manera que la concentración debe ser constante. Es preciso estar atentos al terreno y no olvidar comer y beber.

Estrategia libre

Las horas transcurren muy rápido, y se pasa de la frescura de la mañana al calor sofocante del medio día; después, casi sin darse cuenta, el frío y la oscuridad de la noche envuelven a los deportistas. En ese momento, el ritmo de carrera desciende notablemente, ya que al cansancio acumulado por las horas se suma la escasa luz. Un frontal iluminando la pequeña senda no es suficiente para apoyar la confianza y animarse para seguir corriendo.

El planteamiento que el GTACAM-FAM-CAI desarrolló para

esta carrera fue que cada corredor desarrollase un esfuerzo individual en el transcurso de la misma, puesto que este tipo de pruebas suponen un desafío individual y personal con la montaña.

Javier Acín ('Pepinillo') salió con el grupo de cabeza y se mantuvo ahí prácticamente durante toda la jornada. Conseguía ganar algún puesto y lo volvía a perder, en función de sus fuerzas y las de sus rivales. Mario Esteban inició el trayecto en mitad del pelotón, con un ritmo mucho más tranquilo, asimilando los esfuerzos y, poco a poco, yendo a más. Pilar Agustín comenzó el recorrido al final del pelotón; para ella era la primera vez en que se enfrentaba a una prueba de casi 100 km por montaña. Fue constante en su empeño -como dirían por ahí, tozuda- y eso le permitió llegar, al amanecer, a Benasque. Allí habían acudido Javi y Mario y, al reunirse, la alegría fue desbordante al ver que el reto del equipo de 'ultras' del Grupo de Tecnificación de Carreras por Montaña de Aragón había conseguido un gran éxito.

GTACAM-FAM-CAI

NOTICIAS DEPORTIVAS



■ RUTAS EN LA RED www.turismodearagon.com

El sistema cartográfico web de Turismo de Aragón continúa ampliando y diversificando sus propuestas. Las cuatro excursiones incorporadas a la página web esta semana proponen descubrir los paisajes y el patrimonio de otras tantas comarcas, para invitar a los usuarios a conocer el territorio aragonés.

Alto Gállego, (Parking de la estación de esquí de Formigal-Ibón de Peiralún-Refugio de Peiralún-Cabaña de Peyreleu-Regreso al parking de la estación de esquí de Formigal. Ruta de ida y vuelta. A pie). Comunidad de Teruel, (Santuario de la Fuensanta-Collado de Valdaños-Barranco de los Trancos-Villel. Ruta lineal. A pie). La Ribagorza, (Beranuy-Iglesia de Beranuy-Mirador del Mallo-Bordas de Beranuy-Ermita de Sis. Ruta lineal. A pie). Comunidad de Calatayud y Comarca del Aranda, (Viver de la Sierra-Ermita de la Virgen del Prado-Corral de Espartinas-Embudo de la Ribera. Ruta lineal. A pie).

■ CARRERAS POR MONTAÑA 2011 **Hernando, campeón de la Copa de España**

Luis Alberto Hernando, miembro de la selección aragonesa FAM-CAI-TECNICA, se ha proclamado campeón de la Copa de España de Carreras por Montaña 2011 - Gran Premio Buff Salomon, tras vencer en la cuarta y última prueba del circuito el pasado domingo en la Ribeira Sacra (Ourense). El aragonés no dio opción a las sorpresas en la V Carreira por Montaña Canón do Sil, en la que se impuso desde el principio. Con este resultado, Hernando, vencedor en las tres carreras de copa que ha disputado este año, confirma su condición de máximo favorito y suma este título al que obtuvo en el Campeonato de España celebrado en julio en el Vallibierna SkyMarathono.

SENDERISMO | En la comarca del Alto Gállego, desde Aso de Sobremonte hasta Acumuer

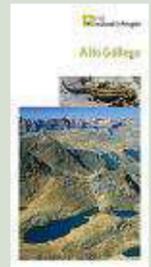
Por tierras del Sobremonte



Borda, ejemplo de arquitectura tradicional de Acumuer. JAVIER ROMEO/ARCHIVO PRAMES

FICHA TÉCNICA

Distancia: 7,7 km.
Tiempo: 3 h 5 min.
Desnivel: 495 m. (subida).
 610 m (bajada).
Desnivel de bajada: 15 m.
Cartografía: Prames. Luis Javier Cruchaga.
Consejos prácticos: Conviene ir preparado para la realización de esta excursión. Para ello será necesario llevar ropa de senderismo, algo de abrigo, botas de montaña, así como comida y agua para media jornada. Además es fundamental realizar una combinación de coches, dejando uno en Aso de Sobremonte y otro en Acumuer.



Lecturas recomendadas:
'Alto Gállego'. Guías Comarcales de la Red Natural de Aragón, número 12. Severino Pallaruelo (coordinador). Gobierno de Aragón, Sodemasa y Prames, 2007. 192 páginas. Esta guía recoge el notable legado natural de la comarca, desde los Monumentos Naturales de los Glaciares Pirenaicos hasta el Parque Natural de la Sierra y Cañones de Guara.
'GR 15. Senda Prepirenaica'. Pont de Suert-Ansó-Fago. José Luis Acín y otros. Prames, Zaragoza, 2003. 156 páginas. Esta obra describe en sus páginas la naturaleza, la historia, el arte, la cultura y los servicios del sendero de Gran Recorrido GR 15. Se completa con 7 mapas a escala 1:40.000.
'Alto Gállego'. Rutas CAI por Aragón, número 36. José Luis Acín (coordinador), Prames, Zaragoza, 2006. La guía muestra los aspectos más sobresalientes de la comarca del Alto Gállego, desde los primeros pasos de su columna vertebral, el río Gállego. Todo ello sin olvidar las actuaciones del hombre a lo largo de su devenir histórico.

PAISAJE HUMANIZADO

SOBREMONTA O SOBREMÓN

Ubicados en la vertiente derecha del río Gállego, en el alto interfluvio que separa este cauce de su afluente el Aurín, colgados sobre la villa de Biescas, se encuentran los pueblos de Aso, Yosa y Betés de Sobremonte.

Son pequeños y parecidos a los del otro lado del valle: casas levantadas con mampuestos extraídos de las glebas de los barrancos donde

abunda el flysch, tejados de pesadas losas de arenisca, antiguos campos en torno al caserío y –un poco más allá de las casas– los quejigos, las hayas o la oscura mancha del pinar.

Los pueblos del Sobremonte o Sobremón no han sido abandonados y ofrecen panorámicas donde todavía se conserva vivo el viejo paisaje de la montaña humanizada.

dirige al cementerio de la población. Una vez pasado este lugar se encuentra un camino a la izquierda que, entre amplios campos de verde hierba destinados desde antaño a la ganadería tradicional de estas montañas, conduce al depósito de agua de la población.

Pocos metros después, un sendero parte hacia la izquierda y discurre entre un campo, bordeando algunos muros de piedra. Enseguida se pasa junto a una borda o pajá y rápidamente se llega a la pista que, ascendiendo el valle, poco a poco lleva a cruzar el barranco

d'Aso, que, aguas abajo –a partir de Yosa de Sobremonte–, recibe el nombre de barranco d'Arás, desembocando en el río Gállego, poco más abajo de la localidad o villa de Biescas.

Collado de Estachoplano

Una vez cruzado el citado barranco d'Aso, y ya en la margen derecha del Gállego, el camino continúa hacia la derecha, ascendiendo por un frondoso pinar. Mediante continuas lazadas se gana una buena altura hasta alcanzar una zona abierta, donde se encuentra una caseta derruida y un abrevadero. Zigzagueando entre las estacas por este diáfano espacio se llega a un amplio lugar de pastos donde, a través de una trocha que asciende a la izquierda, se llega al collado de Estachoplano (1.760 m). No será difícil aquí disfrutar de la presencia de numerosos caballos que, con suma tranquilidad, dan buena cuenta de estos jugosos y verdes pastos.

Desde este punto, que constitu-

Alto Gállego

o Gállego es el eje vertebral de esta comarca, que baja de cumbres de más de 3.000 metros de altura hasta los ríos. Sus paisajes pasan de los glaciares de los picos del Inno y el Balaitous, a los plácidos bosques del Betato.

Importante patrimonio

El variado y rico patrimonio natural del Alto Gállego se completa con el artístico, que tiene dos de sus hitos en el excepcional conjunto de las iglesias prerrománicas de Serrablo, así como en las numerosas fortificaciones y torres defensivas.

ye la divisoria entre el Sobremonte o Sobremón y el valle de Acumuer o la bal d'Acumuer, se obtienen vistas hacia la localidad de Acumuer (SO); la propia bal d'Acumuer (SO y O), recorrida por el río Aurín y donde se asienta esta población; así como las tierras del Sobremonte, justo debajo de esta posición (N), y las sierras de la Partacua (N) y Tendera (NE).

A partir de este elevado enclave se prosigue siguiendo a mano derecha y, al llegar a una bifurcación, se toma la trocha que desciende hacia la izquierda. Después de al-

go más de un kilómetro de recorrido desde el collado de Estachoplano, se encuentra a la izquierda el sendero perfectamente reconocible tras su recuperación que, entre erizones y monte bajo, desciende por la ladera hacia una pequeña cabaña de pastores.

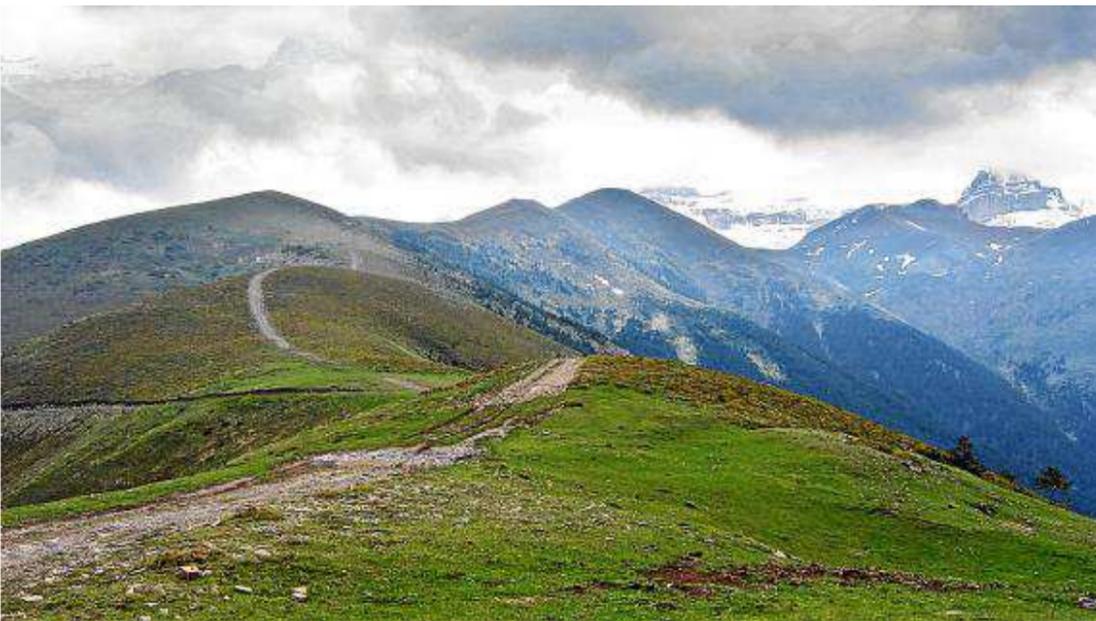
A lo largo de la bajada se pueden contemplar amplias panorámicas hacia las tierras del valle de Acumuer, regado por el río Aurín y también comienza a apreciarse justo debajo de esta posición la localidad de Acumuer, lugar hacia el que se dirige este sendero GR 15.

Atravesando este monte abierto se llega al pedregoso camino de herradura, utilizado desde antiguo para cruzar desde el valle de Acumuer a las tierras del Sobremonte. Este vial, perfectamente conservado en la actualidad y flanqueado por fuertes muros de piedra, lleva hasta el caserío de Acumuer, a cuyo casco urbano se accede a través del arco de una casa. Así se gana la iglesia parroquial de la Asunción y a su plaza, punto final del recorrido (1.150 m; 7,7 km; 3 h 5 min).

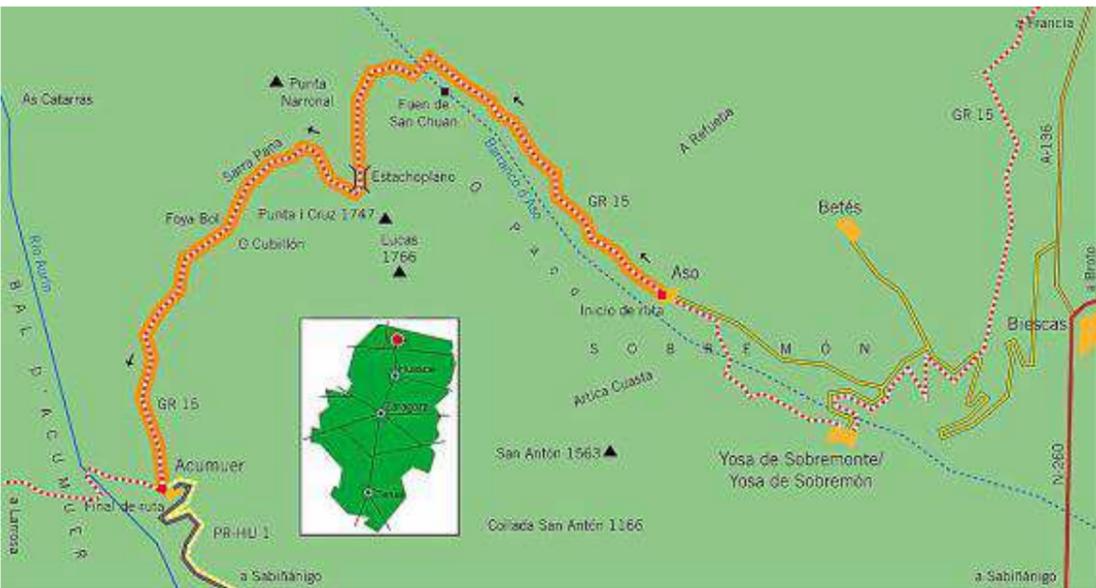
MIGUEL ÁNGEL ACÍN



Panorámica de la localidad de Acumuer. JAVIER ROMEO/ARCHIVO PRAMES



Paisaje desde el collado de Estachoplano. Al fondo, la sierra de la Partacua. MIGUEL ÁNGEL ACÍN



Las rutas BTT más apasionantes del Pirineo.

La oferta de rutas BTT por etapas, más amplia y variada, se llama ARAMONBIKE.

Auténticos recorridos mountain bike en los que te ofrecemos todo lo que necesitas para completarlos: alojamientos, traslado de equipajes, mapas y libros de ruta...

Adéntrate a través de caminos y senderos en una experiencia única por el corazón del Pirineo.

EPIC 215 Km 6.500 mts l 3/5 días	EPIC X-TRAM 234 Km 6.700 mts l 4 días	ELIMINACIÓN TOUR 107 Km 3.400 mts l 2/3 días	ELIMINACIÓN TOUR 114 Km 3.500 mts l 3 días	
TENA X-TRAM PRO 113 Km 3.346 mts l 2/3 días	TENA X-TRAM LITE 89 Km 2.275 mts l 2 días	GIRO NIGHTMARE 111 Km 2.500 mts l 2/3 días	GIRO NIGHTMARE 240 Km 6.000 mts l 3/5 días	GIRO NIGHTMARE 117 Km 3.000 mts l 2/3 días

Nueva web www.aramonbike.com

El límite lo pones tú.

ARAGÓN, un país de montañas

«Envejecer es como escalar una gran montaña: mientras se sube las fuerzas disminuyen, pero la mirada es más libre, la vista más amplia y serena»

Ingmar Bergman

ESCAPADA | Un agradable paseo para descubrir las 'Rutas del Agua' en Tauste

Hasta el acueducto de las Trabas

La propuesta que hoy planteamos forma parte de las 'Rutas del Agua' de Tauste; unos recorridos que muestran el potencial y la importancia del agua en la historia de esta localidad. Se trata de una villa ligada desde su fundación a este elemento, debido a su proximidad a los ríos Arba y Ebro y, posteriormente, a la creación del canal de Tauste en el siglo XVI, uno de los más antiguos de Europa. Todo ello generó una compleja red de infraestructuras hidráulicas: acequias, acueductos, almenaras, azudes, canales y puentes, entre otras.

Parte el recorrido desde el parque y centro de interpretación del agua Aquatauste (255 m), ubicado en la calle Zurita, en el extremo oeste de la población. Se trata de una iniciativa dedicada a la relación de esta localidad con el agua y completada con la referida red de rutas senderistas a través de un fértil paisaje de campos.

La ruta arranca en dirección N y, a los pocos metros, gira a la izquierda (NO), a lo largo de la carretera a Santa Engracia y el santuario de Nuestra Señora de Sancho Abarca (CHE-1501), antiguo camino a Navarra. Este vial se abandona a la izquierda, junto a la ermita de la Virgen del Pilar, obra barroca de finales del siglo XVIII que cuenta con una portada con acceso en arco de medio punto, que introduce en un espacio diáfano, cerrado por una singular cubierta con linterna y ornada con interesantes yeserías barrocas (250 m; 0,5 km; 5 min).

Desde este desvío se puede continuar por la CHE-1501 hasta el mirador del Arba, donde disfrutar de espléndidas vistas hacia el río. Pero la opción elegida se dirige -como se ha indicado-, a la



Vistas del canal de Tauste en las proximidades de la localidad. PEDRO PABLO AZPEITIA/ARCHIVO PRAMES

izquierda, junto a la orilla del río. Así, se alcanza la canaleta del Indio (248 m; 1,2 km; 15 min).

Se cruza por ella y se sigue de frente (NO) para conectar en pocos metros con una pista que se dirige hacia la izquierda (SO), entre una zona de campos de labor. De esta forma se llega, de nuevo, hasta el cauce del Arba y vuelve a separarse del mismo para dibujar una amplia vuelta que conduce a la carretera de Remolinos (A-126).

En paralelo al canal

Se sigue este vial hacia la izquierda, a lo largo de un tramo que discurre en paralelo al canal de Tauste, que queda a la derecha. Un poco más adelante se abandona este vial en un desvío que se dirige hacia la derecha (S) para continuar en paralelo al canal. De esta

FICHA



MIDE: 1-2-2-2.
Distancia: 8,1 km.
Desnivel de subida: 15 m.
Desnivel de bajada: 15 m.
Duración: 2 h.
Tipo de recorrido: circular.
Textos extraídos de: 'Paseos y excursiones por las Cinco Villas', Prames, 2011.

forma se accede por pista al acueducto de las Trabas (240 m; 4,8 km; 1 h 5 min), construcción hidráulica realizada en el siglo XVII, como infraestructura de apoyo del canal de Tauste. Se trata de un puente-acueducto de un solo arco construido con sillares de piedra que salva las aguas del Arba, lugar en el que se encuentra una de las grandes puertas para la regulación de este canal.

Tras cruzar por un puente de madera se sigue en dirección E, para cruzar la carretera que une Gallur y Tauste (A-127). Siguiendo por zonas de cultivo cerealista se alcanza otra pista, un camino recuperado que coincide con el trazado del Ferrocarril Secundario de Sádaba a Gallur (245 m; 5,6 km; 1 h 15 min), inaugurado en 1915 para dar salida a los produc-

tos obtenidos en las Cinco Villas. Tras años de servicio y varias crisis, cerró definitivamente en 1970. Tiempo después se procedió a levantar todos los raíles de la línea.

Si se sigue hacia la derecha (S) este sendero conecta con el Camino Natural del Ebro (GR 99), a la altura de Gallur. Pero la ruta continúa a la izquierda (NE), a lo largo del antiguo trazado del citado ferrocarril, hoy día una pista que discurre entre amplios campos de labor. Un tramo después se llega a Tauste, localidad a la que se ingresa por la avenida Constitución. Tras girar a la izquierda por la cuesta de la Cámara y luego por la glorieta Albéniz se accede, de nuevo, al parque y centro de interpretación del agua Aquatauste (255 m; 8,1 km; 2 h).

MIGUEL ÁNGEL ACÍN

AGENDA DEPORTIVA

■ Club de Montaña Pirineos

San Lorenzo 9, 3º D.
50001. Zaragoza.
Tel.: 976 298 787.
www.clubpirineos.org
info@clubpirineos.org

Ferratas

Fecha: 10 y 11 de septiembre.
Lugar: Tarragona.

■ Stadium Casablanca Sección Montaña y Esquí

Vía Ibérica, 69-77.
50012 Zaragoza.
Tel.: 976 562 875.
http://montestadium.wordpress.com/
montana@stadiumcasablanca.com
Senderismo

Fecha: 11 de septiembre.

Lugar: Sansanet-ibón de Estanés (Huesca).

■ Peña Guara

Vicente Campo, 9, bajos.
22002 Huesca.

Tel.: 974 212 450.

www.p-guara.com
p-guara@p-guara.com

Montañismo

Fecha: 10 y 11 de septiembre.
Lugar: Gourgs Blanc y Jean Arlaud (Francia).

■ Grupos Montaña Sabiánigo

Ciudad de Fraga, 2.
22600 Sabiánigo (Huesca).
Tel.: 974 480 687.
www.gmsabi.com

gms@gmsabi.com

Montañismo

Fecha: 11 de septiembre.

Lugar: pico L'Ibonet (Huesca).

■ Centro Excursionista Moncayo

Estación del Ferrocarril, s/n.
50500. Tarazona (Zaragoza).
Tel.: 976 199 199.
cemoncayo@terra.es
www.terra/personal5/cemoncayo

Montañismo

Fecha: 11 de septiembre.
Lugar: popular del jamón al Moncayo (Zaragoza).

■ Club de Montaña As Cimas

Idelfonso Manuel Gil, 8 bajos.

50015 Zaragoza.

Tel.: 97 736 141.

club@ascimas.com

Montañismo

Fecha: 10 y 11 de septiembre.

■ Montañeros de Aragón

Gran Vía, 11.

50006 Zaragoza.

Tel.: 976 236 355.

Fax: 976 236 439.

www.montanerosdearagon.org

administracion@montanerosdearagon.org

Montañismo

Fecha: 10 y 11 de septiembre.
Lugar: picos de La Munia y Roñiñera (Huesca).

■ Club de Montaña San

Jorge

Eduardo Tabeada, 13, bajos.

50002 Zaragoza.

Tel.: 691 874 033.

webmaster@gmsanjorge.org

www.gmsajorge.org

Barrancos

Fecha: 10 de septiembre.

Lugar: las Gubias del barranco de Regachol (Teruel).

■ C.M. Castiliscar

Granada, 17-19 pral. A.

50007 Zaragoza.

Tel.: 9786 325 085.

rastacasti@hotmail.com

www.castiliscar.net

Montañismo

Fecha: 10 y 11 de septiembre.

Lugar: pico Collarada (Huesca).