



ARAGÓN

un país de montañas

MONTAÑA SEGURA
4 / Todo lo que debes saber para subir al Aneto y al Monte Perdido



El hotel Torre del Visco, en el valle del Tastavins, es uno de los lugares certificados por la calidad de sus cielos. TORRE DEL VISCO

En Teruel también brillan las estrellas

Las comarcas turolenses de Gúdar-Javalambre, Sierra de Albarracín y Cuencas Mineras cuentan con la distinción Starlight, que certifica la calidad de sus cielos para la observación astronómica. Además, siete establecimientos hosteleros de la provincia cuentan con este mismo reconocimiento

Uno de los planes estivales por excelencia, sobre todo para aquellos que en los próximos días se encuentran en un destino rodeado de naturaleza, es disfrutar de las Lágrimas de San Lorenzo, o lo que es lo mismo, las Perseidas, la lluvia de estrellas más popular en el hemisferio norte gracias a su intensidad y espectacularidad, que las hace visibles para todos los ojos sin necesidad de telescopio u otra herramienta óptica.

Aunque contemplar el cielo la noche del 12 de agosto está muy vinculado a la capital oscense, pues los meteoros coinciden con la celebración de sus fiestas patronales -este año, de nuevo, suspendidas por la covid-19-, lo cierto es que la provincia de Teruel es un excelente destino para disfrutar de este y otros fenómenos astronómicos.

Así lo atestigua la Fundación Starlight, entidad que promueve la protección del cielo nocturno, la difusión cultural de la astronomía y el desarrollo económico sostenible local a través del astroturismo

y que ha certificado la escasa contaminación lumínica y la calidad del cielo de las comarcas de Sierra de Albarracín, Cuencas Mineras y Gúdar-Javalambre, convirtiéndolas así en un destino idóneo para contemplar estrellas, constelaciones y planetas.

Junto a estas zonas, también existen en esta provincia siete alojamientos que cuentan con el sello Starlight, distinción que acredita a establecimientos hoteleros y casas rurales tanto por la calidad de sus instalaciones como por la promoción y defensa de los cielos nocturnos.

Es el caso del Monasterio del Olivar, en Esteruel; el Mas de la Costa, en Valderrobres; el albergue de Aliaga, en la comarca de las Cuencas Mineras, el balneario de Manzanera y la Masía Mas de Cebrián de Puertomingalvo, ambos en la comarca de Gúdar-Javalambre; la Torre del Visco, en Fuentespalda; y el Patio del Maestrazgo, en Villarroya de los Pinares.

NEREA TIRADO

PASA A LAS PÁGINAS 2 Y 3

PROMUEVE:



CON LA GARANTÍA EDITORIAL DE:



PATROCINA:



Aunque el momento de máxima actividad de las Perseidas se da la noche del 12 al 13 de agosto, este mes también ofrece otros fenómenos astronómicos para contemplar el cielo, como la conjunción de Venus y la Luna, la noche del 10 al 11, o la de la Luna con Júpiter, entre el 20 y el 23 de agosto.

En cualquier caso, las noches veraniegas suelen ser las mejores para contemplar estrellas, planetas y constelaciones, ya que no suele haber nubes que dificulten la observación. La otra cuestión fundamental para disfrutar de estas vistas es la oscuridad total, o lo que es lo mismo, encontrarse en una zona sin contaminación lumínica, lejos de los núcleos urbanos.

Es lo que sucede en las comarcas de Cuencas Míneras, Albarracín y Gúdar-Javalambre, así como en los hoteles y casas rurales que cuentan con el certificado Starlight, reconocimiento que premia las calidades de los cielos y valida que se trata de entornos idóneos para la práctica del astroturismo.

Reservas Starlight

La Sierra de Albarracín recibió el pasado año 2020 el certificado de Reserva Starlight, título que hace referencia a un espacio natural protegido comprometido con la astronomía. También recibió el de Destino Turístico Starlight, que indica que se trata de lugares especialmente aptos para desarrollar en ellos actividades turísticas basadas en ese recurso natural, tanto por sus propias cualidades como por estar protegidos de la contaminación lumínica. Para promover este entorno y que todo el mundo pueda disfrutar de esta experiencia, la comarca ha organizado diferentes actividades astroturísticas en los próximos días: una marcha nocturna bajo las estrellas en Gea de Albarracín (se celebra el próximo 9 de agosto y los interesados pueden inscribirse en el ayuntamiento del municipio) y un taller de observación del cielo y astronomía, en Orihuela del Tremedal (el 12 de agosto, más información en el Ayuntamiento del municipio).

La comarca de Cuencas Míneras también ostenta esta doble distinción, y está trabajando ya en una red de miradores que facilite la observación astronómica.

Lo mismo ocurre en Gúdar-Javalambre, que presume de ser la comarca en la que tocan las estrellas, y no solo por contar con estos títulos, sino por albergar, en el Pico del Buitre, el Observatorio Astrofísico de Javalambre, uno de los más importantes a nivel nacional. También cuenta con una red de miradores de estrellas.

A lo largo de este mes, se van a realizar talleres de fotografía nocturna (7 de agosto en Manzanera; y 8 y 15 de agosto en Rubielos de Mora y 20 de agosto en San Agustín); y el 12 de agosto celebran una jornada de observación de estrellas en Fuentes de Rubielos. El 13 de agosto se celebrará además la Velada astronómica Teruel Celes-



EN LA PROVINCIA DE TERUEL

Los mejores destinos para observar el cielo

El astroturismo acerca la ciencia de los cielos al público en general, que disfruta de un patrimonio único de estrellas, constelaciones y planetas. La provincia turolense es el destino idóneo para ello

Sobre las piedras de Pinares de Rodeno, en la Sierra de Albarracín. LUIS FRONTERA ALDANA

te, en Gúdar; y los días 20 y 23 de agosto, en Arcos de las Salinas, los interesados pueden conocer el proyecto Galáctica, Centro de Difusión y Práctica de la Astronomía promovido por el Centro de Estudios de Física del Cosmos de Aragón. El 25 de septiembre se celebrará en este mismo lugar la Fiesta del Equinoccio.

Más actividades organizadas

Otra de las distinciones que ofrece esta fundación astronómica es la de alojamientos Starlight, que se otorga a aquellos establecimientos que, además de ofrecer una calidad alojativa acreditada, contribuyen a la defensa del cielo nocturno. En dichos lugares suelen organizar diferentes acti-

Estos destinos ofrecen actividades para disfrutar del firmamento, aun sin experiencia previa

vidades para que los huéspedes puedan disfrutar del firmamento, aún sin contar con experiencia previa.

En el albergue de Aliaga, por ejemplo, tienen previsto la realización de actividades y veladas para niños durante este mes de agosto, mientras que en la casa rural El Patio del Maestrazgo, en Villarroya de los Pinares, reali-

zan experiencias bajo demanda durante todo el año, que incluyen una introducción a la astronomía y observación del cielo, así como prácticas de fotografía nocturna.

Desde el Monasterio del Olivar, en Estercuel, recomiendan contactar con el alojamiento y reservar previamente si se está interesado en realizar una observación, ya que las normas de seguridad derivadas de la pandemia les han obligado a modificar sus actividades previstas.

En el hotel Mas de la Costa, situado en el corazón del Matarraña, disponen de un telescopio Celestron Nexstar Evolution 9.25, un reflector de tipo Schmidt-Cassegrain y binocula-

res, «que sacamos en la terraza al atardecer cuando el cielo está despejado», comentan desde este establecimiento. Con esta tecnología, a mediados de agosto, se puede contemplar Júpiter y sus lunas, Saturno y su anillo, y La Vía Láctea.

Por su parte, en la Torre del Visco, situado en el valle de Tastavins, realizan talleres para la observación de estrellas (el próximo se celebra el día 10 de agosto) y recalcan su continuo compromiso con minimizar la contaminación lumínica. «Somos conscientes de que cuidando los cielos oscuros, cuidamos la vida salvaje de fauna y flora de nuestro entorno», afirman.

N. T. M.



GUÍA PRÁCTICA

Para observar las estrellas

EQUIPAMIENTO

Es esencial llevar ropa de abrigo y calzado cómodo, ya que hay que alejarse a zonas naturales en las que no haya luz y el camino puede ser más difícil. En el caso de las lluvias de estrellas, no es necesario llevar prismáticos o telescopio, ya que se aprecian a simple vista. También es interesante llevar un mapa o planifario, para localizar las constelaciones. Lo más recomendable es ir acompañados por monitores o guías que conozcan la zona y, por supuesto, las estrellas.

ACOSTUMBRAR AL OJO

Antes de observar el firmamento, conviene descansar de pantallas, ya que este debe adaptarse al cambio de luz entre una pantalla y la noche cerrada. Cuánto más tiempo se esté sin recibir luz directa, mejor se verá en la oscuridad.

Arriba, fotografía nocturna tomada en la comarca de Gúdar-Javalambre. ROBERTO SÁNCHEZ
Abajo, a la izquierda, el hotel rural Más de la Costa. A la derecha, instantánea tomada en una de las visitas organizadas por El Patio del Maestrazgo. MÁS DE LA COSTA / PATIO DEL MAESTRAZGO



CERTAMEN DE FOTOGRAFÍA SIERRA DE ALBARRACÍN



Foto: Maribel Aguilar

La Comarca Sierra de Albarracín celebra este 2021 la decimotercera edición del Certamen de Fotografía Sierra de Albarracín, concurso en el que se valoran especialmente las fotos que reflejan este territorio como Destino y Reserva Starlight, 'Noches estrelladas y lugares con encanto' desde la Red de Miradores Astronómicos de la Sierra de Albarracín.

Los interesados pueden presentar sus imágenes hasta el próximo 4 de septiembre a través del correo electrónico cultura@comarcadelasierra-dealbarracin.es. Deberán incluir la imagen en formato digital (JPEG), a una resolución mínima de 300 ppp y con un tamaño máximo de 10 MB, el título de la obra, el nombre del autor, un teléfono de contacto y un correo electrónico.

ARAGÓN
ABRE
CAMINO

Camino de Santiago Francés
entre España y Francia

ARAGÓN turismo sostenible

Montaña Segura

Todo lo que debes saber para subir al Aneto y al Monte Perdido

En los municipios de Torla y Benasque se ofrecen sesiones informativas y en la página web de la FAM se pueden encontrar guías y fichas de rutas para realizar los ascensos con seguridad



Las charlas explican de forma práctica las rutas, el material necesario y los distintos riesgos en los dos picos más frecuentados por los montañeros. MONTAÑA SEGURA

El Aneto y el Monte Perdido son las cumbres más emblemáticas de los Pirineos, la mayor cima de la cordillera y la montaña calcárea más alta de Europa occidental. Dos destinos que convocan a un gran número de excursionistas... y los puntos que más rescates acumulan por ser de los más frecuentados y porque su reclamo atrae a excursionistas sin el equipo, la capacidad o la información necesarios para afrontar este reto con seguridad. Para prepararlo debidamente, el programa Montaña Segura de la FAM y el Gobierno de Aragón ofrece distintos recursos, entre los que destacan las charlas durante el verano en los principales puntos de partida de estas ascensiones.

Hasta el próximo 13 de agosto, todos los miércoles y viernes, se ofrece en Torla la charla 'Ascender al Monte Perdido con seguridad' (Centro de Interpretación del Parque Nacional de Ordesa, 19.00) y en Benasque 'Ascender al Aneto con seguridad' (palacio de

los Condes de la Ribagorza, mismo horario). En estas sesiones, guías especialistas informan de «todo lo que debes saber antes de iniciar la ascensión».

Quienes no puedan acudir, en las webs de la FAM y de Montaña Segura pueden encontrar guías, test de autoevaluación y fichas de las rutas. Desde la campaña se incide en que estas subidas «no son una tarea imposible, pero como todas las actividades en montaña, hay que planificarlas y acometerlas con seguridad».

El primer punto es que estas dos excursiones requieren un esfuerzo importante y preparación física y técnica. La mayoría de rescates se deben a no llevar el material necesario, no saber utilizarlo o no renunciar si la dificultad parece excesiva.

La cumbre del Aneto obliga necesariamente a pasar por su glaciar, que en verano pierde la capa de nieve que lo cubre y se presenta como una superficie inclinada de hielo puro, especialmente resbaladizo. Así, es imprescindible llevar y saber usar crampones y

piolets para autodetener una caída. En el caso del Monte Perdido, la nieve desaparece ya entrado el verano del paso de La Escupidera, una inclinada ladera que termina en un precipicio; pero igualmente es clave preguntar antes de iniciar la ascensión y llevar el mismo material si está cubierto.

Los riegos por las tormentas, el vértigo, como en el famoso paso de Mahoma, o el cálculo del tiempo son otros de los aspectos que Montaña Segura trata. No hay que olvidar datos como que solo entre el 18 de agosto y el 8 de octubre de 2019 la Guardia Civil de Montaña realizó 17 rescates en el Aneto, con un saldo de 10 personas heridas.

Con esta información se busca tanto ayudar a los montañeros a disfrutar de estas ascensiones con garantías, como evitar el intento de quienes no deberían estar allí. Para ellos, los valles de Benasque y Ordesa ofrecen muchas posibilidades para disfrutar y progresar en la montaña.

FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO

Noticias

Copa de España Los deportistas de la selección de Aragón de Carreras por Montaña Carlos Ciprés y Javier Barea se asientan como líderes por el título de la Copa de España en la subcategoría veteranos A, con su triunfo en la tercera prueba del calendario, la Aguas Teror Trail, disputada en Gran Canaria. En esta carrera, con 32,8 km de recorrido y 2.000 m de desnivel, los participantes aragoneses obtuvieron en su grupo de edad las medallas de oro y plata; Carlos Ciprés fue quinto en la clasificación absoluta (3:03:27) y Javier Barea 12º (3:17:49). Con la suma de puntos de las tres pruebas ya celebradas, Ciprés domina ampliamente el grupo de veteranos A con 266 puntos y es el cuarto en la competición absoluta, mientras que Barea le sigue en la subcategoría con 208 puntos.

Además, aunque no participaron en esta ocasión, tres miembros del Grupo de Tecnificación de Aragón de Carreras por Montaña de Aragón aspiran al título en sus categorías: Carrodilla Cabestre es primera en juvenil e Inés González quinta. Y en promesas, Javier Cabestre es tercero. La cuarta y última carrera por el título nacional es Los Tajos Skyrace, que se celebrará el 17 de octubre en Alhaurín el Grande (Málaga).



Campeonato del mundo El atleta aragonés Daniel Osanz ha conseguido tres medallas en el Campeonato del Mundo Juvenil de Skyrunning, celebrado en Italia, en el que ha participado como miembro de la Selección Española Juvenil, en la categoría U-23. Osanz ganó el oro en la prueba del kilómetro vertical (3,8 km de recorrido y 1.000 m de desnivel) y fue plata en la prueba en línea (23 km y 2.369 m) y también se llevó así la plata en la prueba combinada. Además, sus puntos fueron también decisivos para que la Selección Española se llevara el oro en el podio por naciones.

Estudio de barranquismo

El Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya y la Fedme están realizando el segundo estudio sobre el perfil del barranquista, para analizar los hábitos y motivaciones de quienes practican este deporte y su evolución desde 2019. Se pide a los aficionados participar contestando a una breve encuesta online con la que también pueden participar en el sorteo de material deportivo. En la web de la FAM se puede encontrar el enlace de la encuesta así como ver los resultados del primer estudio realizado.

