

REFLEXIÓN | Manuel Suárez, especialista en esquí de travesía, analiza la situación de esta disciplina deportiva

NOTICIAS  
DEPORTIVAS

Grupo de esquiadores de montaña practicando en el entorno del Portalet. MANUEL SUÁREZ

¿El futuro del esquí  
de montaña?

No es fácil responder a la sencilla pregunta que se plantea en el titular: ¿Cómo va a ser el futuro del esquí de montaña? La profunda transformación que ha sufrido esta disciplina en estos últimos tiempos no solo ha afectado al material, sino también a la actitud y manera de practicarla. Se trata de una evolución que nos aleja en gran medida la imagen clásica del esquiador de montaña y nos acerca a nuevas formas de entender este deporte. Para hablar del futuro hay que echar una mirada hacia atrás y, así, ver cuáles son las causas de sus profundos cambios y cuáles los motivos de esta espectacular evolución.

Uno de los factores clave ha sido la conversión de las carreras de esquí de montaña en otras con marcado carácter deportivo-competitivo, un hecho que provocó importantes cambios en los materiales usados hasta entonces y que se encontraban en un momento de estancamiento. Pero no solo hubo cambios en los esquís y las botas; de repente, había gente que pulverizaba horarios y desniveles, deportistas que veían esta disciplina con nuevos conceptos

hasta ahora tabú: la rapidez y la ligereza. Sin embargo, cuando estos principios tomaron protagonismo, apareció un nuevo grupo que, en vez de apostar por esta línea, tenía como objetivo clave el descenso. Su máxima aspiración era poder disfrutar a tope de esa sensación. Evidentemente, todos ellos provenían del mundo del 'freeride' y, por tanto, introdujeron sus estereotipos: esquís anchos y botas poderosas. Todo esto supuso un paso de gigante en la dinámica natural que seguía este deporte.

Fue un punto y aparte en su forma de concepción, que venía siguiendo unas pautas de continuidad con escaso avance de las técnicas y materiales. A todo ello hay que sumar el incremento de esquiadores de pista que han traspasado la 'frontera' y se han unido al mundo del esquí de montaña.

**Un grupo heterogéneo**

Casi todos los esquiadores de montaña se pueden encuadrar más o menos en alguno de estos grupos, aunque solo se trata de una impresión personal. Así se aprecia que todos ellos pueden

cohabitar en perfecta armonía, puesto que muchos pertenecen a todos los grupos a la vez o, simplemente, pasan de uno a otro según el estado de la nieve o las ganas puntuales. Quizá lo único malo del asunto sea que debemos tener un buen 'fondo de armario' con los materiales adecuados.

Los esquiadores denominados 'turismo' o 'clásicos', son aquellos que disfrutaban de todo tipo de recorridos y ascensiones. Les importa tanto la subida como el descenso, pero no buscan velocidad ni rapidez.

Los 'deportivos' o 'ultra ligeros' solo utilizan materiales aligerados. Estos deportistas dan prioridad al horario o buscan encadenar grandes desniveles en una sola jornada. Suelen competir o encadenar grandes desniveles.

Los 'freeriders' son aquellos esquiadores de montaña que dan prioridad al descenso. No les interesa una cima concreta, buscan la pendiente y nieve perfecta; dan prioridad al material pesado para buscar mejor control.

Lo bueno de esta situación es que, pese a las diferencias, la armonía es inmejorable entre todos, y los fabricantes –cómo no– saben

dar a cada uno lo que necesita. No hace falta más que echar una ojeada a los catálogos para encontrar un amplio y completo surtido que atiende a todos los grupos. Incluso hay quien puede llegar a sentirse perdido ante la diversidad de productos que se le presentan.

Con esta nueva visión del esquí de montaña se ha conseguido dinamizar este deporte, alejándolo del prototipo convencional, una circunstancia que ha provocado que sea la modalidad invernal con mayor crecimiento anual en el número de practicantes.

Por ese motivo, solo puede decirse que el futuro es muy prometedor. Pese a la gran diferencia de estilos y formas de ver esta actividad, todos los que la practican tienen el mismo denominador común, que no es otro que el elemento blanco. Cada uno es fiel a sus gustos, pero todos están unidos por una misma ilusión. La evolución no se detendrá y la aparición de nuevas tecnologías y materiales mantendrá vivo este deporte, abriendo paso a otras nuevas formas de ver y practicar el esquí.

MANUEL SUÁREZ

GUÍA DE ALTA MONTAÑA Y PROFESOR DE ESQUÍ

■ CONVOCATORIAS  
**'Esquí de montaña  
y GTA FAM-CAI'**

Ya está disponible en la web de la FAM, [www.fam.es](http://www.fam.es), el calendario correspondiente a la disciplina de esquí de montaña para la próxima temporada 2012. También se ha abierto la convocatoria de las pruebas de acceso para el Grupo de Tecnificación de Alpinismo de Aragón FAM-CAI. Los interesados pueden consultar a través de la citada página. Para ampliar ambas informaciones pueden dirigirse al correo electrónico [fam@fam.es](mailto:fam@fam.es) o al teléfono 976 227 971.

■ JORNADAS  
**Semana de la Montaña  
en Alfajarín**

Se cumplen ya quince ediciones desde que el C.M. Pirineos Alfajarín iniciara estas jornadas con el propósito de divulgar y promocionar las actividades de montaña. Organizada por la Mancomunidad Ribera Izquierda del Ebro y el Ayuntamiento de Alfajarín, la XV Semana de la Montaña de Alfajarín comienza hoy con una proyección de Félix Escobar –'Vuelta al Manaslu-Larkya North-Peak'– a las 20.00 en la sala de cultura del ayuntamiento. Mañana le seguirá otra intervención, protagonizada por Ana M<sup>a</sup> Bolea, Alberto Lasala y Diego Miguel, titulada 'Una semana en el Monte Rosa'. Y se podrá visitar la exposición 'Naturaleza y montaña', con la colaboración de Chesús Lasala, y se realizarán unas jornadas de puertas abiertas en el rocódromo.

■ SENDERISMO  
**SOLIDARIO  
Fundación Crisálida**

El Club Litera Montaña invita a todo el que quiere a la primera etapa del Camino de Santiago que emprenderá el grupo de la Fundación Crisálida para recorrer la ruta Jacobea desde Camporells hasta Santiago. El inicio del recorrido coincide con el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, el sábado 3 de diciembre. Los asistentes acompañarán al grupo en el tramo que va desde San Esteban de Litera hasta Monzón. Habrá autobús desde Binéfar, a la ida, y desde Monzón al regreso. Más información en [clublitera.binefar.es](http://clublitera.binefar.es).

# ARAGÓN, un país de montañas

**INFRAESTRUCTURAS** | El refugio Rabadá y Navarro, un destino perfecto para la práctica de deportes invernales

## Puro montañismo en Javalambre

**A**l este de la península Ibérica se alza uno de los macizos montañosos más bellos de la provincia de Teruel, la sierra de Javalambre, que con su punto más alto, el pico de Javalambre (2.020 metros), domina los valles que la rodean.

El refugio de montaña Rabadá y Navarro se sitúa en la falda norte del pico Javalambre, a 1.520 m, rodeado de altitudes superiores a los 1.800 m y con vistas al valle del río Camarena y a la plana de Teruel. Dicho refugio se encuentra en el término municipal de Camarena de la Sierra, un tranquilo y bonito pueblo que, durante los meses de verano y la temporada de invierno (por la cercana estación de esquí), recibe una gran cantidad de turistas y viajeros.

El acceso para llegar al refugio Rabadá y Navarro ha mejorado estos últimos años. Se puede acceder a pie o en cualquier tipo de vehículo hasta la puerta del establecimiento. Es una instalación perfecta para ser utilizada como base de operaciones de multitud de actividades, para disfrutar de un plato caliente, comentar la jornada con otros montañeros, pedir información a sus guardas o, simplemente, disfrutar de la tranquilidad.

La historia reciente del refugio Rabadá y Navarro se remonta al año 1988, cuando la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada cede a la Federación Aragonesa de Montañismo una serie de refugios de montaña situados en la Comunidad aragonesa, uno de ellos es el de Rabadá y Navarro. En esa época se trataba de una pequeña edificación, situada a 1.520 metros de altura al pie del pico Javalambre, que hacía las veces de refugio libre. En los años 1993-1994, y dentro de las actuaciones del primer Plan Nacional de Refugios, se realizaron las obras de construcción de este primer refugio guardado, que contaba con 54 plazas. En la actualidad, ha pasado de las 54 plazas que poseía en 1999 a las 80 de que dispone hoy en día.

### Características

Distribuido en planta baja, primera y segunda, el refugio cuenta con habitaciones colectivas de 6 y 8 plazas (todas con baño en el interior) y dispone de los servi-

cios habituales en los refugios de montaña, tales como acceso adaptado, agua caliente sanitaria y calefacción en todas las habitaciones, comedor, sala polivalente, servicio de bar y comidas, taquillas, enfermería, venta de guías y mapas, etc.

En el exterior se ubican el aparcamiento, la depuradora, la terraza y el rocódromo. Sus instalaciones son accesibles a pie (1 h 15 min desde Camarena por el GR 10) y en coche, desde Camarena de la Sierra o desde las pistas de esquí de Aramón Javalambre por pista asfaltada. Para comodidad de los clientes a la hora de alojarse, el refugio Rabadá y Navarro dispone también de un motor de reservas 'online'.

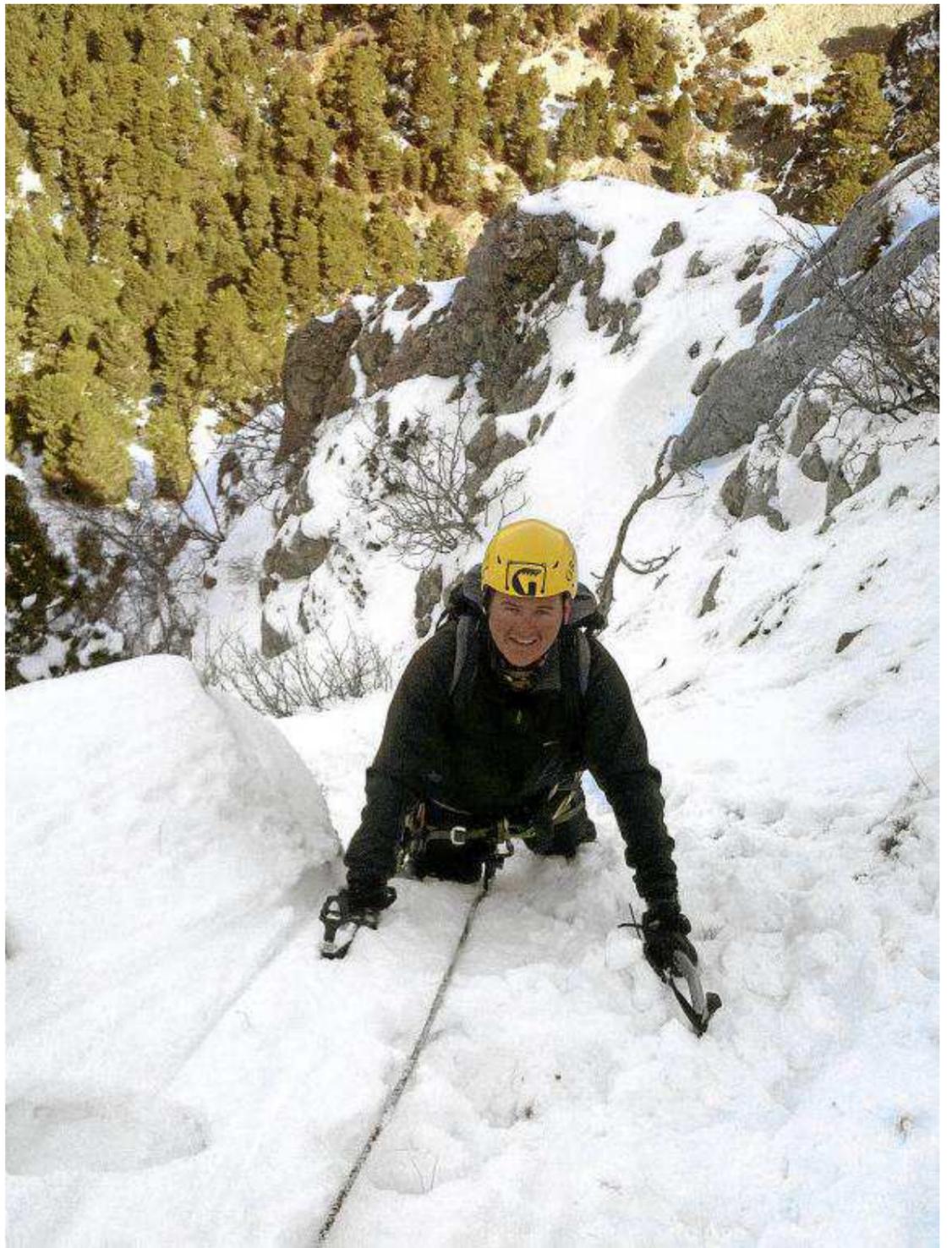
### Actividades

Es un lugar ideal para la práctica del senderismo por las diferentes rutas que recorren los rincones más espectaculares de la sierra de Javalambre. También para el descenso de barrancos, con algunos sencillos, ideales para la iniciación en esta modalidad deportiva, y otros más técnicos para los barranquistas experimentados. Asimismo, se trata de un entorno muy apropiado para la práctica de bicicleta de montaña, como demuestra el hecho de que aquí se celebre la famosa carrera de BTT 'Matahombres', un recorrido duro y técnico que cada vez cuenta con más participantes.

Está llegando el frío, y es en invierno cuando se hace todavía más atractiva e interesante la visita a la sierra de Javalambre. En estos meses se puede disfrutar de un clima propicio para practicar deportes como el esquí de travesía por los altos de la sierra. Esta modalidad deportiva permite ascender por nieve con esquís ('andado sobre la nieve'), con los talones sueltos para, después de llegar al objetivo, fijar los talones a los esquís y bajar esquiando. Una gozada. Pueden hacerse interesantes recorridos de esta disciplina deportiva por las cumbres que rodean al refugio.

### Con raquetas

Otra opción menos técnica y más accesible son las salidas con raquetas (el refugio dispone de ellas en alquiler). Es posible hacer excursiones sencillas entre los pinares del entorno o, si se tiene buena condición física, al-



Los montañeros experimentados también tienen zonas más técnicas para practicar el alpinismo. DANIEL TORTAJADA

gunas más largas y exigentes. Cuando la nieve llega a la sierra de Javalambre, las opciones son muy variadas.

Por lo que respecta a los montañeros más experimentados y amantes del alpinismo, estos encontrarán buenas zonas para disfrutar de su deporte, zonas más técnicas y expuestas. Cada vez son más los clubes de montaña y centros excursionistas que acuden a Javalambre en invierno para realizar cursos de alpinismo, prácticas de autodetenciones, reuniones en nieve para montar seguros en zonas expuestas, construcción de iglús, prácticas de búsqueda de víctima por avalanchas con ARVA, con sonda, etc. Con nieve y frío, la sierra de Javalambre es una buena escuela para futuros alpinistas.

### Estación Aramón Javalambre

No debe olvidarse el importante flujo de turistas, amantes del esquí de pista, que vienen a esta sie-

rra. A tan solo dos kilómetros del refugio Rabadá y Navarro se encuentra la estación de Aramón Javalambre, donde se disfruta del esquí alpino, el 'snowboard' o el 'telemark'. Es una estación de esquí familiar, excelente para iniciarse en el mundo del deporte blanco. Muchas serán las agradables jornadas que ofrece la sierra de Javalambre, y más si el alojamiento elegido es el refugio (en el corazón de la sierra), ya que sus guardas, y la empresa de turismo activo que tiene su base de operaciones en él, recomendarán las mejores opciones para saborear los preciosos paisajes que lo rodean.

Para más información y reservas, se pueden visitar las siguientes páginas: [www.refugiorabadaynavarro.com](http://www.refugiorabadaynavarro.com), [www.alberguesyrefugiosdearagon.com](http://www.alberguesyrefugiosdearagon.com) y [www.fam.es](http://www.fam.es) o llamar al teléfono 978 768 083.

**DANIEL TORTAJADA CASADO  
JAVIER PÉREZ MUÑOZ**

### VISITANTES

## COMUNIDADES VECINAS

La singularidad de un clima de montaña tan cerca del mediterráneo ha dado lugar, en los últimos años, a que cada vez sea mayor el número de visitantes de Valencia, Castellón, Alicante y Murcia, los que se animan a realizar actividades invernales en esta sierra. Incluso desde Zaragoza, Madrid, Cuenca, Albacete o el País Vasco, se deciden a venir para conocer este magnífico lugar.

Todos ellos quedan prendados de la belleza, singularidad y posibilidades que el entorno les ofrece.

# ATENCIÓN MONTAÑERO

## Información en red

La web de refugios de la FAM, [www.alberguesyrefugiosdearagon.com](http://www.alberguesyrefugiosdearagon.com), dispone de información completa sobre los establecimientos gestionados o asociados a la FAM en Aragón.

## Servicios para el montañero

Entre otros muchos servicios, esta herramienta ofrece datos precisos sobre rutas y ascensiones en cada zona, datos meteorológicos específicos de las mismas, así como un potente motor de reservas.



Una de las actividades más practicadas es el senderismo con raquetas de nieve. DANIEL TORTAJADA



Excepcional base de operaciones para el esquí de travesía. DANIEL TORTAJADA



El establecimiento ofrece muchas posibilidades para usos profesionales y recreativos. DANIEL TORTAJADA



El refugio Rabadá y Navarro se ubica en un entorno perfecto para realizar actividades relacionadas con el montañismo invernal. DANIEL TORTAJADA

# ARAGÓN, un país de montañas

## ATENCIÓN MONTAÑERO

**INTERNET** | Recogida de información sobre aludes, una forma de prevenir entre todos

# Montañas Seguras Invernal, nuevos horizontes



Un senderista contempla el panorama en la ascensión a la peña Oroel. ROBERTO REGUEIRO/ARCHIVO PRAMES

lidad de encontrar a alguien con vida en caso de que se vea enterrado por un alud está directamente relacionada con la presencia o ausencia del conjunto SAP en todos los que realizan la actividad y están, en ese momento, cerca de los accidentados. Son los primeros minutos los que se consideran vitales para desenterrar a alguien de la nieve, y los grupos de rescate raramente pueden llegar en tan poco tiempo, por lo que tienen menos posibilidades de éxito que los que ya se encuentran en el lugar del incidente.

Si nos centramos en el esquí de montaña, actividad que por su dinámica de progresión suele verse más frecuentemente relacionada con los accidentes provocados por aludes de nieve, el porcentaje de presencia del SAP mejora sustancialmente, llegando a dar valores próximos al 50% de los practicantes; pero, en cualquier caso, sigue siendo un valor muy bajo, si entendemos que la meta deseable es que el 100% de estos excursionistas lo lleven.

### Planificación específica

La prevención de accidentes en la montaña nevada pasa por una buena planificación de la actividad, que abarca desde la necesaria formación en los aspectos tanto técnicos como de seguridad, hasta el conocimiento de una información adecuada y concisa para el lugar y el momento en el que se pretende realizar la actividad. Debe tenerse en cuenta que la estabilidad del manto nivoso cambia constantemente y para poder progresar con seguridad será necesario conocer, por un lado, la previsión del riesgo de aludes que existe en una zona en un momento concreto (proporcionado diariamente por la Agencia Estatal de Meteorología a través de su página web) y, por otro, la situación del itinerario que se quiere acometer (altitud, pendiente y orientaciones, entre otras variables). Sin duda, la atenta observación, la formación en manos de profesionales y la experiencia serán herramientas clave para garantizar seguridad en nuestras salidas por la nieve, ya sea con esquís de travesía, con raquetas o a pie.

### Nueva aplicación sobre aludes

Para contribuir al avance de los estudios sobre aludes, Montañas Seguras Invernal pondrá en marcha, este mes de diciembre, una aplicación web para la recogida de datos, aportados por voluntarios, acerca de aludes observados en las montañas aragonesas. El propósito es disponer de un cauce de comunicación permanentemente abierto con los montañeros.



Desde 1999, gracias al convenio entre el Departamento de Política Territorial, Justicia e Interior del Gobierno de Aragón, la Obra Social y Cultural de Ibercaja y la Federación Aragonesa de Montañismo, la campaña Montañas Seguras ha cumplido trece ediciones como herramienta de prevención de accidentes en montaña.

A partir de una ya larga experiencia, y fruto de unos principios vivos y dinámicos, la campaña ha ido matizando sus objetivos de educación y presencia en el medio natural, así como generando nuevas acciones que se adaptaran al momento actual.

En ese sentido, fue en la pasada edición de 2010 cuando Montañas Seguras comenzó a trabajar tam-

bién en la prevención de incidentes en las actividades de montaña que se practican de forma autónoma en zonas nevadas, buscando la manera de interactuar con los practicantes de esas actividades, con objeto de transmitirles pautas y consejos que redunden en su seguridad y formación. De las encuestas realizadas en la campaña, se detecta que solo el

5% de los que practican estas actividades llevan como equipo personal el 'pack' inseparable del SAP, formado por sonda, ARVA (aparato de rescate de víctimas de avalancha) y pala.

Dicho equipo es del todo imprescindible para realizar un rescate rápido en caso de que alguien del grupo se vea atrapado por un alud de nieve. Es más, la probabi-



### La montaña en invierno

En esta época del año debe extremarse la precaución. Hay que iniciar la actividad a una hora temprana y evitar salir solo. También hay que protegerse del sol y el frío, así como comer e hidratarse apropiadamente.

### Algunos consejos

Hay que dosificar las fuerzas propias y las del grupo. Además, si algo no sale como estaba previsto, es preferible darse la vuelta. A falta de experiencia, se puede consultar a un experto o contratar a un guía.

ros invernales para el intercambio de este tipo de información, y eso solo se podía hacer a través del portal habilitado por la campaña: [www.montanasegura.com](http://www.montanasegura.com).

Se pretende, además, que la información pueda estar disponible también para otros usuarios y sea lo más visual posible. Así, de forma paralela a la preparación informática de una ficha para la recogida de datos y de un visor cartográfico, se han digitalizado –uno por uno, hasta un total de 248– los límites de los aludes dibujados sobre una cartografía específica, creada a partir de un estudio realizado por la FAM y el Gobierno de Aragón, a finales de la década de 1990, donde se determinaban los aludes más habituales del Pirineo aragonés. De esta manera, la aplicación informática no empieza su andadura en Internet vacía de contenido, sino con una primera recopilación, siempre corregible, mejorable y ampliable.

No hay que olvidar, en ningún momento, que lo que se muestra en la aplicación web no es fruto de simulaciones matemáticas del comportamiento de la nieve sobre el terreno, sino la información que los montañeros que practican actividades en invierno de forma habitual han visto durante sus excursiones, datos en todo caso incompletos, pero siempre directamente relacionados con la actividad en montaña.

Confiando en la colaboración de todos aquellos colectivos directamente relacionados con la montaña invernal (desde clubes de montaña a guardas de refugio, guías y empresas de turismo activo, por citar algunos), se espera que el proyecto pueda ir nutriéndose de la información necesaria para conformar, en un futuro próximo, una cartografía de aludes del Pirineo aragonés basada en la información sobre aludes observados, combinada con la información que aportan los modelos matemáticos a este tipo de estudios.

**MONTAÑAS SEGURAS**



Raquetista en el entorno de los Llanos del Hospital. MONTAÑAS SEGURAS



Hasta Somport acude cada temporada un gran número de esquiadores. MONTAÑAS SEGURAS

adquiere  
ya tu  
abono de  
temporada  
al mejor  
precio

Hasta el 50% de descuento!  
ver condiciones

aramon

cerler / formigal / javalambre  
panticosa / valdelinares

info: [www.aramon.com](http://www.aramon.com)

# ARAGÓN, un país de montañas

**SENDERISMO** | Una recorrido desde Viver de la Sierra a Sestrica, en la Comarca del Aranda



Vista general de la población de Viver de la Sierra, dependiente del Ayuntamiento de Sestrica y punto de partida de la ruta propuesta. JAVIER ROMEU/ARCHIVO PRAMES

## Entre la sierra y el piedemonte

**E**l itinerario propuesto une las dos localidades que quedan más apartadas de la ruta del valle del río Aranda: Sestrica y Viver de la Sierra, dependiente del Ayuntamiento de Sestrica. Una carreterita de montaña une los dos pueblos, pero es posible la realización de un itinerario peatonal entre ambos, por el barranco de las Umbrías, poniendo en contacto la sierra con el piedemonte cultivado. A los numerosos atractivos paisajísticos de la ruta, se añade la visita optativa a uno de los bosques más singulares de Aragón: el alcornocal de Sestrica.

Desde la plaza Mayor de Viver se debe salir por la calle Baja y, luego a la derecha, por la calle Carrascal, por detrás de la calle Barrio Judío. Se desemboca en una pista que se ha de seguir hacia la derecha, bordeando el pueblo por encima del barranco de las Umbrías. Se pasa junto a una monumental carrasca y se desciende a cruzar el barranco por un coque-to puente, situado junto a unos depósitos de riego. Aunque el sendero, señalizado como PR-9, sale a la carretera, lo hace momentáneamente, porque enseguida toma un precioso camino que des-

EN LA CORDILLERA IBÉRICA

### UN PASEO POR LA COMARCA DEL ARANDA

La Comarca del Aranda aparece inscrita en el sector oriental de la cordillera Ibérica. Extiende sus territorios desde la sierra del Moncayo hasta el valle del río Jalón. Es una de las grandes desconocidas, a pesar de sus muchos encantos, entre los que destacan sus paisajes, sencillos pero cautivadores, su naturaleza, rica y biodiversa, su patrimonio histórico-artístico y, por supuesto, su etnografía. A estos encantos hay que sumar la sencillez y amabilidad de sus gentes.

Predominan las montañas agrestes, principalmente de naturaleza cuarcítica y también caliza. A su belleza paisajística y natural externa, se suma un mundo subterráneo que alberga en su interior multitud de cavidades de origen kárstico.

Dos ríos surcan la Comarca, el Aranda y el Isuela, y en sus

riberas han ido asentándose, a lo largo de la historia, los diferentes pueblos, pues era en estas zonas donde disponían de agua y tierra fértil.

Aquí, los amantes de la naturaleza encontrarán frondosos bosques de ribera, agrestes medios rupícolas o también disfrutarán de paseos en el entorno del embalse de Maidevera. Los que gozan con la historia podrán interpretar el legado que guarda la comarca a través de espectaculares castillos, conventos y ermitas rupestres. Y los amantes del arte y la arquitectura descubrirán joyas arquitectónicas desde el románico hasta el barroco, pasando por suntuosos edificios gótico-mudéjares.

Desde el punto de vista geográfico, esta comarca está constituida por un conjunto natural integrado por tres sierras y dos valles: la sierra de la Virgen, la Sierra de Tablado y

la unidad formada por las sierras del Moncayo y de la Nava Alta. Entre estas tres sierras discurren los ríos Aranda e Isuela.

El relieve, la actividad geológica y tectónica, junto con el clima, son los principales responsables del paisaje, generando una región natural en la que se suceden sierras, barrancos, muelas y vegas.

La comarca guarda diversos espacios de singular belleza que ofrecen un escenario ideal para la práctica del senderismo y es un paraíso para el disfrute de la espeleología, ya que la naturaleza calcárea de algunas sierras, además de ofrecer un paisaje espectacular, hace que sus macizos se presenten agujereados por una inmensa red de galerías subterráneas. Destaca por su extraordinaria belleza la Cueva Hermosa, situada en el término de Calcena.

ciende a la izquierda y pasa por el viejo lavadero. Entre huertos, el sendero baja por la margen derecha orográfica del barranco de las Umbrías, con el telón de fondo de la sierra cubierta de carrascales.

En algo menos de 30 min, el camino se incorpora a una pista que se sigue, por la izquierda, en descenso. Tras cruzar a la otra margen del barranco, la pista atraviesa una zona de antiguos bancales y oliveras. En una bifurcación se sigue la pista de la izquierda, en ascenso. Luego, en una característica trifurcación, cerca de unas construcciones en ruinas, se continúa por la izquierda, remontando una pista entre parcelas con pinar de repoblación y campos con cerezos (obviar los ramales que entran a la repoblación y a los campos y seguir pista principal).

Después de 10 min andando desde la trifurcación, se cruza el cauce seco del barranco junto al que se asciende. A continuación, por encima de un campo de cerezos, se deja la pista principal y se toma a la derecha una más desdibujada que enseguida desaparece. Justo antes de que termine, se toma a la izquierda, por encima del talud de la pista, el sendero del alcornocal

# ATENCIÓN MONTAÑERO

## Ríos que vertebran

El río Aranda da nombre a la primera comarca que se constituyó en Aragón. Sus recursos están muy vinculados con sus montañas y valles, aunque también el río Isuela acompaña al viajero en su camino.

## Moncayo desconocido

La comarca del Aranda es la vertiente más desconocida y menos accesible del Moncayo ya que el Parque Natural es una de sus principales señas de identidad, así como de la variedad ambiental del territorio.

de Sestrica, monte de propiedad particular que acoge esta masa forestal, única en Aragón.

En el camino del alcornocal, no hay pérdida pues se siguen con facilidad las señales del PR-9. Tras un buen repecho se alcanza el alto de la loma, se deja un camino a la izquierda y se inicia un considerable descenso que desemboca en una pista forestal. Se sigue hacia la derecha, abandonando el PR. Después de 1 km se llega a otra pista que, siguiéndola hacia la derecha, alcanza la trifurcación que había antes del alcornocal. Se ha cerrado un bucle que permite conocer el alcornocal. Solo resta descender por la pista que todavía no se ha transitado en este itinerario, dirección Sestrica. Este último tramo, sin desvíos o bifurcaciones conflictivas, atraviesa una serie de monumentales banales y oliveras centenarias, dignas de admirar. Tras cruzar el barranco de las Umbrías y pasar junto a la ermita de San Bartolomé, la ruta llega a la localidad de Sestrica, donde se debe realizar una visita a su apretado núcleo histórico, coronado por la torre del castillo, y a los restos de un interesante molino de viento.

**MARÍA BLASCO**  
**FERNANDO LAMPRE**



La ermita de Nuestra Señora del Prado se ubica en un hermoso paraje de Viver de la Sierra. JAVIER ROMEO/ARCHIVO PRAMES



La ermita de San Bartolomé, en Sestrica. JAVIER ROMEO/ARCHIVO PRAMES



Iglesia parroquial y restos del castillo de Sestrica. JAVIER ROMEO/ARCHIVO PRAMES



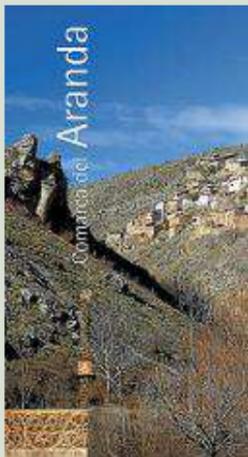
### FICHA TÉCNICA

**Desnivel:** 250 metros en ascenso y 500 metros en descenso.

**Horario:** 3 horas.

**Dificultad:** baja-media. Itinerario señalizado, en gran parte, como sendero de Pequeño Recorrido, PR (blanco y amarillo).

**Lectura recomendada:** Rutas CAI por Aragón, número 25, 'Comarca del Aranda', CAI, Prames, 2005, coordinada por María Blasco.



# ARAGÓN, un país de montañas

«La montaña me ha enseñado que nada se regala y que cada conquista debe ser pagada con dolor y sacrificio»  
Cesare Maestri

**RAQUETAS** | Un recorrido emblemático en el que se visitan tres lagos de montaña

## La espectacular Ruta de los Ibones

La práctica deportiva con raquetas de nieve está adquiriendo una enorme popularidad. Se trata de una disciplina agradable, que invita a descubrir paisajes y lugares con encanto lejos de las aglomeraciones. Sin embargo, como en toda actividad invernal en montaña, se debe siempre extremar la prudencia y actuar con seguridad (para consultar sobre estas cuestiones, podemos dirigirnos a [www.montana-segura.com](http://www.montana-segura.com)).

El inicio del primer tramo del itinerario propuesto se sitúa en la localidad de Piedrafita de Jaca y lleva hasta el ibón de Piedrafita en 1 h o 1 h 30 min. Como alternativa, quienes quieran ver el afamado bosque de hayas del Betato, deberán partir desde Tramacastilla de Tena por el PR-HU 93. En poco más de 2 kilómetros y medio, tras pasar el barranco del Gorgol, enlazarán con la ruta descrita.

Desde Piedrafita de Jaca se toma la misma pista que para llegar al parque faunístico Lacuniacha. Si la nieve ya lo permite, se pueden utilizar las raquetas para subir así el mayor desnivel de la ruta, 400 metros en poco más de 3 kilómetros. No obstante, con las amplias 'eses' con las que se asciende se hace relativamente cómodo.

Según se gana altura, la vegetación va dejando paso a grandes claros, adoptando el paisaje una fisonomía propia de alta montaña. La majestuosidad de la Peña Telera acapara toda la atención y es que sus 2.762 metros de roca vertical no tienen nada que envidiar a cualquier otro pico del Pirineo central.

Llega un momento en que la pista ya no hace tantos giros, conduciéndonos hasta un cartel indicativo que señala el sendero que



Un raquetista disfruta de la nieve en las proximidades del bosque del Betato. ROBERTO REGUEIRO/ARCHIVO PRAMES

conduce, de forma optativa, el ibón de Piedrafita. A partir de ahora es importante saber que la amplitud del terreno que se abre bajo los pies de la sierra de la Partacua desaconseja totalmente hacer cualquier tipo de desplazamiento en caso de mal tiempo (niebla, ventisca, nevada, etc.). Es fácil extraviarse, por lo que habría que desistir y aplazarlo.

### Hacia el ibón de las Paúles

Desde este punto se inicia una etapa (2 h 30 min-3 h) en la que el

desnivel es mínimo, prácticamente inexistente, lo que dará un respiro para poder disfrutar del espléndido paisaje. A la izquierda, se extiende un gigantesco muro de montañas, la sierra de la Partacua, con la presencia de picos como Punta Plana, Peña Retona o Pala dos Rayos, picos que superan los 2.500 m y que, junto a la Pala de Alcañiz y Peña Calcín (al frente) encierran este espacio, conocido como la Partacua.

Se avanza por la pista nevada y en breve se podrá apreciar cómo

la huella de la misma desaparece para dar paso a un terreno sin senda alguna. A partir de aquí, habrá que manejar muy bien la cartografía y saber orientarse, aunque no tiene pérdida alguna porque el sentido de la marcha es bastante evidente. A pesar de ello, conviene insistir en que hay que prestar mucha atención a la meteorología.

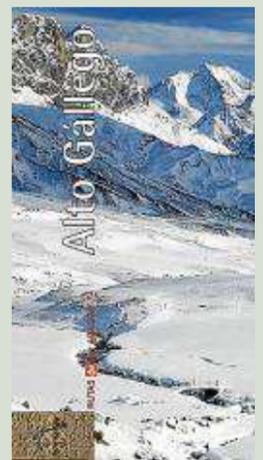
### Hasta Tramacastilla de Tena

Es la última etapa (1 h 30 min-2h). Llegados al puerto de Escarra (1.795 m), se nos ofrece una nue-

va vista en la que ya se podrá vislumbrar el ibón de las Paúles. Desde el puerto, donde nuevamente se podrá intuir la existencia de la pista, se inicia un descenso de algo más de 300 metros de desnivel hasta el punto final, Tramacastilla de Tena. Durante el suave descenso, se podrá contemplar en el fondo del valle el pantano de Búbal, junto con la presencia de algunos pueblos como El Pueyo de Jaca, Panticosa y Hoz de Jaca. La vista de la Peña Telera acompañará a los excursionistas hasta la entrada del pueblo.

**PRAMES**

### FICHA TÉCNICA



**Horario:** en torno a 5 horas.

**Desnivel:** 500 m.

**Dificultad:** media-alta, por su duración y longitud.

**Lectura recomendada:** José Luis Acín. (coord.), 'Alto Gallego', Rutas CAI por Aragón, número 36, CAI, Zaragoza, 2006.

## AGENDA DEPORTIVA

### ■ Centro Excursionista Moncayo

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

### ■ Montañismo

Fecha: 3 y 4 de diciembre. Lugar: pico Aneto (Huesca).

### ■ Peña Guara

Vicente Campo, 9, bajos. 22002 Huesca. Tel.: 974 212 450.

[www.p-guara.com](http://www.p-guara.com) [p-guara@p-guara.com](mailto:p-guara@p-guara.com)

### ■ Senderismo

Fecha: 4 de diciembre. Lugar: castillo de Loarre, fuente

del Puzo, Pusilibro, castillo de Loarre (Huesca).

### ■ Asociación Senderistas de la Huecha

La Vía, 7. Tel.: 976 858 133. 50520. Magallón (Zaragoza). [huechada@terra.es](mailto:huechada@terra.es)

### ■ Senderismo 'La tía Alcalá'

Fecha: 6 de diciembre. Lugar: Ambel-Alcalá de Moncayo (Zaragoza).

### ■ C.M. Rodanas

Barrichuelo Alto, 4. 50290 Épila (Zaragoza). Tel.: 976 603 065/679 405 802. [cm.rodanas@gmail.com](mailto:cm.rodanas@gmail.com)

### ■ Senderismo

Fecha: 4 de diciembre. Lugar: Peñas de Herrera desde Talamantes (Zaragoza).

### ■ Club de Montaña Virgen del Carmen

Pº María Agustín, 10. 50004 Zaragoza. Tel.: 646 946 623. [clubmonc@terra.es](mailto:clubmonc@terra.es)

### ■ Senderismo

Fecha: 4 de diciembre. Lugar: Lusera, Ibirque y Belsué (Huesca)

### ■ A.D. Lo Bisaurín

Horno, 7. 22730 Aragüés del Puerto (Huesca). Tel.: 976 393 787/629 806 388.

### ■ Senderismo

Fecha: 4 de diciembre. Lugar: robledal viejo de Sinués (Huesca).

### ■ Grupo Alpino Javalambre

Santa Amalia, 17, 4º A. 44003 Teruel. Tel.: 978 617 612. [www.culbjavalambre.com](http://www.culbjavalambre.com) [pedrogrape@hotmail.com](mailto:pedrogrape@hotmail.com)

### ■ Senderismo

Fecha: 11 de diciembre. Lugar: sierra Calderona (Valencia).

### ■ Club Alpino Universitario

Pedro Cerbuna, 12. 50009 Zaragoza. Tel.: 976 762 297. [wzar.unizar.es/deportes/cdu/caucau@posta.unizar.es](http://wzar.unizar.es/deportes/cdu/caucau@posta.unizar.es)

### ■ BTT

Fecha: 3 y 4 de diciembre. Lugar: sierra del Águila.

### ■ Club Montañeros en acción

Cantín y Gamboa, 26 local. 50002 Zaragoza. Tel.: 60 9931 885.

[montaenaccion@hotmail.com](mailto:montaenaccion@hotmail.com)

### ■ Senderismo

Fecha: 4 de diciembre. Lugar: pinares de Zuera (Zaragoza).

### ■ Centro Excursionista Ribagorza

Miguel Cuervo, 13, 1º. 22430 Graus (Huesca). Tel.: 974 546 562.

[info@centroexcursionistaribagorza.com](mailto:info@centroexcursionistaribagorza.com)

### ■ Senderismo

Fecha: 3 de diciembre. Lugar: a determinar por el club.