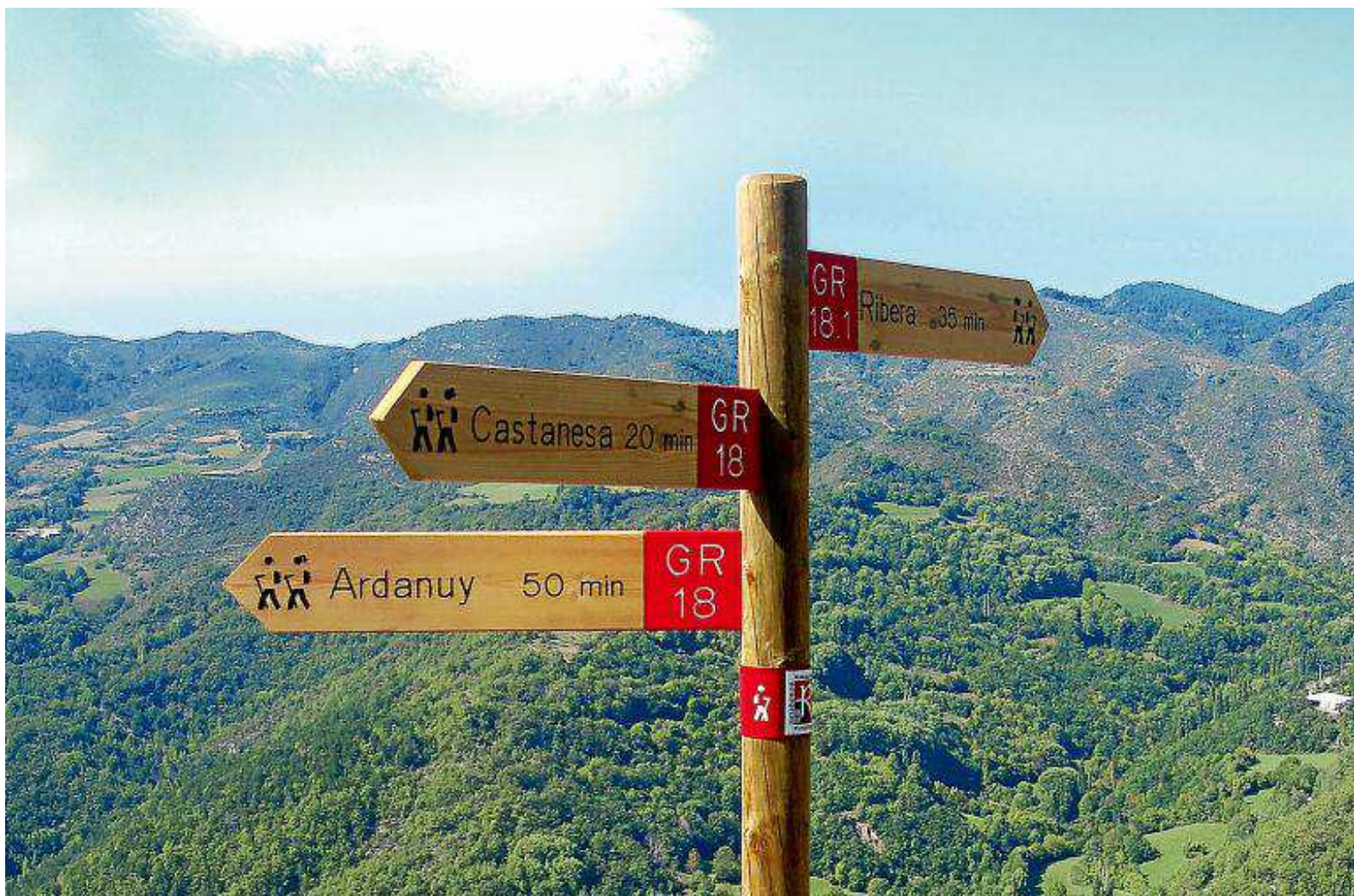




DIVULGACIÓN | La FAM recoge toda la información sobre senderos homologados en su espacio web

Senderos en red



Señales del GR 18, Sendero de La Ribagorza. ARCHIVO PRAMES

Desde que en 1989 se inaugurara el primer sendero aragonés, el pirenaico GR 11, se ha acondicionado una red de senderos de Gran Recorrido (GR) y de Pequeño Recorrido (PR), a los que deben sumarse los más recientes Senderos Locales (SL). Esto supone la existencia real en la actualidad de unos 9.500 km de senderos balizados a lo largo de toda la geografía aragonesa, además de otros en proyecto o en fase de realización.

De esta forma, Aragón queda integrada en la red estatal de senderos y, por tanto, en la red europea que, compuesta por miles de kilómetros, une puntos muy lejanos del continente. Ante esta realidad cada vez más relevante, la Federación Aragonesa de Montañismo (FAM) decidió implementar, dentro de su completo y operativo espacio web (www.fam.es), un visor cartográfico interactivo sobre el que se representara esta extensa red de senderos.

Dicha aplicación -a la que se puede acceder directamente a través de la dirección [rosfam.es, o bien por medio del enlace 'senderos' en la web principal de la FAM- ha sido realizada por Prames, empresa que ha colaborado en el objetivo común de dar a conocer estas infraestructuras.](http://www.sende-</p>
</div>
<div data-bbox=)

Se pretende así completar metas diversas que tratan, por un lado, de mejorar la información de la que los usuarios disponen, puesto que en ningún lugar de Internet se recoge la totalidad de senderos homologados en Aragón; por otro, el organismo federativo pretende difundirlos, así como promoverlos como espacios preferentes para el ocio activo en el medio natural.

Para empezar, los GR

Respecto al visor interactivo, la incorporación de recorridos balizados pretende ser progresiva. En este momento ya puede consultarse toda la información referente a los senderos de Gran Recorrido (GR) y, en adelante, se irán incluyendo tanto los de Pequeño Recorrido como los Senderos Locales.

Sobre cada sendero, el usuario puede ver sus características técnicas principales, es decir, los kilómetros de recorrido, el desnivel positivo, el desnivel negativo y el perfil del mismo. Toda esa información técnica se acompaña de una breve descripción de los lugares de paso más reseñables. También se está trabajando en que todos ellos presenten la valoración MIDE (Método de Información de Excursiones), aunque la finalización de este proceso se hará de forma paulatina.

Asimismo, se contempla un apartado específico para reflejar las incidencias que pudieran producirse en algunos de estos caminos. Por su parte, el usuario dispondrá de otras herramientas del máximo interés tanto en la cartografía, a escala 1:40.000, donde podrá analizarse el trazado de los senderos, como en el material de seguridad complementario. Todo ello facilitado a través de archivos descargables que los senderistas podrán utilizar en su GPS.

A la hora de crear una red de senderos, los criterios siguen dos

direcciones: la recuperación y conservación de los caminos tradicionales y, por otra parte, la creación de infraestructuras de ocio y deporte que complementen, diversifiquen y potencien la oferta turística de una zona determinada.

Como podrá suponerse, la tarea no concluye con la simple señalización y balizamiento, puesto que la FAM aboga, a través de su Comité de Senderos, por hacer un seguimiento para conocer el estado de nuestras infraestructuras y efectuar el mantenimiento necesario para mejorar su calidad.

Por último, este organismo también participa en la divulgación y puesta en común de toda la información relativa a los citados senderos, favoreciendo la publicación de topoguías y otras obras, así como dando a conocer todo este material a través de su propio espacio web, con lo que se completaría el amplio ciclo que cubre desde el proceso de homologación hasta la comunicación de contenidos.

PRAMES

NOTICIAS DEPORTIVAS



■ RUTAS EN LA RED www.turismodearagon.com

El sistema cartográfico web de Turismo de Aragón continúa ampliando y diversificando sus propuestas. Las dos 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, (Aparcamiento-Selva de Sallent-Collado de Pacino-Selva de Lanuza-Sallent de Gállego. Ruta lineal. A pie). Gúdar-Javalambre, (Alcalá de la Selva-Área recreativa/fuente de La Chaparrilla-Collado de la Imagen-Pico Peñarroya. Ruta lineal. A pie).

■ FAM-CAI Programa de Alto Nivel

El pasado fin de semana se celebró la primera prueba de la Copa de España de escalada deportiva en Arriendas (Asturias). Lucas Cano, en categoría sub 20, obtuvo la 2ª posición; Izarbe Pérez, en categoría sub 18, obtuvo la 3ª posición, y Álvaro Lafuente quedó 1º en sub 16. Estos deportistas pertenecen al Grupo de Tecnificación de Escalada Deportiva de Aragón FAM-CAI.

En categoría absoluta, los componentes de la selección aragonesa de escalada deportiva FAM-CAI obtuvieron buenos resultados también. Ana Casanova se estrenó en dicha categoría con una 9ª posición, mientras que Dani Moreno alcanzó la 3ª plaza.

En carreras por montaña, el 8 de mayo se inició la Copa del Mundo en Arles (Francia). El miembro de la selección aragonesa de carreras por montaña FAM-CAI-TECNICA, Luis Alberto Hernando, obtuvo una 3ª posición final.

Con estos resultados Aragón, a través de su Programa de Alto Nivel FAM-CAI, disputará esta temporada los primeros puestos con los mejores deportistas de estas disciplinas.

BALANCE | En su primer año, la web www.alberguesyrefugiosdearagon.com recoge unos resultados más que positivos

Primer año de la web de albergues y refugios de Aragón



Espectacular vista del refugio de Estós, situado a 1.895 m, en pleno Parque Natural Posets-Maladeta. COMITÉ DE REFUGIOS FAM

Esta página web, que vio la luz justamente hoy hace un año, se impulsó desde el Comité de Refugios de la Federación aragonesa de Montañismo, FAM, contó con la colaboración en el proceso de realización de los guardas de la FAM y se desarrolló de forma íntegra desde la empresa Prames. Para su puesta en marcha tuvo el apoyo financiero de Aramon, siendo las infraestructuras necesarias para llevar internet a los refugios, y posibilitar así las reservas online y la instalación de webcams, financiadas a través del III Plan de Refugios de Aragón, en concreto por el Departamento de Educación, Cultura y Deporte

Además de la herramienta de reservas on line y de las webcams, de las que hablaremos en detalle más adelante, cabe destacar como



Albergue Pepito Grillo de Canfranc, asociado a la FAM. CRF

contenidos de la web las fichas de los muchos establecimientos que en ella aparecen, donde se ofrece una información muy detallada de cada uno. Las mismas presentan, para cada establecimiento, una pequeña descripción, los servicios que se ofrecen, los precios, indicaciones de cómo llegar, un apartado para que los guardas cuelguen información, fotos, publicaciones relacionadas y una serie de enlaces web de interés. Recomendaciones a nivel general, información y noticias sobre los refugios de montaña, propuestas de circuitos y actividades, así como un detallado visor cartográfico con mapas de Prames, conforman una completa oferta de información y servicio.

Después de un año de andadura, los resultados obtenidos son verdaderamente positivos. La

web está siendo muy visitada, y las herramientas de reserva e información que en ella se pusieron a disposición de los montañeros, muy utilizadas. Además, son ya varios los refugios y entidades gestoras de los mismos de otras zonas de España que han mostrado interés por los servicios que se prestan desde ella.

Resultados del primer año

Las nuevas tecnologías han llamado a la puerta de los refugios de montaña y, a la vista de los datos que detallamos a continuación, lo han hecho con fuerza. Se ha puesto la primera piedra de un camino lleno de posibilidades. Desde la FAM y Prames así lo hemos entendido, y estamos apostando por ello. Estamos convencidos que del fruto que obtengamos se verán muy beneficiados

Medicina de montaña

Las estructuras asistenciales, docentes e investigadoras que configuran la medicina de montaña en Aragón constituyen un modelo interdisciplinar por el que, en muchos ámbitos, nuestra comunidad autónoma se considera pionera.

Asistencia e investigación

Uno de los objetivos de las distintas expediciones es investigar los efectos que altitudes superiores a los 5.000 m tienen sobre datos biomédicos y psicológicos para así mejorar la salud y seguridad de los alpinistas.

NOVEDADES

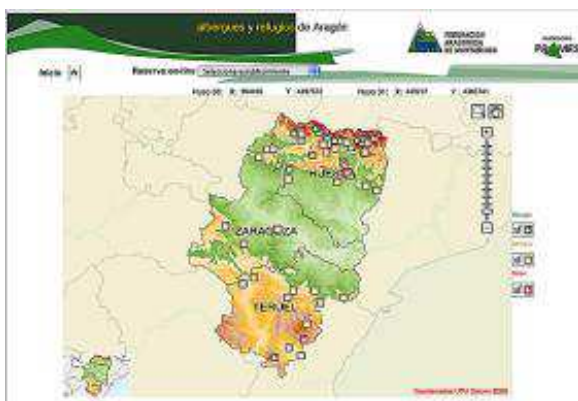
RESERVAS MÚLTIPLES

Uno de los elementos más novedosos y útiles de cara a la planificación de actividades montaÑeras de verano es la posibilidad de realizar reservas múltiples en los refugios. Así, haciendo uso de esta herramienta, los montaÑeros que quieran planificar rutas entre refugios, senderos de gran recorrido como el GR11, o alguno de los circuitos ya conoci-

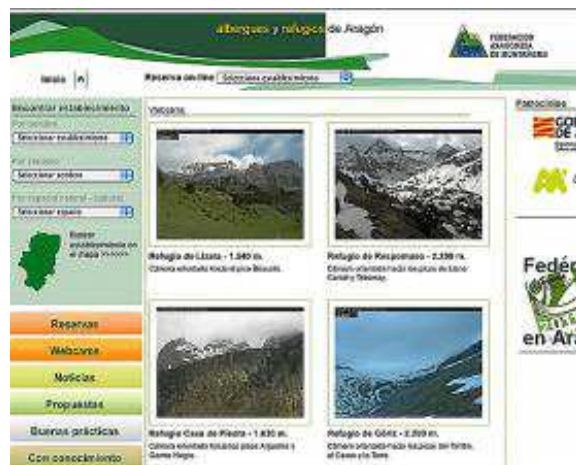
dos, van a poder chequear y reservar on line en una sola operación los establecimientos por los que vayan a transitar.

De la mano de esta herramienta va el trabajo que se está realizando con diversos establecimientos ubicados en las etapas del GR 11. El objetivo es conseguir que el tramo aragonés de este transitado y conocido sendero pueda ser che-

queado y reservado en su totalidad a través de internet. En este sentido, desde la FAM esperamos que pronto podamos decir que esto es posible, ya que son muy pocos los puntos o etapas que no tenemos ya cubiertos o que están en proceso de serlo. Esta fórmula, no obstante, se quiere trasladar del mismo modo a otros senderos o circuitos.



Arriba, mapa interactivo para la búsqueda de refugios y albergues, y página de inicio de la web. A la derecha, webcams de los refugios. Izquierda, infraestructura para las comunicaciones en Estós. COMITÉ DE REFUGIOS FAM



tanto los usuarios como los guardas de los refugios.

En cuanto a los datos que la web ha recogido en su primer año en marcha, los más significativos son las 255.000 visitas, que suponen una media de 700 al día, así como las 945.000 páginas vistas. En cuanto a los países de procedencia de las visitas a la página, se elevan ya a cien, pertenecientes a muy diversos territorios. Destaca la circunstancia de que, entre ellos, están prácticamente todos los países de América y Europa, además de la mayor parte de los países de Asia y Oceanía. Este hecho constata la importante repercusión internacional que tienen nuestros refugios, a tenor de los usuarios que acceden al espacio web.

Resulta también significativo que la página mantenga actualmente una cuota del 36% de nuevos visitantes, lo que nos da un buen equilibrio entre los visitantes habituales y aquellos que entran por primera vez. Es interesante igualmente nombrar que la web está, a día de hoy, enlazada desde más de 350 páginas diferentes. Entre ellas, queremos nombrar expresamente la colaboración que realizamos con la

empresa Barrabés. Fruto de ello es que, desde su web, se puede reservar on line en nuestros refugios y que en su lista de webcams están las imágenes de las nuestras.

Otro dato positivo es el incremento de los establecimientos que en ella aparecen, los cuales, cabe recordar, son tanto los gestionados por la FAM como aquellos que han suscrito un convenio de colaboración con ella. A día de hoy, la web recoge un total de 52, estando 8 más en proceso de incorporación a la misma. De ellos, algo más de un tercio hacen uso del motor de reservas.

Webcams y reservas

De entre todas las opciones que la página ofrece a los usuarios, la más popular es el apartado de las webcam, que supone el 36% de las pantallas servidas. A través de ella podemos acceder a las distintas cámaras que están instaladas en el exterior de 16 refugios, y disfrutar de una imagen fija del entorno que se actualiza cada media hora. Ver la meteorología -en tiempo real- que hace en una determinada zona de montaña, o saber a qué altura comienza la nieve, son datos muy

bien recibidos por el colectivo montaÑero de cara a planificar una actividad.

Con respecto al motor de reservas por internet, podemos decir que el número de operaciones realizadas en este primer año de funcionamiento es de 1.900, con una media de pernотas por reserva de 5,33, lo que nos da un número total de pernотas reservadas por Internet algo superior a las 10.000. Destacan en este campo, de entre todos los establecimientos y por el número de reservas online que han recibido, los refugios de Góriz, Ángel Orús y La Renclusa. Los dos primeros citados fueron pioneros en adoptar la política de que todas las reservas que se realicen con una antelación superior a tres días sean derivadas para su gestión al motor de reservas. También positiva es la iniciativa de otros establecimientos que, con la entrada del 2011, han decidido ampliar el número de plazas disponibles para su reserva mediante el motor. Ambas demuestran sin duda que el servicio tiene un buen funcionamiento y resulta útil de cara a una gestión más eficiente de las reservas en los refugios.

COMITÉ DE REFUGIOS FAM



Las rutas BTT mas apasionantes del Pirineo.

La oferta de rutas BTT por etapas -mas amplia y variada- se llama ARAMONBIKE

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

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

EPIC 216 Km 6.500 mts 3/5 días	EPIC XTREM 234 Km 6.700 mts 4 días	TURNO TOUR 107 Km 3.400 mts 2/3 días	TURNO TOUR 114 Km 3.500 mts 3 días	
TENA XTREM PRO 113 Km 3.346 mts 2/3 días	TENA XTREM LITE 89 Km 2.275 mts 2 días	GIRO MONTAÑA 111 Km 2.500 mts 2/3 días	GIRO TOUR 240 Km 6.000 mts 3/5 días	GIRO SABANA 117 Km 3.000 mts 2/3 días

Nueva web
www.aramonbike.com

El límite lo pone tú.

ARAGÓN, un país de montañas

“Los viejos caminos tienen mucha experiencia”.
Joan-Enric Farreny, escalador (1952-1976)

CRÓNICA DESDE EL HIMALAYA | El equipo médico de la expedición relata su trabajo a 5.400 metros de altitud

Everest, un campo base muy poblado



Los doctores Morandeira y Nerín, frente al PS3A instalado en el Campo Base del Everest-Lhotse. N/H

Alcanzamos el Campo Base del Everest (EBC) el jueves 28 de abril, a mediodía. Nos ha costado llegar un poquito más de lo esperado pero, al final lo hemos logrado, pese a los muchos factores que motivaban nuestro retraso. Primero, los problemas con el permiso de filmación. Luego, la cantidad de consultas sanitarias en los pueblos donde pernoctábamos. También, el lento proceso de aclimatación de los porteadores, excesivamente jó-

venes. Finalmente, el ataque personal de la altura y las diarreas incoercibles de repetición a los miembros de nuestro grupo.

Pero, como nos llegaron noticias de que nuestros alpinistas, encabezados por Carlos Pauner, andaban algo tocados, hemos podido con todo, a base de echarle fuerza de voluntad, ganas y recurrir a un tratamiento médico adecuado sobre el terreno, aparte de echar mano en algún momento clave de los servicios de la ‘burro-

lancia’ a los que ya estamos tan acostumbrados en estas montañas y de los que tan magníficos resultados conseguimos.

Desde Dingboche (4.360 m) subimos hasta Lobuche (4.930 m), un auténtico agujero en todos los sentidos, al que se llega tras remontar la dura ascensión del collado del mismo nombre. De Lobuche, de donde uno escapa en cuanto puede, ascendimos a Gorak Shep (5.170 m) y de ahí, notando ya en nuestras piernas y

nuestro esfuerzo el haber superado la barrera de los 5.000 metros de altitud, alcanzamos el EBC, a 5.400 m, caminando por la pedrera que recubre el glaciar del Khumbu.

Ya en el EBC, entre terminar de aclimatarnos, acomodarnos y pasar una consulta diaria más numerosa que la de cualquier ambulatorio del Salud, no hemos parado ni un minuto. Hemos revisado a nuestros alpinistas, después de su primera incursión en la montaña. Todos en buenas condiciones, con hematócritos y hemoglobinas acordes con las altitudes que han alcanzado. Y aquí nos tienen, dispuestos a ayudarles en lo que haga falta en la medida de nuestras fuerzas y hasta el 19 de mayo, en que tenemos que empezar el retorno.

Diez grados bajo cero

Aquí la vida empieza cuando amanece, sobre las cinco de la mañana. A las siete llega el sol, que se agradece después de haber pasado la noche con temperaturas, dentro de la tienda, entre siete y diez bajo cero. Si hay suerte y no se nubla, disfrutamos del astro rey hasta las cinco de la tarde. A las siete ya es de noche y hace un frío que pela. Antes de las ocho estamos todos dentro del saco de plumas, recogidos en nuestras respectivas tiendas.

Estamos unas sesenta expediciones en el campo, lo que supone cerca de seiscientos personas. Superamos la población de un municipio aragonés medio. Aquí los que cortan el bacalao son los estadounidenses, junto con los neozelandeses. Russell Brice, con sus cien

clientes, que pagan entre 60.000 y 100.000 euros por subir al Everest, es conocido como el ‘sheriff’ del campo base. Hay una americana, manager de otro de los grandes grupos comerciales, que manda tanto como Russell.

Los sherpas pintan bien poco, a pesar de ser los que acompañan a turistas y alpinistas a la cima, los que equipan la cascada de hielo, los que se encargan del día a día de los campamentos, de la limpieza y los que, en última instancia, son los verdaderos héroes de estas montañas.

En línea con lo realizado en años anteriores, el equipo médico ha instalado un completo PS3A (Punto Sanitario Asistencial Atípico Avanzado) en el Campo Base del Everest-Lhotse –a 5.400 metros–, con vistas a la cascada de hielo, similares a los que se contemplan para los refugios de montaña de la Federación Aragonesa de Montañismo, en el que, además de atender a nuestros expedicionarios, nos dedicamos con especial interés a los admirables montañeses del país. Los sherpas saben que no cobramos las consultas y que los atendemos bien, así que vemos del orden de una veintena de ellos cada día. Todo ello, gracias al apoyo del Gobierno de Aragón y del Servicio Aragonés de la Salud, a través del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa.

M^a ANTONIA NERÍN

(VOCAL DE SALUD Y PREVENCIÓN DE LA FAM)

JOSÉ RAMÓN MORANDEIRA

(ASESOR FAM)

PARA SEGUIR LA INFORMACIÓN EN INTERNET:
<http://unhospitalentrelcieloylatierra.com>

AGENDA DEPORTIVA

■ Asociación Cultural ‘El Castillejo’

Ctra. Sagunto-Burgos, s/n.
50368 Mainar (Zaragoza).
Tel.: 657 140 928.
mariolanga@hotmail.com
<http://noticiasdemainar.blogspot.com>

■ La Gayubada

Fecha: 14 de mayo.
Lugar: Mainar (Zaragoza).
Colabora: Coordinadora de Actividades Populares de Aragón (COAPA).

■ Club de Montaña Pirineos

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

Fecha: 14 y 15 de mayo.
Lugar: Purujosa-Calцена (Zaragoza).

■ Centro Excursionista Moncayo

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

■ Montañismo

Fecha: 14 y 15 de mayo.
Lugar: Taillón (Huesca).

■ Grupos Montaña Sabiñánigo

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

■ XII Ruta del Serrablo Montañera

Fecha: 15 de mayo.
Lugar: San Julián de Basa-Cerésola-Allué (Huesca).

■ Peña Guara

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

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

■ Curso de Montañismo

Fecha: 15 de mayo.
Lugar: Linás de Broto (Huesca).

■ Club Alpino Universitario

Pedro Cerbuna, 12.
50009 Zaragoza.
Tel.: 976 762 297.
Fax: 976 761 317.
wzar.unizar.es/deportes/cdu/cau
cau@posta.unizar.es

■ Escalada

Fecha: 15 de mayo.

Lugar:
Calcena (Zaragoza).

■ Montañeros de Aragón

Gran Vía, 11.
50006 Zaragoza.
Tel.: 976 236 355.
Fax: 976 236 439.

www.montanerosdearagon.org
administracion@montanerosdearagon.org

■ Senderismo

Fecha: 15 de mayo.

Lugar:
Siresa-Ansó (Huesca).

■ Club de montaña Nabaín

San Pablo, 12.
22340 Boltaña (Huesca).
Tel.: 974 502 316.
cmnabain@telefonica.net

■ Montañismo

Fecha: 14 de mayo.

Lugar:
Peña Montañesa (Huesca).
Actividad conjunta con el Club Atlético Sobrarbe.

■ Stadium Casablanca Sección Montaña y Esquí

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

■ Montañismo

Fecha: 15 de mayo.
Lugar:
Moncayo (Zaragoza).