

Gran Trail Trangoworld Aneto-Posets



De izquierda a derecha: Lourdes Ascaso, Pepe Franch, Emilio Mompel, Jorge Llanas, Antonio Cosculluela, Modesto Pascau, Manolo Bara y Francisco Mateo. DPH

En la foto recuadrada, presentación en Benasque, presidida por la alcaldesa Luz Gabás. ATEVB



El pasado 23 de julio, la sede de la Diputación Provincial de Huesca acogió la presentación del Gran Trail Trangoworld Aneto-Posets. Con el presidente de la entidad, Antonio Cosculluela, como anfitrión, también asistieron al acto el presidente de la Asociación Turística Empresarial Valle de Benasque, Jorge Llanas; el director comercial de Trangoworld, Emilio Mompel; el presidente del club Peña Guara, Manuel Bara; el gerente de Prames, Modesto Pascau; el presidente de la Comarca de La Ribagorza, Pepe Franch; la concejala

de Sahún, Lourdes Ascaso; y el diputado Delegado de Deportes, Francisco Mateo.

Con este acto se cierra la serie de presentaciones que comenzó el día 11 de julio en la sede del Gobierno de Aragón, presidida por consejero de Presidencia, Roberto Bermúdez de Castro, y que continuó con la cita en Benasque el día 17, con su alcaldesa, Luz Gabás, arrojando tan importante evento deportivo.

Todo este apoyo institucional es una muestra del esfuerzo organizador que hay detrás de la prueba y de la expectación que ha des-

pertado entre los aficionados a las carreras por montaña.

Un espectacular despliegue técnico y humano dará cobertura a los corredores. Más de 170 personas, entre voluntarios y profesionales (personal sanitario, expertos en montaña y radiocomunicaciones, Guardia Civil, policía local de Benasque, personal de los puestos de avituallamiento y control, etc.). Se contará también con un autobús, tres ambulancias, nueve furgonetas y seis vehículos todo terreno, además del helicóptero de la Guardia Civil. Habrá equipos de cronometraje infor-

matizados y comunicados en todos los puntos de control y en los diferentes refugios de montaña, con la central en Benasque. Y los ocho puntos de avituallamiento estarán abastecidos con hasta 16.000 unidades de productos, entre las que destacar 2.100 litros de agua y 650 kg de fruta, además de bebidas isotónicas, barritas, frutos secos y bocadillos.

Asimismo, hay todo un trabajo organizativo previo de cartografía, diseño gráfico y soporte informático para la web www.trailaneto.com. Y también tienen un papel destacado los refugios de

montaña de Biadós, Estós, La Renclusa, Ángel Orús y la Escuela de Montaña de Benasque como base de operaciones.

El sábado 27 de julio, a las 00.00, se dará la salida al Gran Trail (114 km), con 233 inscritos. Ese mismo día, a las 8.00, tendrá lugar la salida de la Vuelta al Aneto (62,3 km), que tiene 603 inscritos; y, a las 10.00, la del Maratón de las Tucas (41,6 km), con 907 inscritos. Finalmente, el domingo 28, a las 9.00, comenzará la Vuelta al Pico Cerler (22,4 km), que cuenta con 254 inscritos. Ánimo a todos.

PRAMES

II-III / ENTREVISTA
CON ELENA ALLUÉ,
DIRECTORA GENERAL
DE TURISMO

IV-V / CONSEJOS
PARA PRACTICAR
BARRANQUISMO
SIN INCIDENTES

VI / EL ENTORNO DE
PANTICOSA, UN LUGAR
CON ENORMES
OPCIONES SENDERISTAS

VIII / GRANDES
ANDARINES PARA
GRANDES RECORRIDOS
POR TODO ARAGÓN

PROMUEVE:



CON LA GARANTÍA
EDITORIAL DE:



PATROCINAN:



25 DE JULIO DE 2013

ENTREVISTA | La directora general de Turismo comenta la colaboración entre el Gobierno de Aragón y la FAM

«Los GR serán senderos de interés autonómico»



Elena Allué, directora general de Turismo. CARLOS MONCÍN

Elena Allué de Baro es directora general de Turismo del Departamento de Economía y Empleo del Gobierno de Aragón, desde el que está trabajando para poner al día, regularizar y mantener los senderos de Gran Recorrido que serán clasificados de interés autonómico en el nuevo Decreto de Senderos de Aragón. Dentro de este proceso se enmarca la colaboración entre el Gobierno de Aragón y la Federación Aragonesa de Montañismo.

Viendo el esfuerzo realizado por su departamento para regularizar la red de senderos señalizados de Aragón, ¿qué supone el senderismo para el turismo en nuestra Comunidad?

Efectivamente, estamos a punto de completar el proceso del Decreto de Senderos aprobado el año pasado con la publicación del manual de senderos y las otras órdenes complementarias, de clasificación y de registro, a falta de la constitución de la Comisión de Senderos de Aragón. Se trata

de un esfuerzo dirigido a consolidar la base del turismo rural, que no es otra que el senderismo, junto a los propios valores paisajísticos del territorio y su riqueza natural y patrimonial. No en vano, en estos momentos tenemos señalizados, de una manera u otra, la enorme cifra de casi 20.000 kilómetros de senderos. El esfuerzo, precisamente, está dirigido a velar por la calidad y la seguridad de este gran volumen de senderos.

¿Cómo valora la colaboración con la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada y la Federación Aragonesa de Montañismo en todo este proceso?

Muy positiva. Se ha de tener en cuenta que ha sido un proceso específico para esta Comunidad, en el que se ha buscado una fórmula de gestión y regularización de los senderos que garantiza jurídica y físicamente la importante infraestructura senderista que ofrece Aragón. Y en este proceso, dos son los ejes que definen

la colaboración: por un lado, la cesión gratuita del uso de las marcas por parte de la FEDME y de la FAM y, por otro, el compromiso del Gobierno de Aragón de garantizar la calidad de los senderos exigida por el protocolo federativo. Además, está contemplado que la federación aragonesa forme parte de la Comisión de Senderos.

¿Por qué se ha considerado a los senderos de Gran Recorrido (GR) como de interés autonómico?

Porque por su longitud y tipología superan la territorialidad de provincias, comarcas y municipios y, por ello el órgano más competente es la administración autonómica. Es en esos trazados de gran recorrido donde radica todo su interés, ya que suponen la unión de muchos puntos importantes de nuestro patrimonio medioambiental y cultural. Nuestros espacios naturales protegidos (parque nacional, parques naturales, reservas naturales, paisajes protegidos, reservas dirigidas y monumentos naturales), que son nuestras máximas figuras de protección de la naturaleza, y buena parte de nuestros conjuntos históricos más relevantes participan del trazado de estos GR o se hallan en sus proximidades.

¿Estos senderos pueden suponer un revulsivo para el turismo de interior y, por tanto, para el desarrollo rural?

Ya lo están suponiendo desde hace tiempo. Quién no conoce el GR 11 transpirenaico o el Camino de Santiago. Potenciando estos recorridos, tratamos de reforzar el valor de este recurso turístico. En estos momentos no se concibe una oferta turística rural que no tenga detrás una propuesta de senderismo de calidad.

Algunos de estos GR, en concreto, el GR 8 turolense y el GR 65.3

Camino de Santiago, son parte de rutas europeas. ¿Qué actuaciones se contemplan para potenciar este recurso?

Podemos decir que no solo son parte de rutas europeas, sino que están promovidas por la ERA (European Ramblers Association) y su propia puesta al día permitirá una divulgación con más énfasis. La propia condición transfronteriza de esos senderos nos da pie a promocionarlos en ferias y foros internacionales, ante



En el GR 99 Camino Natural del Ebro. PRAMES



Señales del GR 65.3 Camino de Santiago. PRAMES

todo, europeos. Precisamente, el artículo 25 del Decreto de Senderos establece, entre las funciones de la Comisión, una vez constituida, el fomento de la integración de los senderos turísticos de Aragón en las redes nacionales e internacionales.

¿Qué estrategias de promoción a pie de calle tiene previstas el departamento para el conjunto de los GR?

No solo buscamos la promoción, sino la implicación de todas las administraciones con competencias turísticas o de gestión de infraestructuras senderistas.

Estamos hablando de diputaciones provinciales, comarcas, ayuntamientos, grupos de desarrollo rural, federaciones deportivas, asociaciones

de empresarios turísticos, de guías de montaña... Con ello, nuestra estrategia va más allá de los GR y se proyecta hacia toda la red de senderos (Pequeños Recorridos y Senderos Locales). El Decreto, en su artículo 10, prevé otorgar ayudas y subvenciones

«EN ESTOS MOMENTOS
HAY SEÑALIZADOS,
DE UNA MANERA O DE
OTRA, CASI 20.000 KM
DE SENDEROS»

«PODEMOS TENER UNA
DE LAS MEJORES REDES DE
SENDEROS DE TODA ESPAÑA
Y NO SOLO EL CONOCIDO
GR 11 PIRENAICO»



Monumento al GR 11 en Biadós.

PRAMES

para llevar a cabo diferentes actuaciones de difusión, diseño de materiales y mantenimiento, y la propia autorización de los senderos al amparo de su marco legal. **En el último Consejo de Gobierno se ha aprobado el convenio de colaboración con la FAM, ¿esto significa un compromiso mutuo a largo plazo?**

Sí, fue anteayer. En primer lugar, este convenio concreta las actuaciones específicas dentro de la red de senderos de interés autonómico, dándole la importancia que le corresponde a los GR. Una vez que el decreto esté desarrollado en su totalidad, la idea es que sea la propia federación la promotora legal de estos senderos de Gran Recorrido. Por tanto, el umbral de futuro es amplio.

¿Cómo anima a usar estos senderos?

El potencial de estos senderos está todavía sin explotar, pero lo cierto es que podemos tener una de las mejores redes de senderos de toda España, y no solo me refiero al bien conocido GR II pirenaico, sino a los GR que recorren el Sistema Ibérico zaragozano o las sierras turolenses, por no hablar de ese camino de referencia peninsular que es el GR 99 del Ebro.

PRAMES

NOTICIAS DEPORTIVAS

■ LICENCIA Disfruta de tus vacaciones

Si te vas a ir de vacaciones y quieres estar federado, no esperes al último día. Para evitar complicaciones de última hora, tramita tu licencia cuanto antes, ya que la federación permanecerá cerrada del 12 agosto al 23 de agosto y esos días no podrás obtener tu licencia. No esperes más y fedérate pronto.

■ ESCALADA Bronce en Chamonix

Manuel Cepero, federado aragonés por el Club Montaña y Discapacidad y que se proclamó campeón de España el pasado 28 de abril, ha quedado tercero en el campeonato de Europa de Parascapada, categoría B-1, que se acaba de celebrar en Chamonix. ¡Enhorabuena!

■ APÚNTATE Vuelta al Midi d'Ossau

Hoy, 25 de julio, termina el plazo para apuntarse a la Vuelta al Midi d'Ossau, que organiza el Centro Excursionista de la Ribagorza y que tendrá lugar este domingo 28 de julio. La salida partirá de la localidad de Graus, a las 6.00, y está prevista la llegada a las 17.00, aproximadamente. El precio del seguro para los no federados es de 2,50 euros y el del autobús de 18 euros (para los federados) y 21 euros (en el caso de no estar federados). Más información e inscripciones: 974 546 090 / 696 867 342 o centro.excursionista.ribagorza@hotmail.com



Cartel alusivo de la Vuelta al Midi d'Ossau.

■ FOTOGRAFÍA Concurso Miguel Vidal

El día 31 de julio termina el plazo de presentación de originales para la IV edición del Concurso de Fotografía de Montaña 'Miguel Vidal', que organiza Montañeros de Aragón. Los premios son de 600, 400 y 200 euros para el primer, segundo y tercer puesto, respectivamente, más una placa. Los originales, en blanco y negro o color y entre 18 x 24 cm y 30 x 40 cm, o panorámicas que no excedan los 50 cm, deberán presentarse en la sede de Montañeros de Aragón (Gran Vía, 11 bajos, 50006. Zaragoza), admitiéndose envíos por correo que se reciban en el plazo indicado.

■ CARRERAS POR MONTAÑA Copa de España

La tercera prueba de la copa de España 2013 transcurrió muy rápida por los acantilados de la costa, entre Zumaia y Deba, por pradera, algún tramo corto de bosque, pista y continuos tramos de cortos ascensos y descensos. En total, 31 km y 1.500 m de desnivel positivo. La selección de Aragón de carreras por montaña FAM-CAI Obra social acudió con varias bajas importantes por lesión, pero los que participaron alcanzaron resultados muy brillantes, demostrando la homogeneidad y lo compacto del grupo. En Absoluta Masculina: Manuel Merillas (Equipo Militar de Esquí) fue 5º; Javier Robres (AD Maestrazgo), 8º; David Rebullida (Ibonciecho), 40º; y Roberto Prades (La Cordada), 51º. En Absoluta Femenina, Vanessa Bataller (Peña Guara) y Pilar Prades (La Cordada) hicieron toda la carrera juntas, ya que Pilar no se encontró como deseaba desde el kilómetro 5, acabando tras un enorme derroche de fuerza y tesón en las posiciones 18º y 19º, respectivamente. Enhorabuena a todos.

■ CALCENADA Plazo de inscripción

Se ha ampliado unos días el plazo de inscripción de esta prueba. En www.calcenada.com se pueden consultar las listas de inscritos.

ARAGÓN, en tu mano.

Aprende más de Aragón,
haz Check In, compártelo y...
¡¡suma puntos!!



La nueva aplicación móvil para Smartphones y tabletas "Check In Aragón" te permite sumar check-ins por todo Aragón al visitar lugares de interés cultural, turístico, de ocio, artístico... **Descárgala, empieza a sumar puntos y comparte toda la información con tus amigos. Hacer Check In tiene premio...**

Descárgala en...



MONTAÑA SEGURA | Buena planificación y prudencia, garantías para practicar barranquismo sin problemas



Un grupo de barranquistas, en pleno descenso. TDA



Grupo de barranquistas con el material adecuado.

profundidad. Hay que tener en cuenta que la mayoría de accidentes, consistentes en fracturas, contusiones y esguinces en piernas y tobillos, se producen por falta de prudencia e información, o por un exceso de confianza, además de por tropiezos y caídas verticales.

La prioridad básica ha de ser la seguridad, para lo que es fundamental conocer también las características de cada uno de los integrantes del grupo, además de las propias capacidades de quien o quienes lo dirigen. Si no se poseen la experiencia, el material y la información suficientes lo más recomendable es acudir a un guía profesional, con el se puede aprender a gestionar el riesgo, a disfrutar del deporte y a conocer el medio.

Incluso los barranquistas más experimentados no deben confiarse, pues este año la situación de los caudales es completamente diferente a la del año anterior, caracterizado por la sequía. A las lluvias y nieve acumulada durante el invierno y la primavera, se suman las tormentas veraniegas que todavía siguen descargando en el Pirineo y Prepirineo.

Información

Montaña Segura ha elaborado tres folletos para la prevención de accidentes en barrancos, todos descargables en www.montanasegura.com. Dos de ellos (uno en español y otro en francés) recogen las recomendaciones que se deben de seguir para disfrutar con seguridad de los barrancos, a las que se añaden toda una serie de teléfonos y otra información de interés. Un tercer material impreso consiste en un mapa a escala 1:70.000 de la zona de la sierra de Guara donde se concentran los barrancos más visitados, aportando fichas técnicas de los del Vero, Peonera, Formiga y Oscuros de Balcés. A ello se suman las mis-



**FEDERACIÓN
ARAGONESA
DE MONTAÑISMO**



Como todos los años, el verano es la estación más propicia para la práctica del barranquismo, más aún este año, caracterizado por una primavera de tiempo inestable y abundante en precipitaciones, lo que ha retrasado el arranque de esta práctica deportiva.

Por este motivo, como cada año,

conviene recordar que todas las actividades que se desarrollan en el medio natural, cualquiera que sea su dificultad, conllevan algunos riesgos que hay que conocer y valorar para prevenirlos y minimizarlos.

En el caso del barranquismo se debe insistir en que es una actividad técnica, que requiere expe-

riencia y un material concreto que es necesario conocer y saber manejar. A lo largo de los años se ha extendido el uso de neopreno y casco homologado, si bien todavía hay muchos grupos que no llevan botiquín ni ningún medio de comunicación; incluso sigue habiendo quienes no tienen información previa del barranco a descender.

También conviene insistir en la necesidad de llevar todo el material necesario para realizar un descenso con seguridad (arneses, cuerdas, cabos de anclaje, descensor, material para equipar un barranco, etc.). Y sobre todo, evitar los saltos innecesarios o a pozas de las que no se posee una buena información acerca de su

Guías y cursos

Si consideras que no tienes suficiente preparación o conocimientos, déjate asesorar: existen profesionales y guías expertos. Y siempre puedes apuntarte a los cursos de formación que realizan los clubes de la FAM.

Información en la web

Consulta también la web www.montanasegura.com, donde encontrarás información sobre la campaña Montaña Segura. Aquí podrás hacer cualquier consulta para aclarar tus dudas sobre la actividad que vayas a realizar.



ado. TDA

mas recomendaciones que en el caso anterior (en ambos idiomas) y la normativa del Parque Natural de la Sierra y Cañones de Guara.

De un modo general, en el Parque Natural de la Sierra y Cañones de Guara no se permite hacer o provocar fuego, la acampada libre, abandonar basuras fuera de los lugares indicados para ello, ni circular con vehículos a motor fuera de las carreteras abiertas al público.

En lo que afecta más concretamente al barranquismo, algunos de los puntos de la normativa se refieren a los grupos. El tamaño máximo de estos será de 10 personas, sin contar el guía, en los barrancos de Vero, Barrasil, Peonera, Balcés Superior y Estrechos de Balcés. En el resto de barrancos, el tamaño máximo de los grupos será de 8 personas, también sin contar el guía, a excepción del Gorgonchón, en el que el tamaño máximo no puede exceder de 4 personas, excluido el guía. Además, la frecuencia mínima de entrada en los barrancos, entre grupos, ha de ser de 10 minutos.

Por último, se obliga al uso de una cuerda de longitud apropiada para cada barranco que presente rápeles, y también del material personal para cada componente del grupo (arnés con descensor y mosquetón). Asimismo, como material personal, es obligatorio el uso de traje de neopreno en las Palomeras del Flumen, Formiga, Gorgonchón, Gorgas Negras, Barrasil, Peonera, Mascún Superior, Balcés Superior, Oscuros del Balcés, Estrechos del Balcés, Fornoal y Vero.

Recuerda que si algo no sale bien, se debe mantener la calma, analizar la situación con serenidad y actuar con sensatez; proteger al herido y, si se está capacitado, practicarle los primeros auxilios; y avisar al 112 de la forma más rápida.

MONTAÑA SEGURA

DE INTERÉS



PLANIFICA LA ACTIVIDAD

- Escoge un barranco adecuado a la experiencia del grupo.
- Infórmate de sus dificultades técnicas y calcula una previsión del horario.
- Averigua datos sobre el caudal y consulta la previsión meteorológica.
- Ten presentes los posibles escapes del barranco por si tuvieras que abandonarlo antes de finalizarlo.
- El barranco puede cambiar cada año su forma: busca información reciente.
- Fórmate y recíclate.
- Avisa adónde vas y el horario en el que tienes previsto regresar.

EQUIPA LA MOCHILA

- Neopreno completo de 5 mm.
- Casco homologado.
- Calzado apropiado.
- Escarpines.
- Arnés, cuerda, cabos de anclaje, descensor y material para equipar si el barranco lo requiere (recomendable siempre).
- Agua y comida abundante.
- Teléfono móvil con la batería cargada.
- Botiquín.
- Linterna o frontal.
- Croquis o descripción del barranco.
- Silbato.
- Navaja.
- Bidón estanco.

ACTÚA CON PRUDENCIA

- Inicia la actividad a una hora prudente.
- Valora de forma constante que el grupo está disfrutando.
- No te separes de tus compañeros, ni dejes a nadie solo.
- No saltes nunca a una poza sin comprobar antes su profundidad o la presencia de obstáculos.
- Extrema el cuidado en las zonas de caos: puede haber sifones peligrosos.
- Si es necesario, ten en cuenta los posibles escapes y utilízalos si algo no sale como debería. Podrás volver otro día.
- Bebe y come adecuadamente, evita las deshidrataciones y las hipotermias.
- Utiliza el croquis del barranco y tu cálculo de horario para asegurarte de que vas sobre lo previsto.
- Comprueba que la meteorología no supone un riesgo.

Panticosa

Una aventura familiar & excursiones en telecabina





Excursiones en bus 4x4



Mirador de los Valles



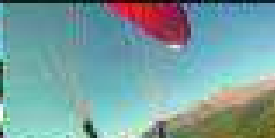
Ibón de Saborec



Ibón de los Años



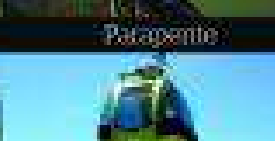
Mirador de Saborec



V.L. Paragente



Mirador de Panticosa



Telecabina Panticosa



BTT



Campeonato España BTT

www.aramonpanticosa.com



aramon
panticosa

Panticosa Turismo S.L. es una entidad sin ánimo de lucro en la que se integran los recursos turísticos de la zona de Panticosa y los servicios de transporte de la zona. El objetivo es promover el turismo sostenible en la zona de Panticosa y los servicios de transporte de la zona. El objetivo es promover el turismo sostenible en la zona de Panticosa y los servicios de transporte de la zona.

EXCURSIÓN | El entorno de Panticosa ofrece magníficas opciones senderistas

El valle de la Ripera, la Paúl Alta y el ibón de Sabocos



Vista aérea de la Peña Sabocos. PRAMES

Desde el aparcamiento de la estación de esquí de Panticosa (1.140 m), se cruza un puente sobre el río Caldarés. Al otro lado, se toma, a la izquierda, un sendero señalizado (PR-HU 95), detrás del edificio de la telecabina. Un antiguo camino remonta la margen derecha del Bolática, río que confluye en el Caldarés, junto al aparcamiento mencionado.

Entre paredes de separación de prados y algunos quejigos gana altura paulatinamente hasta el puente de la Zoche. Tras cruzarlo, el PR se aleja del río y se interna en el bosque, realizando varios zigzag. Pronto desemboca en una zona despejada y completamente abancalada, con fajas horizontales que trepan por la ladera entre los 1.400 y 1.600 m de altitud. Son los Panares de la Trabenosa, antaño parcelas cultivadas de centeno –único cereal que se podía cultivar a esta altura–, convertidas hoy en prados de siega para el ganado. Tras superar el torrente de Ordenal, el camino vuelve a aproximarse hasta el río Bolática, a la altura de un puente de cemento. Sin cruzarlo, se continúa por un bosque de abedules y prados

FICHA

Horario: 7 h 20 min.
Desnivel: 1.040 m.
Distancia: 20,4 km.
Tipo de recorrido: circular.
Texto extraído de: Prames: 'Mapa excursionista 1:25.000. Pirineo aragonés. Valle de Tena' (col. Top 25).

con boj, en paralelo a la margen izquierda del río.

Al otro lado, también sigue en paralelo la pista del valle de la Ripera, que llega a las inmediacio-

nes de un pequeño refugio (1.520 m). El PR progresa y se une a la pista ganadera por este valle en U, esculpido por el hielo de los glaciares, una característica artesa glaciar que el río todavía no ha tenido tiempo de retocar. Próximos al circo que cierra el valle de la Ripera, se deja a la izquierda la ruta del puerto de Tendenera y se empieza a ascender por las tascas hasta la Collata de Paúl (2.040 m). Al otro lado se descubre la Paúl Alta, vaguada ocupada por turberas y zonas encharcadas tras la fusión de la nieve. Sin apenas perder altura se alcanza un collado inmediato, Collata O Berde (2.088 m), situado sobre el principal objetivo de la ruta, el ibón de Sabocos (1.898 m; 3 h 30 min). Con 8,7 ha de superficie, el lago se oculta en el hemisiciclo de cabecera del barranco de la Trabenosa, a los pies del frontón triangular de la Peña Sabocos (2.755 m). Siguiendo las señales del PR-HU 95, en su descenso por las pistas de servicio de la estación de esquí (o también, en época estival y sin esfuerzo, en la telecabina), volvemos a Panticosa (7 h 20 min.).

PRAMES

PROTECCIÓN LEGAL

LAGOS DE ALTA MONTAÑA



Ibón de Sabocos. PRAMES

En reconocimiento a su importancia e interés medioambiental, un buen número de los ibones aragoneses ha pasado a formar parte de los espacios protegidos de la Comunidad, dentro del Inventario de Humedales Singulares que se desarrolló al amparo del Decreto 204/2010. Este decreto contempla como Humedales Singulares de Aragón aque-

llos lugares del territorio aragonés relativos a las aguas continentales que conciten interés por su flora, fauna, valores paisajísticos y naturales, geomorfología o por la conjunción de varios de estos valores, recogiendo más de 200 zonas y complejos de humedales correspondientes a 9 tipologías distintas, entre las que se halla la de 'Lagos de alta montaña'.

Promoción Especial Enamorados

Sorprende a tu pareja con un regalo muy especial

Elige entre cualquiera de estas estancias de ensueño a un precio que no podrás rechazar...

por solo
125 €
precio paquete para dos personas

Conseguir uno de estos viajes de ensueño es muy fácil

1. HAZ TU RESERVA

Envía un e-mail a promocionesheraldo@halcon-viajes.es
Llama al teléfono
976 221 030

2. RECOGE TU VIAJE

Canjea este cupón en cualquier agencia de Halcón Viajes por tu pack de viaje. Consulta el listado de agencias en www.halconviajes.com

VALE

x 1 estancia para 2 personas en uno de estos lugares de ensueño

- ☐ Hotel Barceló Monasterio de Boffa
- ☐ Hotel Reina Felicia de Jaca
- ☐ Hospederías de Aragón
- ☐ Hotel Meliá Zaragoza
- ☐ Hotel Barceló Jaca Golf & Spa
- ☐ Hotel Baleario Sercotel Alhama de Aragón

por solo **125 €**



HERALDO
DE ARAGÓN

Hotel Barceló Monasterio de Boffa

★★★★★



PVP
~~235 €~~

Habitación Doble Superior / desayuno

Entrada para dos personas al Circuito SPA, Aguas del Ana /

Cena romántica para dos personas

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

Hotel Reina Felicia de Jaca

★★★★★



PVP
~~180 €~~

Habitación Doble / desayuno

Entrada para dos personas al SPA Circuito Termal

Cena romántica para dos personas

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

Hospederías Aragón

Castillo Papa Luna
San Juan de la Peña
La Iglesia del Cid



PVP
~~180 €~~

Paquete romántico: Castillo, Palacio o Monasterio de Aragón

Habitación doble / desayuno

Cena romántica para dos personas

Acceso al SPA en el Monasterio de San Juan de la Peña

Bombones y cena en la habitación en Papa Luna y La Iglesia

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

¡NOVEDAD!

Hotel Meliá Zaragoza

★★★★★



PVP
~~180 €~~

Una noche en habitación doble / desayuno. Buffet con platos de cocina

Masaje con chocolate 20 minutos

Copa Premium con Chateau d'Ay (precio suplemento)

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

¡NOVEDAD!

Hotel Barceló Jaca Golf & Spa

★★★★★



PVP
~~210 €~~

Una noche en habitación doble / desayuno

Entrada para dos personas al circuito SPA

Cena romántica para dos personas

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

Hotel Baleario Sercotel Alhama de Aragón

★★★★★



PVP
~~210 €~~

Una noche en habitación doble / desayuno

Cena romántica para dos personas

Acceso a la piscina activa termal

Acceso al circuito Aquilama

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

ARAGÓN

país de montañas

ANDADAS | La primera Liga de Gran Fondo superará su ecuador con la Calcenada

Grandes andarines para grandes recorridos



Participantes de la Jorgeada de este año. RAFA CORED

El calendario de Andadas Populares es extenso. Lo componen 58 recorridos, entre los que hay algunos que destacan por su distancia o por su dureza. La Federación Aragonesa de Montañismo ha seleccionado cuatro de estos últimos para hacer la primera liga de Andadas de Gran Fondo. Dos han sido escogidas por su larga distancia: la Jorgeada, que ya se celebró el pasado 23 de abril; y la Calcenada, que se hará el próximo 2 de agosto; y otros dos por su dureza: la 40 x 4000 de Luesia, que tuvo lugar el pasado 1 de junio; y la de Lizara, que está previsto que se desarrolle el próximo 15 de septiembre.

En casi todos los clubes de montaña hay andarines capaces de hacer estos recorridos, que no son carreras o competiciones en sí, pues reto consiste en superarse a uno mismo, bajando los tiempos de ediciones anteriores. No obstante, los organizadores controlan el orden de llegada, sin importar los tiempos, y otorgan unas puntuaciones que, al final de la temporada, se suman y dan los ganadores de esta liga de Andadas de Gran Fondo.

Hace unos años, la gente pensaba que estos grandes retos eran la afición de cuatro locos. Hoy en día, después de varios años, los practican muchos andarines, aprovechando las infraestructuras y el despliegue de medios que los organizadores ponen a disposición de los participantes para que cualquiera lo intente, sabiendo que va a tener apoyos en toda la ruta.

Participar y no acabar no es fracaso alguno; solo intentarlo es ya admirable. Muchos de los participantes que no se creían capaces



Imagen habitual de una andada. RAFA CORED

CLASIFICACIÓN PROVISIONAL

I Liga de Andadas de Gran Fondo

- 1- José Luis González Pina (Os Andarines). 94 puntos.
- 2- Joaquín Burillo Tarragüel (Os Andarines). 89 puntos.
- 3- Eduardo Gil Martínez (Os Andarines). 86 puntos.
- 4- Luis Malo Arruga (Os Andarines). 84 puntos.
- 5- María Antonia Sesma Jimeno (Os Andarines). 67 puntos.
- 6- Ventura del Cerro López (Os Andarines). 60 puntos.
- 7- José Miguel García Pérez (CM Trotamonteros). 60 puntos.
- 8- Olalla Tavera Delgado (CM Fayánas). 60 puntos.
- 9- Pedro Manuel Moraza Morales (Os Andarines). 59 puntos.
- 10- Carmelo Gabás Ruiz (Atalaya). 54 puntos.

de finalizar el recorrido, lo han conseguido. Para ello, lo mejor es ir entrenando en andadas pequeñas y, poco a poco, ir aumentando la distancia hasta que uno se ve capaz de probarse en una de estas grandes andadas.

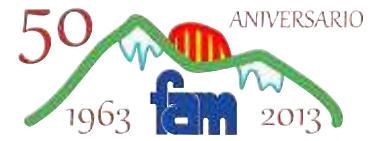
En la liga solo puntúan los andarines federados en Montaña, lo que no significa que no pueda participar cualquier persona que no esté federado. Hacer alguna de las cuatro Andadas de Gran Fondo y, sobre todo, terminarla reporta una enorme satisfacción para cientos de senderistas.

Los andarines que forman parte de la clasificación de la primera Liga de Andadas de Gran Fon-

do no solo participan en estas citas, sino que lo hacen en la mayoría de las 58 andadas del calendario aragonés e, incluso, se desplazan por la geografía española para hacer otras grandes marchas, como son los 101 km de Ronda, las 69 millas romanas de Mérida, los 100 km de Madrid o de Ponferrada, etc.

Son capaces de hacer 100 km una semana y a la siguiente también, o de presentarse a las grandes marchas de alta montaña en Aragón. Pero, sobre todo, en Os Andarines estamos orgullosos del plantel que nos representa en cada una de ellas.

JOSÉ MARÍA GÁLLEGO DUQUE



AGENDA DEPORTIVA

■ CM Castiliscar

Tel.: 9786 325 085.
rastacasti@hotmail.com
www.castiliscar.net

Barranquismo

Fecha: 27 de julio.
Lugar: barranco del río Vero.

■ Club Alpino Universitario

Tel.: 976 762 297.
info@clubalpinouniversitario.com
www.clubalpinouniversitario.com

Barranquismo

Fecha: 27-28 de julio.
Lugar: valle del Benasque.

■ CM As Cimas

Tel.: 976 736 141.
club@ascimas.com
www.ascimas.com

Barranquismo

Fecha: 27-28 de julio.
Lugar: Bibet y Canceigt.

■ CM Isuara

Tel.: 976 820 995.
cmisuara@hotmail.com

Montañismo

Fecha: 27-28 de julio.
Lugar: casco de Marboré por las clavijas de Catatuero.

■ CM China Chana

chinachanaventura@hotmail.es

Montañismo

Fecha: 27-28 de julio.
Lugar: Monte Perdido.

■ CM Pueyo Aventurero

Tel.: 676 78 51 62
clubmpueyoaventurero@gmail.com
http://clubes.cibermonte.com/cmpa

Senderismo

Fecha: 27 de julio.
Lugar: balsa de Lumiacha (Balneario de Panticosa).

■ Club Litera Montaña

Tel.: 619 846 619.
clublitera@hotmail.com
www.clublitera.binefar.es

Senderismo

Fecha: 28 de julio.
Lugar: ibones de Botornás.

■ CM Campo de Borja

Tel. 626 806 653
cdmcdcb@hotmail.es
http://clubdemontanacampodeborja.blogspot.com.es/

Montañismo

Fecha: 27-28 de julio.
Lugar: Palas.

■ CM Tertulia Albada

Tel. 636 174 633.
http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/

Senderismo

Fecha: 27-28 de julio.
Lugar: valle de Christau-ibón Basa de la Mora.



Ibón de Basa Mora. PRAMES