



Montaña Segura Método de Ayuda para la Planificación de Actividades

La información que proporciona MAPA sobre la actividad debe ser compartida por todo el grupo para incrementar su seguridad y motivación. PRAMES



El programa Montaña Segura del Gobierno de Aragón ha programado para el mes de octubre tres jornadas de presentación del proyecto 'Método de Ayuda para la Planificación de Actividades' (MAPA), concebido como una herramienta de acceso libre y gratuito para facilitar la planificación de una actividad en montaña.

MAPA es un recurso incluido ya en la web de Montaña Segura (www.montanasegura.com), que permite al usuario programar su actividad y elaborar una ficha para conocer los tiempos, desniveles, dificultades, materiales necesarios y peligros existentes en la ruta, el grado de exposición que se asume y las me-

didias propuestas para minimizarlo. Las fichas, que incluyen también un mapa cartográfico del recorrido, pueden descargarse, imprimirse y compartirse dentro y fuera del grupo interesado en la actividad, antes de su realización.

La presentación tendrá lugar en las tres capitales aragonesas, en sesiones de dos horas de duración (de 19.00 a 21.00), con estas citas: en Zaragoza, el 18 de octubre en la sede de la FAM (c/ Alameda, 7); en Huesca, el día 20 en la sede del club Peña Guara (c/ Vicente Campo Palacio, 9); y en Teruel, el miércoles 26 en la sede de la Fundación Caja Inmaculada (c/ Joaquín Arnau, 3) entidad que también ha ofrecido su

colaboración para la actividad. El acceso es libre y gratuito y solo se requiere inscribirse previamente en el siguiente enlace: <https://goo.gl/forms/B210Y41-PyHqOVb4H3>.

Utilidades y usuarios

La utilidad MAPA está dirigida a cualquier persona que salga a la montaña, en solitario o en grupo, como responsable de una actividad (monitores de campamentos, responsables de salidas en clubes o empresas), o como guía benévolo de un grupo de amigos. La aplicación no está pensada únicamente para la persona que organiza la salida, la idea es que la ficha generada sea compartida con el resto del grupo o, en el

caso de los montañeros solitarios, con una persona de contacto que pueda dar aviso a los servicios de emergencias si no se cumple el plan de ruta. De esta forma, se implica al grupo en la planificación de la actividad, potenciando su motivación.

MAPA permite planificar la actividad (elección del recorrido, desniveles, horarios...), visualizar el recorrido sobre un mapa (solo para Aragón), y crear un Método de Información de Excursiones (MIDE), cuadro técnico que evalúa distintos aspectos de la dificultad del recorrido (severidad del medio natural, orientación, desplazamiento, esfuerzo y otros). Esto permite analizar riesgos y adop-

tar medidas para minimizarlos. Toda esa información la podemos llevar con nosotros en la montaña.

En el caso de actividades organizadas por un club, asociación o empresa de turismo activo, la ficha es un reflejo del trabajo de planificación y puede remitirse previamente a los participantes, añadiendo las exigencias en cuanto a material y formación necesarios. También incorpora documentos modelo de consentimiento informado, consentimiento paterno para menores y ficha médica, muy importantes en materia de seguridad y de responsabilidad del organizador o conductor del grupo.

MONTAÑA SEGURA

II-III / EL KILÓMETRO VERTICAL DE CANFRANC CERRÓ LA COPA FAM DE CARRERAS POR MONTAÑA

IV-V / EL FUTURO DE LA ESCALADA SE CITÓ EN EL CAMPEONATO DE DIFICULTAD DE ZUERA

VI / EXCURSIÓN OTOÑAL POR LAS HOCES DEL RÍO PIEDRA A TRAVÉS DEL GR 24

VIII / XV ARAGÓN SUR, CARRERA, MARATÓN DE MONTAÑA Y MARCHA SENDERISTA

29 DE SEPTIEMBRE DE 2016

PROMUEVE:



CON LA GARANTÍA EDITORIAL DE:



PATROCINAN:



ARAGÓN país de montañas

CARRERAS | Copa FAM de Carreras por Montaña 2016



El Kilómetro Vertical de Canfranc

Vanesa Pascual, ganadora del IV KV de Canfranc. FOTOS: ADECOM



Manu Martos en un momento de pleno esfuerzo.



Podio femenino del IV KV de Canfranc.



Podio final de la Copa Aragonesa de Carreras por Montaña.



Los ganadores del IV KV de Canfranc.

Un total de 50 corredores se dieron cita en la última prueba puntuable para la Copa FAM de Carreras por Montaña 2016, el IV Kilómetro Vertical de Canfranc 'Subida a El Porté' (2.440 m). Aunque el pronóstico climatológico no era bueno, lo que hizo que mermara la participación, finalmente el tiempo aguantó sin lluvia hasta después de la entrega de premios. Solo la niebla apareció en algún momento de la prueba, en la parte alta del recorrido.

Mikel Beunza, del club Txurriegi, fue el ganador con un tiempo de 46 min 50 seg, seguido del aragonés Dani Magallón, del club Atlético Sobrarbe, y de Tedy Garzón, del club Trizurco. Dani Magallón se proclamó campeón de la Copa FAM de Carreras por Montaña 2016 en categoría absoluta masculina con 340 puntos, seguido de David Rebullida (300 p), y de Luis Manuel Najas (286 p).

En categoría femenina, el pódium del KV fue completamente aragonés, con Vanesa Pascual, del club Gamte, en primera posición, seguida de la jaquesa Orosia Juanín, del club Asamun, y de Astrid García, del club Pirineísta Mayencos. Vanesa Pas-

CLASIFICACIONES IV KV DE CANFRANC (COPA DE ARAGÓN)

Sénior Masculino

- 1- Mikel Beunza 46:50 (FNDME).
- 2- Dani Magallón 47:51 (CAS-FAM).
- 3- Tedy Garzón 49:01 (FNDME).

Sénior Femenina

- 1- Vanesa Pascual 1:01:31 (Gamte-FAM).
- 2- Orosia Juanín 1:07:56 (Asamún-FAM).
- 3- Astrid García 1:08:30 (Mayencos-FAM).

Promesa Masculino

- 1- Olmo Allué (GTACAM-FAM).
- 2- Ricardo Salgado (Montañeros de Aragón-FAM).

Junior Masculino

- 1- Pablo Oderiz (Candanchú Ski Alpino-FAM).
- 2- Iosu Martín (FNDME).
- 3- Iñaki San Juan

Veterano Masculino

- 1- Mikel Beunza (FNDME).
- 2- Tedy Garzón (FNDME).
- 3- José A. Algueta (Asamún-FAM).

Veterana Femenina

- 1- Astrid García (Mayencos-FAM).
- 2- Beatriz Valades (Club Atletismo Jaca-FAM).
- 3- Laura Guerra.

COPA DE ARAGÓN DE CARRERAS POR MONTAÑA

Sénior Masculino

- 1- Dani Magallón (Club Atlético Sobrarbe).
- 2- David Rebullida (Club de Montaña Ibonciecho).
- 3- Luis Manuel Najas (Grupo de Alta Montaña de Teruel).

Sénior Femenina

- 1- Vanesa Pascual (Grupo de Alta Montaña de Teruel).
- 2- Orosia Juanín (Asamún).
- 3- Sheila Martín (Kolektivo Vertical).

Promesa Masculino

- 1- Ricardo Salgado (Montañeros de Aragón).
- 2- Olmo Allué (Grupo de Alta Montaña de Teruel).
- 3- Guillermo Jiménez (CM Guardia Civil)

Promesa Femenina

- 1- Alba Martos (CN Sarrios Zaragoza).
- 2- Sara Coscolla Palma.

Veteranos A Masculino

- 1- David Rebullida (Club de Montaña Ibonciecho).
- 2- José A. Algueta (Asamún).
- 3- Carlos F. Irisarri (Orinoco La Cordada)

Veteranas A Femenina

- 1- María Pilar Prades (Orinoco La Cordada).
- 2- Beatriz Valades

(CA Triatlón Jaca).

3- Astrid García (CP Mayencos)

Veteranos B Masculino

- 1- Manuel Martos (CM Sarrios).
- 2- Victoriano Arazo (CM Sarrios).
- 3- José A. Alfaro (Grupo de Alta Montaña de Teruel)

Veteranas B Femenina

- 1- Amparo Abad (AD Llanos del Hospital).
- 2- Carmen Montoliu (Mur i Castell Tuga).
- 3- Cecile Thibaud

Cadete Masculino

- 1- Juan Servera (Panticosa Esquí).
- 2- Jorge Adán (Kolektivo Vertikal).
- 3- Ignacio Franco (Os Andarines)

Cadete Femenina

- 1- Yaiza Miñana (Grupo de Alta Montaña de Teruel).
- 2- Claudia Valero (Club Atlético Sobrarbe).

Junior Masculino

- 1- Dani Osanz (CM Sarrios).
- 2- Josu Martín Izcue (CD Aralar Mendi).
- 3- Aitor Miguel Labrador (Los Arañones).

Junior Femenina

- 1- Rebeca Montañés (Grupo de Alta Montaña de Teruel).
- 2- Leire Fernández.
- 3- Janire Aguirre (Idiazabal Aseplan MT).

cual se proclamó campeona absoluta femenina de la Copa Aragonesa de Carreras por Montaña 2016 con 368 puntos, seguida por Orosia Juanín (358 p), y Sheila Martín (262 p), que hizo un quinto puesto en Canfranc.

El recorrido estuvo completamente balizado con cintas y banderas, además de contar con los respectivos controles de paso y orientativos. La salida estaba situada al final de la pista que da acceso a la canal de Izas para continuar por un sendero PR 3 que lleva hacia el refugio de las Menorias. Con un recorrido de 3,8 km y un desnivel positivo acumulado de 1.110 m+, la llegada estaba ubicada en la cima de El Porté, justo en la misma divisoria que une el vértice Anayet y el pico Anayet.

La prueba contó con dos avituallamientos. El primero, situado en la cota de 2.070 metros, donde los cadetes tenían fijada la línea de meta tras los 2,5 km de distancia y 740 metros desnivel positivo acumulado de su prueba. El segundo avituallamiento estaba situado en la línea de llegada, en la cima de El Porté. Igualmente, al llegar a Canfranc los deportistas también tuvieron un avituallamiento previo a la entrega de premios.

Gran participación

En esta IV edición del Kilómetro Vertical de Canfranc 'Subida a El Porté' cabe destacar la gran participación registrada en las categorías cadete y junior, a pesar de ser una prueba muy exigente. La entrega de premios se realizó a las 14.00 en la plaza del ayuntamiento de Canfranc, con la participación de Fernando Sánchez, alcalde de Canfranc, Jesús Rivas, delegado de la FAM y Ramón Bellerá, presidente de la Asociación Deportiva de Competiciones de Montaña (Adecom), organizadora de la prueba. Para concluir el encuentro deportivo se hizo una comida en el polideportivo de Canfranc.

También hay que resaltar el gran apoyo recibido por parte del Ayuntamiento de Canfranc, su gran colaboración para hacer posible la celebración del Kilómetro Vertical. El alcalde, Fernando Sánchez, recibió de parte del presidente de Adecom un recuerdo conmemorativo por todos los años que el Consistorio lleva apoyando el desarrollo de esta carrera. Por último, queremos destacar la gran colaboración ofrecida por la comarca de La Jacetania, Cruz Roja, Protección Civil de La Jacetania y todos los patrocinadores y empresas que han colaborado en este KV de Canfranc, sin olvidar al grupo de voluntarios, sin cuya gran labor no podría realizarse la carrera.

RAMÓN BELLERÁ
Presidente de Adecom

NOTICIAS DEPORTIVAS



Cartel de la IV Carrera Popular.

■ ANDADAS

IV Carrera Solidaria Virgen del Pilar 2016

La Comandancia de la Guardia Civil de Huesca y Cruz Roja Española, con la colaboración del Club Atletismo Huesca, organizan este domingo, 2 de octubre, la IV Carrera Solidaria 'Virgen del Pilar 2016'. Se trata de una cita participativa y solidaria, no competitiva, que consiste en una caminata y una carrera con un recorrido de 7.500 m entre el Palacio de los Deportes de Huesca y el santuario de Loreto, por camino de tierra y asfalto.

La salida de la caminata será a las 10.30 y la de la carrera a las 11.00. La distancia y el horario de salida serán los mismos para todas las personas, sin distinción de edad o sexo. La recaudación de las inscripciones será destinada a los 'Planes para la infancia en vulnerabilidad social' de Cruz Roja Española. Los interesados pueden inscribirse en la web www.sportevento.com, y el día de la carrera, a partir de las 8.30, en el lugar de salida. Más información en: www.clubatletismohuesca.com y www.cruzrojahuesca.org.

■ ROLLERSKI

I Trofeo Rollerski Quionne Stadium Casablanca

La sección de montaña y esquí del club Stadium Casablanca ha organizado para este sábado, 1 de octubre, en el Parque José Antonio Labordeta de Zaragoza (Parque Grande), Avenida de los Bearneses, el I Trofeo Rollerski Quionne Stadium Casablanca Ciudad de Zaragoza. Están previstas tres pruebas:

- Hasta 13 años, con un recorrido de 1,6 km y salida a las 10.00.
- De 14 a 17 años, 5 km, con salida para las damas a las 10.30 y para los hombres a las 11.00.
- De 18 años en adelante, 8 km, con salida para las damas a las 11.45 y los hombres a las 12.30.

La organización suministrará 'rollerskis' (Quionne), con rueda lenta para todos los corredores de las dos últimas categorías, que se devolverán al término de la prueba. En caso de haber más de 20 atletas para una salida, se realizarán previamente sprints clasificatorios de 1 km. A las 9.00, se realizará la entrega de dorsales y se abrirá el circuito para calentamiento y reconocimiento por los corredores. Más información en www.quionne.es/race y www.stadiumcasablanca.com/deporte-federado/monta-esqui

■ ANDADA

Andada popular y marcha en bicicleta Cofita-Fonz

La Asociación Down Huesca en su 25 aniversario ha organizado para este sábado una andada popular y marcha en bicicleta entre las localidades de Cofita y Fonz, con un recorrido de unos 7 kilómetros. En la organización de esta actividad festiva y solidaria colaboran los clubes de la FAM Club Litera de Montaña (Binéfar), y Club Montisonense de Montaña (Monzón), junto a otras entidades deportivas de la comarca del Cinca Medio como el Club Ciclista Binéfar y el Club Ciclista de Monzón. Con la iniciativa se pretende recaudar fondos para terminar de construir el albergue y centro de vida independiente La Sabina, que Down Huesca lleva varios años construyendo en Fonz. Las inscripciones son gratuitas y pueden realizarse en la web www.downhuesca.com.

■ ESCALADA

Curso de iniciación del Club Litera de Montaña

El club Litera Montaña organiza un curso de iniciación a la escalada que tendrá lugar los días 5 y 6 del próximo mes de noviembre. El coste del curso es de 30 €, que serán destinados íntegramente al Servicio de Pediatría del Hospital de Barbastro. Para información e inscripciones, contactar a través de la web: <http://clublitera.binefar.es/formacion/> y del teléfono 619 846 619.

ARAGÓN
TU REINO

www.turismodearagon.com

www.facebook.com/TurismodeAragon

[@aregonturismo](https://twitter.com/aregonturismo)

VIVE ARAGÓN EN TU MOVIE

ARAGÓN

GOBIERNO DE ARAGÓN

ESCALADA | Campeonato de Aragón de Escalada de Dificultad

Rebeca Pérez y Roberto Larripa se imponen en Zuera



Foto de grupo de los participantes en el campeonato celebrado en Zuera. FOTOS: CARLOS OLIVA

El domingo 25 de septiembre, se celebró en Zuera el Campeonato de Aragón de Escalada de Dificultad. En esta edición hubo dos categorías en competición, sub 18 y absoluta. En la categoría juvenil hubo grandes contrastes de edades, de 12 a 17 años, pero un gran nivel técnico por parte de todos los competidores.

En la categoría absoluta se dieron cita escaladores experimentados como Roberto Larripa y otros incipientes como David González (del Grupo de Montaña Boira). En la ronda clasificatoria, disputada a partir de las 10.00, todos los competidores escalaban una vía equipada por Arturo Campos y Lucas Cano, y en la que tuvieron que esforzarse al máximo en cada movimiento para intentar llegar al 'top'. No todos lo consiguieron.

La ronda final comenzó en torno a las 13.00 y las vías estuvieron muy disputadas, resolviéndose en algún caso por una presa y en otro, en categoría sub 18 femenina, con una emocionante súper final entre Sonia Marquier (Montañeros de Aragón) y Laura Pellicer (Grupo de Montaña Boira), que hizo vibrar al público.

CLASIFICACIÓN
CLASIFICACIÓN
CLASIFICACIÓN

CAMPEONATO DE ARAGÓN (ZUERA, 25/09/2016)

Femenina Absoluta

1- Rebeca Pérez Duato (CM Helios).

Masculina Absoluta

1- Roberto Larripa Ibáñez (Escaladores de Guara).

2- David González (GM Boira).

3- David Escolano (GM Boira).

Femenina Sub 18

1- Sonia Marquier (Montañeros de Aragón).

2- Laura Pellicer (GM Boira).

3- Liena Burillo (Montañeros de Aragón).

Masculina Sub 18

1- Enrique Beltrán (CM Monreal).

2- Juan Marzo (Montañeros de Aragón).

tañeros de Aragón) y Laura Pellicer (Grupo de Montaña Boira), que hizo vibrar al público.

En categoría sub 18 femenina la ganadora fue Sonia Marquier, de Montañeros de Aragón; en categoría sub 18 masculina, Enrique Beltrán, del CM Monreal; en categoría absoluta femenina la ganadora fue Rebeca Pérez, del CM Helios (actual Campeona de Copa de España de Dificultad Sub

20), y en categoría absoluta masculina, Roberto Larripa, de Escaladores de Guara. El premio al mejor club del Campeonato ha sido para Montañeros de Aragón de Zaragoza.

Apoyos

En la mañana del domingo y durante la entrega de trofeos, contamos con la presencia de Luis Zubieta, alcalde de Zuera; José

Manuel Salazar, concejal de Deportes; Fernando Lahoz, vicepresidente de Formación y Tecnificación de la Federación Aragonesa de Montañismo, y Raúl Martínez, presidente del Grupo de Montaña Boira.

El Grupo de Montaña Boira, junto con la Federación Aragonesa de Montañismo, el Gobierno de Aragón (Departamento de Educación, Cultura y Deporte) y el Ayuntamiento de Zuera, han sido las entidades que se han encargado de la organización de esta prueba. Tampoco nos podemos olvidar en los agradecimientos de los patrocinadores del campeonato, que han sido una pieza muy importante para la celebración del mismo.

Después de la entrega de trofeos se hizo un sorteo de lotes de regalos aportados por las firmas Boreal, Altus, Trangoworld, Korda's, Herbalife y Riglos Vertical, nuestro agradecimiento a todos ellos. Reseñar también a un artista plástico afincado en Zuera, Chema Agustín, que se ha encargado del diseño del cartel de la

prueba y de la camiseta oficial del Campeonato.

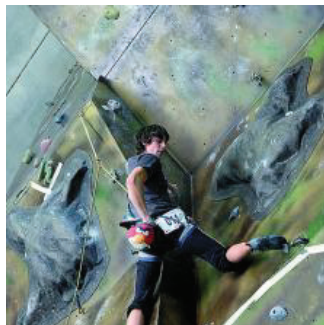
Desde la escuela

En Aragón tenemos unos Juegos Deportivos en Edad Escolar que cuentan con la escalada como una de sus modalidades, con una franja de edad de los 6 a los 15 años (categorías iniciación a cadete). Somos pioneros y referentes en España y se cuenta con una alta participación en todas las pruebas que se disputan. Por tener una referencia, en el último Campeonato Autonómico, que se disputó en las instalaciones del Dock39 de Zaragoza el pasado mes de junio, se registró una participación de 121 niños y niñas, con lo que el futuro de la escalada en Aragón está cubierto.

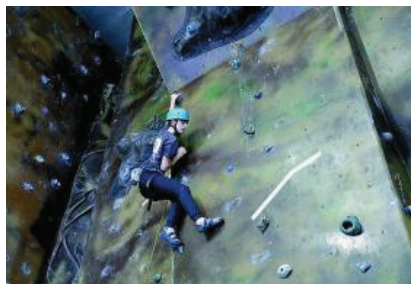
Desde la Federación Aragonesa de Montañismo, teniendo como referente este volumen de escaladores, se ha querido retomar tanto el Campeonato de Aragón de Escalada en Bloque, celebrado en Monreal del Campo el pasado mes de julio, como el Campeonato de Aragón de Escalada de Dificultad de Zuera. La inten-

TOKIO 2020. La FAM ha retomado los Campeonatos de Aragón de Escalada en Bloque y de Dificultad pensando también en el horizonte de los Juegos Olímpicos de Tokio 2020.

CANTERA. El último campeonato autonómico de Escalada de los Juegos Deportivos en Edad Escolar, disputado en Zaragoza, registró una participación de 121 niños y niñas.



David González (categoría Absoluta Masculina), en plena progresión.



Sofía Antón, en el rocódromo de Zuera.



Rebeca Pérez, campeona de la Copa de España de Dificultad Sub 20, no tuvo competencia en Zuera.



Laura Pellicer, Sonia Marquier, Enrique Beltrán y Juan Marzo.

ción es mantenerlo en el tiempo, modificando sedes y fechas, e intentar adaptar estas competiciones pensando en el horizonte de los Juegos Olímpicos de Tokio 2020, en los que la Escalada Deportiva será olímpica por primera vez. Allí se puntuará de una manera concreta, premiando al escalador más completo según el sistema Overall, que evalúa las tres modalidades de escalada (dificultad, bloque y velocidad).

Desde el Centro de Tecnifica-

ción de Escalada Deportiva de Aragón se ha hecho un gran esfuerzo para que sus escaladores asistan a este último Campeonato de Aragón. Desde la Vocalía de Árbitros de Escalada junto con el Comité Técnico de Árbitros de FAM, queremos trabajar para mantener y mejorar la escalada deportiva en los Juegos Deportivos en Edad Escolar, innovar e impulsar la escalada en las franjas de edades de 16 a 19 años para intentar dotarles de unas prue-

bas de ámbito autonómico en las que puedan participar. En categoría absoluta, abriremos un proceso para intentar iniciar y consolidar la competición en su franja de edad, pero para ello necesitamos la implicación de todos los entes que intervienen en el desarrollo de las competiciones: competidores, clubes, administraciones públicas, federación, etcétera.

CARLOS OLIVA CURA

Vocal de Árbitros de Escalada FAM

SEAS COMO SEAS TENEMOS UNA MONTAÑA PARA TI



ABONO

TEMPORADA

ARAMÓN 283 KM



DESDE

95€/MES

PAGO FRACCIONADO

¡COMPRA HASTA EL 8 DE NOVIEMBRE
AL MEJOR PRECIO!



aramón

MONTAÑAS DE ARAGÓN



SIGUE TODAS NUESTRAS PROMOCIONES Y OFERTAS EN WWW.ARAMON.COM

BOSQUES OTOÑALES | Un paseo por Aldehuela de Liestos y Torralba de los Frailes



Hoces del río Piedra por el GR 24

Panorámica de las Hoces del río Piedra en Torralba de los Frailes. FOTOS: JAVIER ROMEO

La semana pasada reseñábamos el Sendero Turístico GR 15 entre Sarvisé y Fanlo, salida del Aragón a pie por GR' programada para este sábado 2 de octubre, que atraviesa el bosque de la Pardina del Señor, espectacular en otoño. En ésta y en próximas semanas seguiremos recomendando excursiones, que hemos llamado 'Bosques otoñales', espacios que se llenan de color en el inicio de la estación preinvernal. Las Hoces del río Piedra son uno de ellos.

El río Piedra nace en Rueda de la Sierra (Guadalajara) y discurre en meandros encajados entre las calizas dolomíticas. Este paraje, con gran potencial turístico, entre Torralba de los Frailes y Aldehuela de Liestos, es conocido como las Hoces, donde se funden roca y una frondosa vegetación. El GR 24 transita por las hoces, tanto por su interior como sobre sus acantilados.

Desde Aldehuela

Nuestra excursión toma el GR 24 desde Aldehuela de Liestos. Después de la zona acondicionada como parque, el primer estrechamiento que sale al paso es la Puerta de la Hoz, donde encontramos un primer pozo de los varios que excava el río. Pronto daremos con el desvío de la Senda del Mirador, que se eleva sobre los paredones de la margen orográfica izquierda. Desde el nuevo mirador acondicionado, pode-

DATOS ÚTILES

Aldehuela de Liestos

- Horario: 2 h 40 min.
- Desnivel de subida: 145 m.
- Desnivel de bajada: 145 m.
- Distancia: 9,3 km.
- Tipo de recorrido: circular.

Torralba de los Frailes

- Horario: 1 h 40 min.
- Desnivel de subida: 195 m.
- Desnivel de bajada: 195 m.
- Distancia: 5,7 km.
- Tipo de recorrido: circular.



Torrejón del molino, sobre las hoces en Torralba de los Frailes.



Aldehuela de Liestos.

mos disfrutar de una magnífica visión de las Hoces y las parameras que las circundan. Continuamos para volver hasta el lecho del río y regresar a Aldehuela junto a él.

En este recorrido por el fondo de las Hoces, caminaremos entre los cortados, que llegan a los 100 m de altura. El paseo progresa bajo la fronda de un bosque galería; también aparecen varias cuevas y un aprisco ganadero, y se descubren los restos de infraestructuras hidráulicas del pasado. Como aderezo, la ruta aportará información didáctica sobre los principales valores naturales y culturales que atesora este entorno.

El GR 24 también permite las opciones de proseguir por las Hoces hasta Torralba de los Frai-

les o de cerrar un circuito por la margen orográfica derecha de estos hermosos cortados. También se puede ampliar el recorrido, aguas arriba del Piedra, por la ruta de Torralba de los Frailes que comentamos ahora.

Desde Torralba

Cerca de Torralba de los Frailes, las Hoces del río Piedra son una tierra de contrastes y paisajes asombrosos. Se trata de un recorrido circular, colmado de roca, de agua y de vegetación.

El principio y el final, lo encontramos en el antiguo molino de Torralba. Desde el pueblo, tomamos la pista rodada del GR 24 (5,5 km). Comenzamos la excursión en los restos de un antiguo molino, conocido como 'Torrejón del Molino' o 'Pozo de las Es-

caleras'. Cruzamos el azud que remansaba las aguas del río Piedra (adonde regresaremos) y abandonamos su curso, junto a aliagas y gamones. Nos adentramos en un carrascal por una subida suave y un sendero bien trazado en la margen orográfica izquierda de las Hoces. Seguimos inmersos en el bosque, al lado de carrascas y quejigos. Hay que fijarse en las marcas y mojones de piedra para no desorientarse. Unos 200 m más adelante, alcanzamos el mirador del Reconquillo.

Continuamos el camino y descendemos hasta el río, al principio, llaneando. Llegamos a la orilla del río Piedra, al fondo del barranco: las Hoces. Estamos bajo las rocas calizas sobre las que caminábamos antes, con una vege-

tación mucho más espesa. A lo mejor hay que descalzarse para cruzar el río, pero este tramo no lleva tanta agua.

En este momento, quedan 2 km para disfrutar del espectáculo natural. Avanzamos, pegados al río, a nuestra izquierda. Unos residentes rupícolas viven y anidan en la roca (chovas piquirrojas, búhos reales, alimoches, buitres leonados...). Progresamos en medio del vergel, con el río escoltándonos. Ahí está, de nuevo, el Pozo de las Escaleras. Cruzamos, una vez más, el río, con cuidado, pues hay una caída a la derecha. Por fin, seguimos la acequia para volver. Otra opción es proseguir por las Hoces, siguiendo la señalización del GR 24 hacia Aldehuela de Liestos.

PRAMES

Escapada romántica

Heraldo te ofrece una escapada única a un precio inmejorable



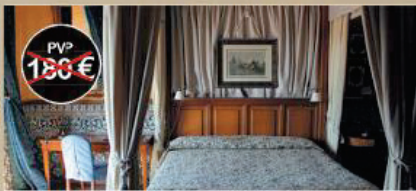
HOTEL SPA AGUAS DE LOS MALLOS ****
Incluye: Habitación Doble / Desayuno / Entrada para dos personas al Circuito SPA / Cena para dos personas.



HOTEL SILKEN ORDESA ****
Incluye: Habitación doble/Desayuno/Bombones y cava en la habitación. Y a elegir entre cena para dos personas o entrada al spa para dos personas.



HOTEL BALNEARIO ALHAMA DE ARAGÓN ****
Incluye: Habitación doble/Desayuno/Acceso a la piscina termal activa. Y a elegir entre cena y tratamiento chorro termal para dos personas o acceso al circuito Aqualhama para dos personas.



HOSPEDERÍA CASTILLO PAPA LUNA
Incluye: Habitación doble / Desayuno / Cena para dos personas / Bombones y cava en la habitación.



HOSPEDERÍA PALACIO IGLESUELA DEL CID
Incluye: Habitación doble / Desayuno / Cena para dos personas / Bombones y cava en la habitación.



HOSPEDERÍA DE SAN JUAN DE LA PEÑA
Incluye: Habitación doble/Desayuno tradicional/Cena para dos personas/Bombones y cava en la habitación.

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

por solo **129 €**
precio paquete para dos personas



HOTEL BARCELÓ MONASTERIO DE BOLTAÑA & SPA *****
Habitación Doble Superior/ Desayuno / Bombones y cava en la habitación. Y a elegir entre cena para dos personas o entrada para dos personas al spa.



HOTEL REINA FELICIA DE JACA ****
Incluye: Habitación doble/Desayuno/Entrada para dos personas al Spa circuito termal. Y a elegir entre cena para dos personas o bañera hidromasaje para dos con botella de cava en la habitación.

Conseguir una de estas escapadas es muy fácil

HAZ TU RESERVA MANDANDO UN E-MAIL A
promocionesheraldo@halcon-viajes.es



O LLAMANDO AL TELÉFONO



976 221 030

Indícanos qué hotel quieres disfrutar y las fechas de tu estancia y pasa por la oficina Halcón a recoger tu documentación para vivir una escapada de ensueño.

Halcón
viajes

HERALDO
DE ARAGON

ARAGÓN país de montañas

CARRERAS | La cita de este próximo domingo, 2 de octubre, está organizada por el Grupo Alpino Javalambre de Teruel

XV Aragón Sur, una apuesta por la montaña y el deporte



Senderistas en una de las marchas de la Aragón Sur. FOTO: GAJ

Este domingo, 2 de octubre, tendrá lugar la XV edición de la Aragón Sur, cita deportiva organizada por el Grupo Alpino Javalambre de Teruel que desde el año pasado aúna la marcha senderista, con la carrera y el maratón de montaña, sobre distintas distancias y recorridos.

La Aragón Sur, una clásica ya entre las actividades montaÑeras, nace en 2002 por la inquietud del Grupo Alpino Javalambre de Teruel, en un afán de promocionar los deportes de montaña y de dar a conocer algunos de los alrededores más bonitos y emblemáticos de la capital turolense.

En sus comienzos, fue una marcha senderista y, al popularizarse el mundo de las carreras de montaña, se han ido incorporando otras propuestas para dar cabida a los dos sectores de público interesados en este tipo de actividades. Por una parte al senderista y, por otra, a las carreras por montaña de tipo más competitivo, llegando incluso a estar incluida en las primeras ediciones de la Copa de Aragón de Carreras por Montaña que organiza la FAM.

En la actualidad, y teniendo como objetivo ser una cita para el deporte popular de montaña, la Aragón Sur agrupa tres actividades distintas: una marcha senderista puramente recreativa y sin fin competitivo, carreras por montaña y un maratón de montaña con su clasificación y trofeos correspondientes.

La prueba se desarrolla en el entorno del paraje conocido como 'Fuente Cerrada', espacio recreativo muy popular entre los



turolenses. El itinerario atraviesa en principio un maravilloso paisaje de sendas que discurren por arcillas rojas y barrancos, para pasar de forma paulatina a un ambiente rodeado de piedra caliza, en su parte más alejada, y siempre envuelto por la sombra de pinos, sabinas y carrascas.

Los recorridos han ido variando con las distintas ediciones, buscando siempre la mejor propuesta.

El corte es de 14,5 km y 357 m de desnivel positivo acumulado, para las personas que deseen disfrutar de la fiesta senderista sin afrontar distancias mayores, y que además servirá de recorrido de competición para la carrera por montaña de categoría cadete, (15 a 17 años), tanto masculina como femenina.

El itinerario que denominamos como 'clásico', ya que ha sido el tradicional de esta prueba, será de 20,3 km y 617 m+, y servirá tan-

to a senderistas para disfrutar de un entorno más amplio que en el recorrido corto, como a corredores que busquen el desafío de una distancia que se aproxima a la media maratón de montaña y con mayores exigencias físicas.

Finalmente, desde el pasado año, hay un recorrido maratón de 42,3 km y 1.500 m+, pensado para corredores de larga distancia que quieran medir su capacidad de esfuerzo. Este último nos llevará hasta el pueblo de Formiche Alto, por unos paisajes de ensueño, corriendo por terrenos variados, alternando la dura piedra con la superficie mullida de alfombras de agujas de pino.

Estos son los sitios donde se puede obtener más información sobre la Aragón Sur: www.aragonsur.blogspot.com.es. Las inscripciones en: www.carreraspopulares.com

PEDRO JOSÉ GRACIA
Grupo Alpino Javalambre

AGENDA DEPORTIVA



Vista desde la carretera a Liri, con el Turbón al fondo. JAVIER ROMEO

■ **CAS-Nabaín**
Aínsa y Boltaña
clubcas@gmail.com
www.clubcas.com
Tel.: 974 502 316 (Nabaín).
cmnabain@telefonica.net
Alta montaña
Fecha: 8 de octubre.
Lugar: Ibón de Bucuesa (2.125 m).

■ **CM Exea**
Ejea de los Caballeros.
Tel.: 976 660 932.
cmexea@hotmail.com
Alta montaña
Fecha: 8 y 9 de octubre.
Lugar: Circular Bisaurín.

■ **Montañeros Çde Aragón**
Zaragoza.
Tel.: 976 236 355.
www.montanerosdearagon.org
administracion@montanerosdearagon.org
Alta montaña
Fecha: 9 de octubre.
Lugar: Pico Turbón (2.492 m).

■ **CM Pirineos**
Zaragoza.
Tel.: 976 298 787.
www.clubpirineos.org
info@clubpirineos.org

Escalada
Fecha: 1 y 2 de octubre.
Lugar: ferratas Cataluña.
Senderismo
Fecha: 8 de octubre.
Lugar: Ordesa.

■ **Centro Excursionista Ribagorza**
Graus (Huesca).
Tel.: 974 546 090.
info@centroexcursionistari-bagorza.com
www.centroexcursionistari-bagorza.com
Senderismo
Fecha: 9 de octubre.
Lugar: Pineta- Parzán (GR II).

■ **CM Virgen del Carmen**
Zaragoza.
Tel.: 646 946 623.
clubmonvc@gmail.com
Senderismo
Fecha: 9 de octubre.
Lugar: la Pardina del Señor.

■ **Peña Guara**
Huesca.
Tel.: 974 212 450.
www.p-guara.com
p-guara@p-guara.com
Senderismo
Fecha: 9 de octubre.
Lugar: Sarvisé - Buesa - Broto.