



ARAGÓN

Un país de montañas



NOTICIAS MONTAÑERAS
8 / PUYADA A OTURIA, UNA CARRERA QUE ES TAMBIÉN COPA Y CAMPEONATO DE ARAGÓN INDIVIDUAL

Nº 700  Suplemento especializado en los recursos turísticos aragoneses y en la actualidad del sector



Uno de los itinerarios señalizados por el Paisaje Protegido de los Pinares de Rodeno, en Teruel. SARGA

ESPACIOS NATURALES PROTEGIDOS

2-3 / Pasear por estos territorios permite disfrutar de la naturaleza más bella y mejor conservada

Todos los espacios que cuentan con algún tipo de protección en Aragón ofrecen recorridos autoguiados



ACTUALIDAD
4-5 / ESTE MES FINALIZA EL PROGRAMA PUNTOS DE ENCUENTRO PARA SALIDAS POR LA HOYA DE HUESCA



DE RUTA
6-7 / EL CONGOSTO DE OBARRA, EN EL RÍO ISÁBENA, PERFECTO PARA INICIARSE EN EL BARRANQUISMO

1 DE SEPTIEMBRE DE 2017

PROMUEVE:  **FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO**

CON LA GARANTÍA EDITORIAL DE:  **PRAMES**
www.pram.es

PATROCINAN:  **aramon**
ARAGON MOUNTAIN CLUB

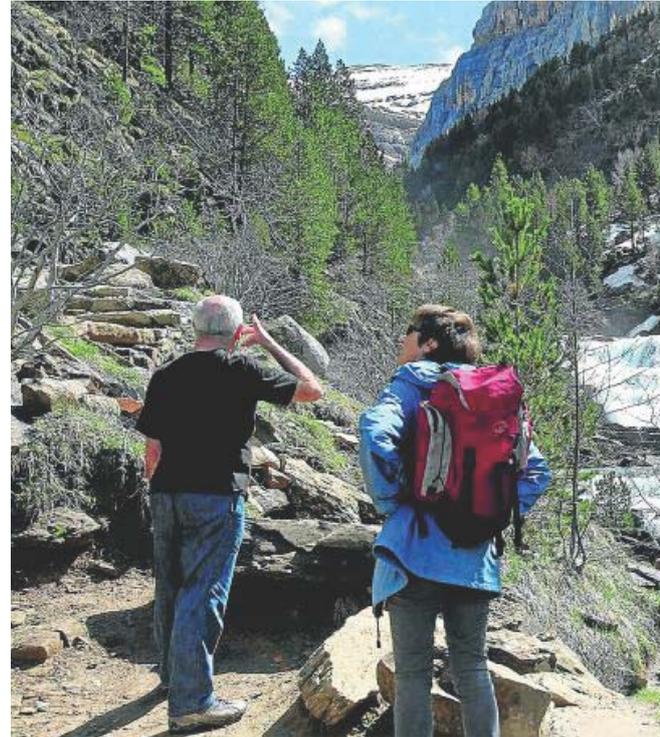
 **GOBIERNO DE ARAGÓN**



▲ Paisaje Protegido de San Juan de la Peña y Monte Oroel. SARGA



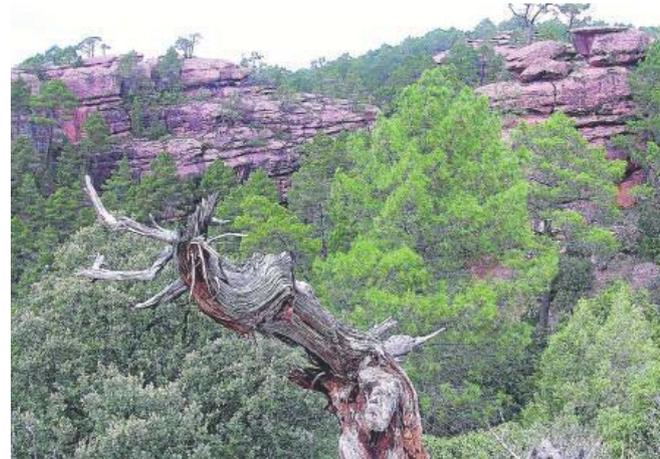
▲ Surgencias en el Monumento Natural del Nacimiento del Río Pitarque. HERALDO



▲ Gradas del circo de Soaso, en el Parque Nacional de Ordesa. HERALDO



▲ Excursión al Forau de Aiguallut. HERALDO



▲ Paisaje Protegido de Pinares de Rodeno. SARGA

En contacto con la naturaleza

DE PASEO POR LOS ESPACIOS NATURALES PROTEGIDOS

Las zonas mejor conservadas de la naturaleza de Aragón cuentan con itinerarios señalizados para disfrutar de visitas autoguiadas y aptas para todos los públicos

Pasear por un espacio natural protegido garantiza disfrutar del mejor entorno. En Aragón, los 17 espacios catalogados con alguna figura de protección ambiental cuentan con diversos itinerarios. Muchos no presentan dificultades, por lo que son aptos para todo tipo de públicos y no requieren invertir mucho tiempo. Además, se encuentran bien señalizados por lo que «pueden realizarse sin necesidad de guía», explican desde Sarga, la entidad pública del Gobierno de Aragón encargada de su señalización y cuidado. Cada



R. N. Laguna de Gallocanta
Sendero Circular de la laguna y los lagunazos. Itinerario que recorre el contorno de esta Reserva Natural, usando en parte caminos agrícolas por lo que no presenta dificultades. Se puede hacer en coche, en bicicleta y caminando. Con un total de 32 km, permite descubrir la laguna en toda su esencia, miradores, observatorios, aves, flora... y acceder a la Ermita de Buen Acuerdo, con una gran vista de la laguna.

P. N. Ordesa y Monte Perdido
Pradera de Ordesa a Soaso. El Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido cuenta con una red de senderos autoguiados, al alcance de todo el mundo, en cada uno de sus cuatro sectores. Este sendero que va de la pradera a la ermita de San Úrbez permite contemplar todo el valle de Ordesa en un recorrido de vistas espectaculares de las cumbres, cascadas... hasta el circo de Soaso.

En la zona de Añisclo es recomendable el sendero a la ermita de San Úrbez, ruta circular de 1 h que recorre el barranco de Añisclo y el cañón del río Bellós, grandioso anfiteatro calcáreo, con cascadas de fajas y acantilados.

Para conocer Escuaín, uno de los sectores menos vistos, hay visitas guiadas los miércoles (11.00) desde dicha localidad, y martes y jueves (11.00) desde Tella.

Finalmente, en el valle de Pineta una buena propuesta es el sendero al circo de La Larri, al que se llega zigzagueando a través de un magnífico hayedo.

P. N. Posets-Maladeta
Sendero Forau de Aiguallut. Una ruta preciosa para recorrer en familia dentro del Parque Natural de Posets-Maladeta. Discurre por la ladera norte del macizo de la Maladeta, entre la Pleta de la Sarrá y el Forau de Aiguallut. A lo largo de 6,7 km (unas 4 h) permite observar glaciares, ibones, dolinas, canales, morrenas, fallas, escarpes, karst y otros elementos geomorfológicos del Pirineo.

Monumento Natural Pitarque
Nacimiento del río Pitarque. Sendero lineal de 8 km, que transcurre a orillas del río Pitarque. A lo largo de su recorrido llama la atención la abundante vegetación y las formaciones rocosas en vertical. Con un poco de suerte pueden verse cabras montesas. Al final del sendero, la surgencia del río Pitarque da un punto final espectacular al sendero.

Pinares de Rodeno
Por el barranco de Las Tajadas. Sendero que parte del centro de interpretación de este Paisaje Protegido. Es una ruta circular que atraviesa el barranco de las Tajadas, ascendiendo al mirador de la Peña del Hierro, y permite apreciar la historia de la sierra, desde sus primeros pobladores en la edad de hierro, hasta nuestros días. Un paseo de 4,1 km, ideal para hacer en familia, lleno de rincones y sorpresas.

MARÍA JOSÉ MONTESINOS



DE UN VISTAZO

1

En Aragón existen 17 espacios amparados por distintas figuras de protección medioambiental. De este conjunto de territorios que componen la Red Natural de Espacios Protegidos, siete se encuentran en la provincia de Huesca, cinco en la provincia de Teruel y otros cinco en la de Zaragoza.

2

Todos ellos ofrecen itinerarios señalizados, con un cartel de inicio de sendero y una pequeña descripción. A lo largo del recorrido, se encuentran letreros direccionales y paneles interpretativos.

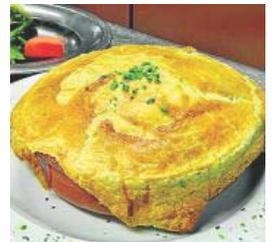
3

Como en cualquier salida a la naturaleza, hay que respetar el entorno, no arrancar plantas y no dejar residuos.



DÓNDE COMER ASADOR LA COCINILLA, EN TORLA

La actual dirección y cocina del restaurante viene de hace dos años, pero los bajos de la Casa Montse en que se ubica La Cocinilla eran ya fonda en el XVIII. Ofrece cocina de temporada con productos de la zona: cordero de Torla o Fiscal, ternera D.O. Valle de Broto... siempre orientada a la calidad en los ingredientes y en la elaboración, tanto en su carta como en el menú del día. Dispone de chimenea con brasa de leña, comedor y terraza. En la foto, jabalí estofado al aroma del Somontano, cebolletas y castañas en costra de hojaldre.



C/ Fatás, s/n. 22376 Torla.
Teléfono 974 486 243.
www.restaurantelacocinillatorla.com/es/



DÓNDE DORMIR ALBERGUE ALLUCANT, EN GALLOCANTA

Este veterano establecimiento ofrece dos ofertas distintas de alojamiento: por un lado se encuentra el albergue tradicional con habitaciones y baños compartidos; por otro, dispone de 6 habitaciones dobles, con baño privado, dos de ellas totalmente adaptadas para usuarios con discapacidad. La capacidad total es de 54 plazas.

Desayuno, comida y cena pueden realizarse en el propio albergue, que cuenta con comedor para 60 personas además de bar, salón de actos, parrillero y jardín.



C/ San Vicente s/n. 50373.
Gallocanta.
Teléfono 976 803 137.
www.allucant.com



▲ Observatorio en Gallocanta. HA



▲ Señalización de senderos. SARGA

recorrido cuenta con carteles al inicio (con una datos y una descripción de la ruta), señales direccionales y paneles interpretativos del entorno. Los siguientes son algunos de los itinerarios que pueden recorrerse, pero existen muchos más:

Parque Natural del Moncayo
Sendero del Barranco de Apio. Itinerario de unos 6 km que atraviesa áreas muy representativas de las diferentes formaciones presentes en el parque, destacando el hayedo y un pinar de pino silvestre de gran valor. Muy cómodo para hacer en familia.



CONSULTAS EN LA RED

- www.rednaturaldearagon.com/senderos/: todas las rutas están en el buscador de senderos de la web de la Red Natural de Aragón, donde descargar un pdf con la información del sendero, mapa e información MIDE, y los tracks para GPS o móvil.
- **Facebook:** Red Natural de Aragón.
- www.ordesa.net/rutas/: el Parque Nacional de Ordesa cuenta con un centenar de rutas para consultar en su web.





Puntos de Encuentro RECORRIDOS PARA TODOS POR LA HOYA DE HUESCA

El programa Puntos de Encuentro ofrece la oportunidad de conocer los enclaves naturales más singulares de la comarca de La Hoya de Huesca, a través de recorridos aptos para todos los públicos

Este mes es el último en el que se desarrolla el programa Puntos de Encuentro de La Hoya de Huesca,

un programa de visitas guiadas que recorre algunos de los enclaves naturales más singulares de esta comarca. Se trata de recorridos sencillos por senderos de poca dificultad. Este sábado, 2 de septiembre, la visita llevará a los participantes hasta la estepa de Piracés. Aunque se recomienda la reserva previa, es posible realizar la visita presentándose en el punto de encuentro previsto, que en este caso es el mirador de entrada a la localidad. La cita es a las 19.00, para iniciar una visita singular en la que disfrutar de las luces del atardecer sobre las sugerentes formaciones geológicas de este espacio. En el recorrido, con una duración estimada de 3 h (ida y vuelta), se disfrutará también de la observación de la fauna nocturna y del castillo de Piracés, antigua fortaleza musulmana.

Para el siguiente fin de semana, el domingo 10, se ha programado un recorrido hasta el balcón de la sierra de Caballera. La salida se realizará a las 10.00 desde Bolea (junto al colegio Virgen de la Soledad). El recorrido pasa por un paisaje de escarpes y gorgas, camino del eremitorio y refugio rupestre de San Cristobal, y permite apreciar el contraste entre el plácido paisaje agrícola del saso y la rotundidad de las paredes verticales del barranco.

Barrancos y especies vegetales
El domingo 17 la visita guiada propone un recorrido por la Foz de Salinas, un agreste desfiladero de interés geológico en el que se puede ver sobrevolando sobre nuestras cabezas distintas especies de aves rapaces que buscan un lugar para posarse en



SE RECOMIENDA LA INSCRIPCIÓN PREVIA, AUNQUE ES POSIBLE APUNTARSE EN LA SALIDA



Precio: el coste por persona es de 2 euros (los niños hasta 12 años gratis). El dinero se recogerá el mismo día a la salida del recorrido. Los menores deberán ir acompañados de un adulto.

Inscripción: la inscripción previa no es obligatoria y se puede acudir directamente al punto de encuentro. No obstante, tendrán preferencia de participación aquellas personas que realicen reserva de plaza. Para los grupos de 8 o más personas, es obligatorio haber reservado.

La inscripción se realizará, preferentemente, rellenando el formulario disponible en www.hoyadehuesca.es. En su defecto, cabe la reserva telefónica: 974 233 030 / 974 275 113.

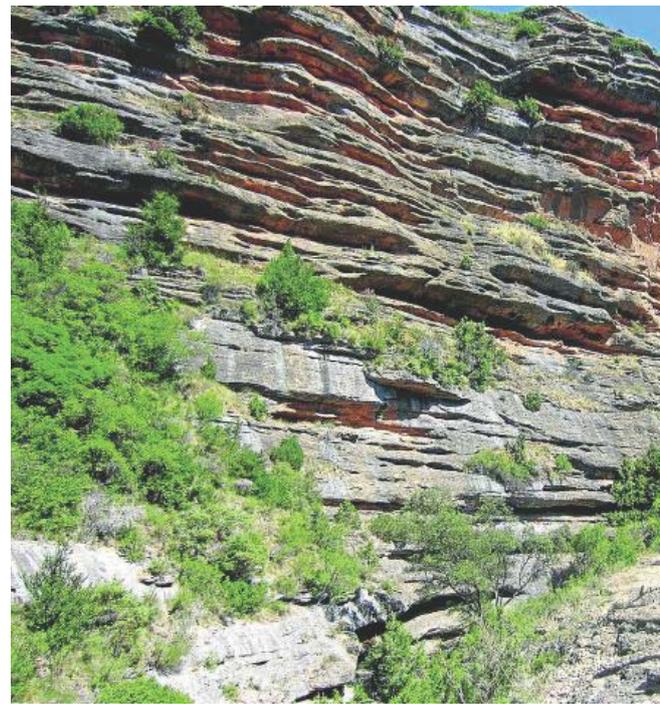
Se recomienda: llevar calzado y ropa adecuados, protección solar, gorra, gafas de sol, agua y alimentos y prismáticos.



las oquedades de la Foz. La salida se hará desde Villalangua (junto a hotel en calle Baja) a las 10.00, para cruzar seguidamente el puente del río Asabón.

Se trata de un recorrido muy interesante también para conocer las especies vegetales de la zona, en especial los distintos tipos de árboles y arbustos: quejigos, avellanos... La ruta se cruza con el sendero PR-HU 97, que

lleva hasta Agüero, un punto geológico clave para observar visualmente cómo se originan las crestas que dan lugar más adelante a los mallos. Los participantes conocerán también la Fuente de la Rata, con una espectacular cascada y un puente medieval, antes de llegar al destino final: pueblo deshabitado de Salinas, con su iglesia de Santa Magdalena, del siglo XV, to-



▲ Excursión por la ruta de sierra de Caballera. FOTOS: COMARCA HOYA DE HUESCA



▲ Observando buitres camino de Santa Cilia.



▲ Los participantes e



▲ Un grupo de partici

avía en pie. La distancia total de la ruta es de 4,3 km, con una duración estimada de 3 h 30 min (ida y vuelta).

Dar de comer a los buitres

El programa concluye el domingo 24 con un cita muy especial: la visita al observatorio de buitres de Santa Cilia de Panzano.

La actividad arrancará desde la Oficina de Información de Santa

Cilia a las 10.00. El itinerario recorre los primeros tramos del sendero S5 que asciende al Tozal de Guara, cumbre de esta sierra. El destino de esta ruta es sin embargo, el Centro de Interpretación Naturalista 'La casa de los buitres'. Allí, además de conocer más sobre estas aves neórfagas se podrá vivir una experiencia realmente singular: dar de comer a los buitres en el muladar que

**Este m
finaliza
estas s
de fin
seman**



Escuchan las explicaciones del guía.



Participantes recorren el fondo de la Foz de Salinas.

es
an
salidas
de
na

existe junto al centro. Asistidos siempre por los expertos del Fondo de Amigos del Buitre, los participantes podrán dejar los restos en la zona de comedero y, desde el refugio, ver bajar a los buitres leonados que acuden a alimentarse a este muladar. Una ocasión irreplicable de entrar de ver de cerca una de las aves más singulares de este entorno.

M. J. M.

BREVES



Acuerdo para la recuperación de la figura de Juan Altamiras

El Departamento de Vertebración del Territorio, Movilidad y Vivienda firmará un acuerdo de colaboración con la comarca de Valdejalón y el ayuntamiento de La Almunia de doña Godina para potenciar la figura de Juan Altamiras, seudónimo de fray Raimundo Gómez. Este cocinero nacido en La Almunia de Doña Godina es autor del libro 'Nuevo Arte de Cocina', que supuso una revolución en el siglo XVIII y fue el libro de cocina más editado de los siglos XVIII y XIX. Entre las actividades previstas se encuentra la creación de una ruta turística en La Almunia y un certamen gastronómico con su nombre.

Restauración del claustro de la catedral de Roda de Isábena

Siguen los trabajos de restauración del claustro románico de la catedral de Roda de Isábena, donde ha comenzado la segunda fase de las obras. El Gobierno de Aragón invertirá ahora cerca de 138.000 euros para recuperar las arquerías de los lados este y oeste del claustro y en septiembre arrancarán los trabajos de impermeabilización de las cubiertas del templo. La catedral de Roda de Isábena fue declarada Monumento Histórico-Artístico en 1924 y es una de las joyas de La Ribargorza, comarca que ha visto aumentar un 21% sus pernoctaciones respecto al año 2016.

NO TE PIERDAS

La Placica Vintage, en Zaragoza

Las Armas. Este domingo, a las 11.00 se abre una nueva edición del mercadillo La Placica Vintage, en la plaza de Las Armas, de Zaragoza. Será la ocasión de encontrar esos hallazgos increíbles en objetos vintage y de estética retro. Además, habrá música en directo y otras actividades, entre ellas talleres para los más pequeños que contarán también con un concierto especialmente para ellos.

PLANES PARA ESTAS SEMANAS



Marcha nocturna desde Urriés a la ermita de La Magdalena

La localidad cincovillesa de Urriés, en la Bal d'Onsella, organiza este sábado 2 de septiembre, a las 20.00, una salida nocturna hasta la ermita de La Magdalena, aprovechando que ese día es casi luna llena y se prevé una visibilidad del 82%. Se trata de un itinerario sencillo, de poco más de 6 kilómetros, cuya única dificultad es que se trata de una subida de 550 metros de desnivel, por lo que la duración prevista de la ruta es de unas dos horas. El itinerario recupera un antiguo camino, que era el que recorría el Correo repartiendo la correspondencia en la ruta Sos del Rey Católico - Urriés - Pintano.

Ascaso: La Muestra de Cine más Pequeña del Mundo

Quien se encuentre estos días cerca de Boltaña, y los amantes del séptimo arte en general, están todavía a tiempo de acudir a la Muestra de Cine Más Pequeña del Mundo que se está celebrando durante esta semana en Ascaso. Esta tarde, a partir de las 18.00, y mañana sábado, desde las 15.00, se podrá asistir a las diferentes proyecciones y charlas. Mañana, además, se conocerá la obra ganadora de esta muestra dedicada al cine artesano e independiente.



3 Mercado Medieval en la Feria ganadera y artesana de Mosqueruela

La localidad turolense de Mosqueruela celebra este fin de semana su tradicional feria, la fiesta más importante del verano, y que tiene lugar siempre el primer domingo de septiembre. Los días 2 y 3 tendrá lugar también el Mercado Medieval, para lo que se ha engalanado todo el centro histórico. En el exterior de la localidad tendrá lugar la feria ganadera, donde podrán verse ejemplares de ganado vacuno, ovino y equino.



4 Cita en Jaca con el mundo de las viñetas en la 1ª edición del Salón del Cómic Hispanofrancés

Durante los días 2 y 3 de septiembre, el público francés y español podrá disfrutar de exposiciones, conferencias, talleres, mesas redondas, firmas de autores y más actividades, que se llevarán a cabo en el Pabellón de hielo de Jaca, dentro de la 1ª Edición del Salón del Cómic Hispanofrancés que se celebra en la capital de La Jacetania, con la colaboración del Institut Français. El objetivo primordial de este certamen es una puesta en valor del género además del contacto entre los aficionados de ambos lados del Pirineo; se espera que también sirva para activar las visitas turística a la comarca jacetana desde el otro lado de la frontera.

Y TAMBIÉN EN DIGITAL
unpaisdemontañas.heraldo.es

ARAGÓN
Un país de montañas



Barranquismo

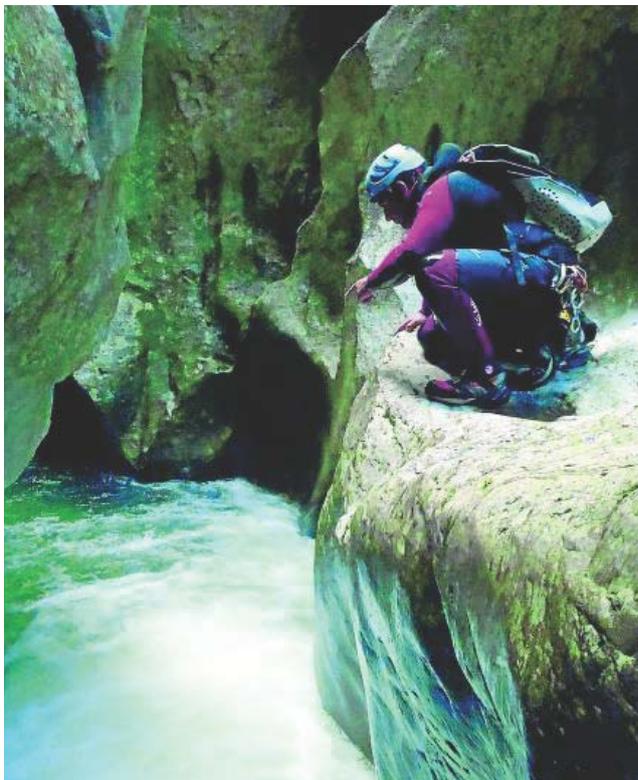
POR EL RÍO ISÁBENA

Y EL CONGOSTO DE OBARRA

El congosto de Obarra, en el río Isábena, es una magnífica garganta, bien excavada, estrecha y de altas paredes. Un lugar perfecto en verano para iniciarse en el barranquismo

Apenas a unos metros por debajo de la carretera, el ambiente del cañón y la tranquilidad que da un tráfico bastante escaso nos harán olvidar lo cerca que se encuentra, siempre que no miremos hacia arriba. Aunque en estiaje el barranco no reviste ninguna dificultad y es perfecto para la iniciación, a principios de temporada o tras lluvias suele llevar un caudal muy elevado, que puede hacer del descenso un ejercicio técnico o directamente imposibilitarlo.

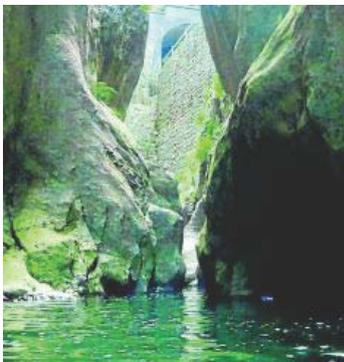
Para llegar hasta el congosto de Obarra desde Bonansa, seguiremos la carretera A-1605 en dirección a Graus. Pasado el punto kilométrico 42 y, justo antes de entrar en el primero de los túneles del congosto de Obarra, veremos a la izquierda un espacio para aparcar. Luego, solo tendremos que cruzar el primer túnel y, al otro lado, bajar por la derecha al torrente seco que, pasando bajo la carretera, nos permitirá acceder al barranco de forma casi inmediata (5 min). Si, por contra, decidimos dejar el coche al final del descenso, continuaremos con nuestro vehículo carretera abajo y, al salir del último túnel, aparcaremos a la izquierda en cuanto podamos, debiendo volver atrás caminando para acceder al cauce como se ha indicado (15 min).



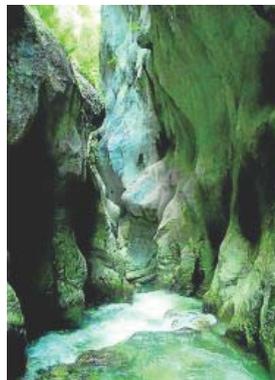
▲ Cuidado al saltar: no todos los pasos cubren.

El congosto

En un primer momento, el descenso alterna un par de estrechos acuáticos con un tramo de río más ancho. Sin embargo, el cauce enseguida se encierra y mantiene su enclaustramiento hasta el final. Superaremos un par de resaltes (uno de ellos equipado habitualmente con cuerda fija) y nos adentraremos en una sucesión de pasillos y tramos de nado sin dificultades técnicas. En el interior de la garganta, los tramos más estrechos llegan a tener poco más de un metro de ancho, por lo que este sencillo descenso puede crearnos serios apuros en caso de afrontarlo con caudal alto, además de requerir de cuer-



▲ La carretera asoma de vez en cuando.



▼ Uno de los resaltes iniciales.

FOTOS JAVIER GUERRERO

DE UN VISTAZO



DATOS ÚTILES

Dificultad: v1 a4 IV.

Altitud del inicio: 1.050 m.

Desnivel: 20 m.

Longitud: 600 m.

Tiempo de descenso: 45 min

Época recomendada: junio a octubre.

Condiciones: sin rápeles ni escapes. Necesario neopreno.

Toda la información: J. Guerrero, 'Cañones y barrancos de la Ribagorza', Prames, 2017.



▲ El estrecho corazón de la garganta.

das y material de instalación. El río Isábena tiene una cuenca importante, por lo que es necesario evaluar bien las condiciones existentes antes de entrar. Ello puede hacerse desde una ventana, situada en el interior del segundo túnel, que permite observar el primer resalte y el inicio del estrecho que le sigue. Una vez finalizada la garganta, en un tramo

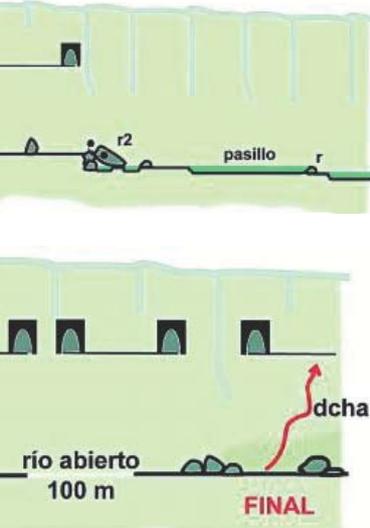


▲ Una buena planificación y prevención evitarán riesgos en la práctica del barranquismo. PRAMES

Campaña Montaña Segura

FICHA DE INTENCIONES PARA HACER BARRANCOS CON SEGURIDAD

En la práctica segura del barranquismo, cumplimentar una ficha de declaración de intenciones es uno de los protocolos incluidos en una buena planificación



TOPOGRAFÍA: JAVIER GUERRERO.

más abierto, la orilla derecha pierde desnivel. Subiremos a la carretera por un terraplén y volveremos al coche.

Si hemos de caminar a pie por los túneles de la carretera es recomendable llevar elementos que nos hagan visibles (frontal, chaleco reflectante) y siempre mantener la precaución.

JAVIER GUERRERO

El barranquismo es una de las actividades deportivas en contacto directo con la naturaleza más emocionantes y atractivas. Aragón ofrece un territorio privilegiado para su práctica, pero el barranquismo es una actividad que entraña riesgos. La siniestralidad en barrancos crece de año en año, con resultados en muchas ocasiones fatales. Por ello la preparación y la prevención resultan obligadas.

La mayor parte de los accidentes en barrancos se producen por falta de planificación, por imprudencias y por carecer de una preparación adecuada. Con frecuencia, en barranquismo las imprudencias y los errores se pagan muy caros. Practicar un barranquismo seguro depende, sobre todo, de nosotros mismos.

Los protocolos de un buen 'Planifica+Equipa+Actúa' son igualmente importantes en cualquier actividad en el medio natural, como es el caso del barranquismo. En ese primer conjunto de acciones que comporta una buena planificación de la actividad se incluye el avisar a alguien de confianza sobre nuestras intenciones (adónde vamos, qué horarios hemos previsto...), para que pueda dar la alerta

cuanto antes en el caso de que un incidente nos impida el regreso y nosotros no podamos solicitar la ayuda.

En ocasiones, cuando salta un aviso de que una persona o grupo no ha regresado de su actividad, el primer problema es conocer adónde se habían dirigido y cuál era la ruta que pensaba hacer. Esto puede retrasar considerablemente el inicio del rescate, con consecuencias importantes, como la caída de la noche y la imposibilidad de realizar una búsqueda o rescate con medios aéreos. Además, hay que tener en cuenta que en los barrancos resulta muy difícil disponer de cobertura telefónica para realizar una llamada al 112. Por ello, es bastante frecuente que, cuando no se ha regresado de la actividad en un margen de tiempo razonable, sean los propios familiares, amigos o incluso el alojamiento donde se hospeda el grupo, los que dan la alarma.

Por todo ello el programa Montaña Segura ha preparado

una 'ficha de declaración de intenciones para barranquistas' que viene a complementar la que ya se ofrece para 'montañeros solitarios'. La encontrarás en el sitio web de Montaña Segura o directamente en este enlace acortado: <http://ow.ly/PVkm30eD2Ps>.

Cerrar el aviso

El objetivo de la ficha de declaración de intenciones es ofrecer un cauce de comunicación accesible y sencillo por el que los grupos puedan dejar dicho a un tercero que, por supuesto, deberá permanecer atento a su regreso, qué actividad van a realizar y en qué condiciones de equipo, añadiendo información sobre el grupo, datos de contacto, etcétera. Utilizar esta ficha es un acto voluntario, pero puede ser de gran utilidad en caso de sufrir un percance y no tener posibilidad de comunicar la emergencia a los grupos de rescate.

No debemos olvidar que, como en todo aviso, es necesario 'cerrarlo' cuando se finaliza la

actividad, lo que significa avisar a la persona que ha quedado pendiente de nuestro regreso de que hemos finalizado el barranco. Olvidar este cierre del aviso puede generar una falsa alarma que comprometa inútilmente a los servicios de rescate, además de preocupar a los nuestros.

Igualmente, la persona que recibe la ficha deberá mantener la atención sobre el regreso del grupo, con el fin de activar el aviso en un tiempo razonable.

Cuando la necesidad se presenta, nos damos cuenta de lo verdaderamente importante que es hacer las cosas bien en nuestro 'planifica'. La ficha de declaración de intenciones permite protocolizar la transmisión de nuestras intenciones y, con ello, facilitar ese paso.

Todo ello, sin olvidar todos los consejos básicos de seguridad que debemos mantener en toda actividad de barranquismo y que nos alejarán de sufrir un accidente o requerir un rescate.

MONTAÑA SEGURA



FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO



aramon MONTAÑAS DE ARAGÓN





▲ La Puyada a Oturia discurre por paisajes de gran belleza. MONRASIN

Copa y Campeonato de Aragón

PUYADA A OTURIA, UNA CARRERA POR MONTAÑA CON MUCHA HISTORIA

Sabiñánigo acoge el 17 de septiembre la XIII Puyada a Oturia, donde se disputa el Campeonato de Aragón de Carreras por Montaña Individual en Línea. Habrá también andada popular

La conocida prueba Puyada a Oturia, con salida y llegada en la localidad de Sabiñánigo, llega este año ya a su XIII edición.

En todos estos años, esta exigente carrera por montaña ha tenido un nombre propio en Aragón con un gran repertorio de participantes. En muchas ocasiones ha sido Copa y Campeonato de Aragón, al igual que en varias otras ha sido prueba de la Copa y el Campeonato de España de carreras por montaña. También ha llegado a tener presencia en las competiciones a nivel mundial, formando parte de las World Series de carreras por montaña. Este año la Puyada a Oturia vuelve a tener este gran privilegio de volver a ser Campeonato y final de la Copa de Aragón FAM 2017, celebrándose el día 17 de septiembre en el ya conocido pueblo de Sabiñánigo.

La Puyada a Oturia, bien conocida por muchísimos corredores,

viene a ser una dura prueba por montaña por lo rápida que resulta a consecuencia de sus buenos senderos, que hacen correr más de la cuenta a los participantes y, por tanto, obligan a tener que calcular muy bien el ritmo para poder llegar con fuerza a meta.

Con sus 38 km de distancia, libra un desnivel de 2.200 m de subida acumulada, teniendo que acometer las barreras naturales de la sierra de San Pedro, la meseta de Santa Orosia y el techo de la carrera, el pico de Oturia con sus casi 2.000 m de altitud. Buenos caminos y carrera muy rápida en la que mantiene el récord el tantas veces campeón de España Raúl García Castán, con un tiempo de 3 h 14 minutos.

Tanto la salida como la llegada serán en el parque temático Pirinearium de Sabiñánigo. Esta gran prueba será compartida a la vez con otras dos carreras más. La media maratón de la Puyada, que hará también puntuar a los atletas junior que disputen el Campeonato

de Aragón, con 21 km de distancia y 1.000 m de subida acumulada. También se disputará la carrera de cadetes, con 13 km de distancia y 600 m de subida acumulada.

Por este espectacular escenario también se compartirá circuito por la sierra de San Pedro con la ya consolidada marcha senderista, incluida en el calendario de la Coordinadora de Andadas Populares de Aragón (Coapa). Año tras año esos fieles andarines vienen a caminar junto a otros muchos acompañantes de los corredores que desean pasar la mañana conociendo la zona mientras llegan sus corredores a meta.

Ya está todo en marcha para que el domingo 17 de septiembre, podamos disfrutar como todos los años, de esta gran fiesta que nos brinda la Puyada a Oturia. Solo falta apuntarse. El club Grupos de Montaña Sabiñánigo te espera. Más información en: www.puyadaoturia.blogspot.com.es

**GRUPOS DE MONTAÑA
SABIÑÁNIGO**

Resultados Trail Valle de Tena

Este pasado fin de semana tuvo lugar la tercera edición de la Trail Valle de Tena, una de las ultra trails de montaña que se celebran en el Pirineo y, este año, Campeonato de Aragón de Ultra. El ganador absoluto en la 8K, la carrera estrella de 77 km y 6.800 m de desnivel positivo acumulado, ha sido Sergio Gimeno, con un tiempo de 11:40:19, primero también en veteranos, seguido en categoría masculina por Felipe Artigüe (11:49:08) y Raúl Butaci (11:53:32). En chicas, la campeona fue Arantzazu Larrañaga, que hizo un tiempo de 16:07:02, acompañada en el pódium por Ester Sánchez (17:07:40) y Teresa Forn (18:15:41), primeras clasificadas en Veterana y Master femenina, respectivamente. Los ganadores de la 4K (43 km, 3.600 m+ y 3.900 m-) fueron, en categoría masculina, Alfredo Gil (5:48:28), Cazaux Baptiste (6:02:43) y Asier Alonso (6:09:08); y en femenina, Marta Riba (7:32:13), M^a Pilar Prades (7:42:56) y Arantzazu Pérez de Arenaza (7:48:05). Por último, en la 2K (20 km y 1.250 m+), los campeones fueron Joseba Díaz (1:58:47), Raúl Criado (1:58:48) y Kiko Navarro (2:00:29), en chicos, y Mairer Fraile (2:23:36), Igone Campos (2:24:57) y Yaiza Miñana (2:40:12), en chicas.

Recorrido del Camino de Santiago aragonés con Montañeros de Aragón

El próximo 9 de septiembre se realizará una nueva salida de Montañeros de Aragón por el Camino Francés por Aragón, desde San Juan de la Peña a Santa Cilia de Jaca (12,9 km). A esta seguirán otras tres salidas entre septiembre y octubre para completar el recorrido siguiendo siempre el GR 65.3. Los participantes que realizaron la primera etapa tendrán prioridad para inscribirse en las posteriores. La propuesta incluye un concurso de fotografía y otro de relato corto sobre la experiencia. Los trabajos premiados serán publicados en el Anuario de Montañeros de Aragón y sus autores recibirán un reconocimiento en la entrega anual de trofeos y distinciones del club prevista el 23 de noviembre. Información e inscripciones: www.montanerosdearagon.org.

Calatorao acogerá el 23 de septiembre el Campeonato de Aragón de Escalada en Bloque

El próximo 23 de septiembre, se disputará en Calatorao el Campeonato de Aragón de Escalada en Bloque, organizado por el Club de Montaña Los Trepadores del Calatorum, con la colaboración de la FAM. En esta ocasión se podrá competir en dos categorías, absoluta y sub 18 (para mayores de 12 años). Para más información e inscripciones, dirigirse a partir del 4 de septiembre a la FAM (www.fam.es; teléfono: 976 227 971). Por otro lado, y organizado también por Trepadores del Calatorum, el 2 de septiembre tendrá lugar en la localidad el VII Calatorum Festival, competición de escalada a la que acompaña un nutrido programa de actividades para todo el público. Información en: www.calatorum.com



Agenda de actividades de los clubes

Entre las actividades con jóvenes y niños programadas por los clubes de la FAM para las próximas semanas figuran, el día 10 de septiembre, pasarelas de Montfalcó (China Chana), salida por Villanueva de Gállego (Montañeros de Aragón), Vuelta al Casterau desde Astún e ibones de Ayous (Montañeros de Aragón), El Portalet, Ibón de Espelunciecha y Formigal (Peña Guara) y Las Planas-Cuevas de Cañart (Virgen del Carmen). En alta montaña, los días 8 y 9 de septiembre, refugio Cap de Llauset, Tuca de Vallibierna y Tuca Culebras (Club Montaña Utebo); y días 9 y 10, picos de Russell (Peña Guara). En barrancos, el día 9, Gavarnie (Peña Guara); el 16, el Ordiso (CM Pirineos) y, los días 16-17, Neste de Saux y La Larri Superior (As Cimas). En escalada, el club USCTZ tiene previsto hacer una ferrata en día 16 y As Cimas escalada en Tramacastilla el día 17. En senderismo, el sábado 16 excursión, al ibón Sabocós (As Cimas), al valle de Ip (USCTZ) y etapa del GR 160 Monreal-Molina (Tertulia Albada).