ARAGÓN
Un país de montañas

Nº 712 Suplemento especializado en los recursos turísticos aragoneses y en la actualidad del sector



NOTICIAS MONTAÑERAS
8 / CARRERAS POR MONTAÑA: EL GTACAM Y LA SELECCIÓN DE ARAGÓN HAN COMPLETADO UNA GRAN TEMPORADA



Claustro románico de la catedral de San Vicente de Roda. JAVIER ROMEO

LAS CATEDRALES DEL ALTO ARAGÓN

2-3 / En la provincia de Huesca están cinco de los diez templos de Aragón que han tenido o tienen ese rango

Roda, Jaca, Barbastro, Monzón y Huesca cuentan con esos edificios que fueron primeros pilares del reino



ACTUALIDAD
4-5 / LA COMARCA DEL ARANDA MUESTRA SU PATRIMONIO CON UN PLAN DE VISITAS GUIADAS



EN RUTA
6-7/ SENDEROS POR EL MONCAYO: DEL SANTUARIO AL COLLADO DE LA ESTACA POR EL GR 90

PROMUEVE: FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO

CON LA GARANTÍA EDITORIAL DE: PRAMES www.prames.com

PATROCINAN: aramon · GOBIERNO DE ARAGON

Rutas por el patrimonio



▲ **Cripta de San Ramón, Roda de Isábena.** JAVIER ROMEO

LOS PILARES DEL REINO: CINCO CATEDRALES DEL ALTO ARAGÓN

En Jaca, Huesca, Barbastro, Roda de Isábena y Monzón se ubican las cinco catedrales del Alto Aragón y sus tres museos diocesanos. Centros religiosos y artísticos de primer orden en los que se gestó y cimentó un reino

De los diez templos aragoneses que tienen, o han tenido a lo largo de la historia, el rango de catedral o concatedral, cinco se encuentran en la provincia de Huesca. Son centros religiosos y artísticos de primer orden, testigos de nuestra historia. Están ubicados en algunas de las principales poblaciones altoaragonesas como son Jaca, Barbastro, Monzón y Huesca, además de en un bello conjunto histórico medieval, Roda de Isábena.

La diócesis de Jaca y su catedral nacieron a partir de 1076, cuando Sancho Ramírez otorgó los fueros a la ciudad, convertida en capital del naciente reino de Aragón. Dedicada a San Pedro, es un hito principal del Camino de Santiago y un ejemplo señero del románico español.

Los peregrinos jacobeos ingresaban en el templo atravesando el pórtico penitencial presidido por un crismón trinitario, reproducido luego, junto a otros elementos decorativos como el ajedrezado, en muchas iglesias del Camino y de Aragón. Los capiteles de este pórtico y el de la plaza del Mercado muestran una talla de inusual finura. En el ábside meridional, único original conservado, resalta el repertorio ornamental del románico jaqués.

Asombra la amplitud del templo de tres naves, cubiertas por bóvedas de crucería añadidas en el siglo XVI. El altar fue reformado en el siglo XVIII y decorado con frescos de fray Manuel Bayeu, acogiendo en fecha posterior el coro, la sillería y el órgano. De las capillas destacan por la calidad del trabajo escultórico las de San Miguel y la Trinidad.

En el claustro y otras dependencias anexas de la catedral, se ubica el Museo Diocesano de Jaca, referente europeo de la pintura mural románica, completamente remodelado en 2010. Es de visita obligada, como el paseo por las animadas calles de Jaca o por su recinto de la Ciudadela.

Huesca, la joya del gótico

La catedral de Jesús Nazareno de Huesca, antes de la Transfiguración del Señor o de Santa María, es el principal exponente de la arquitectura gótica en Aragón. Fue levantada sobre un templo románico que ocupó el solar de la antigua mezquita aljama. Impulsada por Jaime I el Conquistador, sus cinco ábsides fueron terminados a principios del siglo XIII, mientras que buena parte de las naves, la portada y la torre lo harían sobre 1337. En el siglo XVI se sustituyeron las cubiertas por bóvedas de crucería estrellada.

El retablo mayor de alabastro es una obra maestra de Damián Forment, que labró otros dos en las capillas de Santa Ana y de los Santos Reyes. El ábside del extremo norte, convertido en capilla del Santo Cristo de los Milagros, con talla del siglo XIV, luce yeserías barrocas de tradición mudéjar. Es aconsejable detenerse también para admirar las figuras de la bella portada esculpida por Guillem Inglés. Podemos finalizar la visita en el Museo Diocesano de Huesca, anejo a la catedral donde encontraremos magníficas muestras de orfebrería, escultura y pintura medieval, junto a piezas de otras épocas.

La catedral de Barbastro fue edificada en el primer tercio del siglo XVI, en el solar que habían ocupado la mezquita mayor y la seo medieval. Es uno de los principales ejemplos de arquitectura gótico renacentista en Aragón. En el exterior destacan sus dos portadas de inspiración clásica y la torre campanario octogonal, erigida en época medieval sobre





▲ **Catedral de Huesca.** PRAMES



▲ **Plaza de la catedral de Jaca.** JULIO FOSTER



▲ **Catedral de Barbastro.** J. ROMEO



▲ **Naves románicas de Santa María de Monzón.** J. FOSTER

el antiguo minarete de la mezquita y reformada en 1610. Dentro, el templo sorprende como deslumbrante y magnífico salón, dividido por estilizados haces de columnas que separan tres naves de cabeceras poligonales. Las bóvedas de crucería estrellada y dorados florones en sus claves parecen emular las estrellas del firmamento. Entre su obras artísticas sobresale el retablo mayor, de basamento de alabastro tallado por Damián Forment y su discípulo Juan de Liceyre, y terminando en madera por otros artistas. Junto a la entrada de los pies hay dos capillas barrocas de profusa decoración, la de San Carlos Borromeo y la del Santo Cristo de los Milagros, cuya imagen suscita gran devoción.

El Museo Diocesano de Barbastro-Monzón atesora una importante colección de piezas del románico al barroco. Está ubicado en el Palacio Episcopal, edificio renacentista del siglo XVI reformado en el XIX, que guarda espacio para acoger las obras de arte religioso emigradas de la Franja, todavía depositadas en el Museo de Lérida.

Catedral de La Ribagorza

La antigua catedral ribagorzana de Roda de Isábena fue consagrada en honor a San Vicente en el año 956 por el obispo Odesindo, hijo de los condes de Ribagorza. En sus muros perviven las huellas de los maestros lombardos, visibles en las lesenas y arquillos ciegos de sus ábsides, junto a las de otros canteros y pintores románicos. Sus criptas guardan las reliquias de los muy venerados San Ramón y San Valero.

Del siglo XII son el claustro, salpicado de inscripciones laudatorias, y la capilla de San Agustín, magníficamente ornada con pinturas murales. Uno de los atractivos turísticos del lugar es el restaurante ubicado en el refectorio de los canónigos, al que se accede desde el mismo claustro. La portada y las puertas mudéjares de la catedral y los frescos de la cripta norte son del siglo XIII.

La construcción culminó en el siglo XVIII con el pórtico y la torre levantada sobre la original románica, además del coro y su sillería. En el siglo XX, el fallecido párroco José María Leminyana realizó también distintas obras en la catedral. El templo, declarado Monumento Histórico Nacional en 1924, conserva importantes piezas de arte sacro y arte mueble medieval, como los restos recuperados de la famosa silla de San Ramón. El núcleo de Roda de Isábena está declarado Conjunto Histórico y en su urbanismo de sinuosas calles medievales destaca el palacio prioral (siglo XVI), hoy alojamiento integrado en la red de Hospederías de Aragón.

La más joven y más sobria

De la más primitiva viajamos ahora a la más joven y, también, la de mayor sobriedad, la de Santa María del Romeral, en Monzón. La antigua iglesia colegial comparte desde 1994 con la de Barbastro el rango de concatedral, al aprobarse una nueva demarcación de las diócesis de Huesca y Lérida. El templo, que mantiene la elegante limpieza del románico tardío, fue construido a finales del siglo XII sobre una iglesia consagrada en 1098. El mismo solar lo había ocupado la antigua mezquita y, probablemente, una iglesia mozárabe.

Tiene tres naves cubiertas con bóvedas de cañón apuntado y ábsides semicirculares. De época posterior es el crucero con bóveda de crucería sobre la que se erigió la torre campanario de estilo mudéjar. La iglesia perdió el claustro, incorporó el pórtico de entrada y las capillas a los pies, una de ellas, la Parroquieta, cubierta con yeserías barrocas de tradición mudéjar. Santa María del Romeral fue también sede de las Cortes de Aragón, celebradas en numerosas ocasiones en Monzón entre los siglos XIII y XVII.

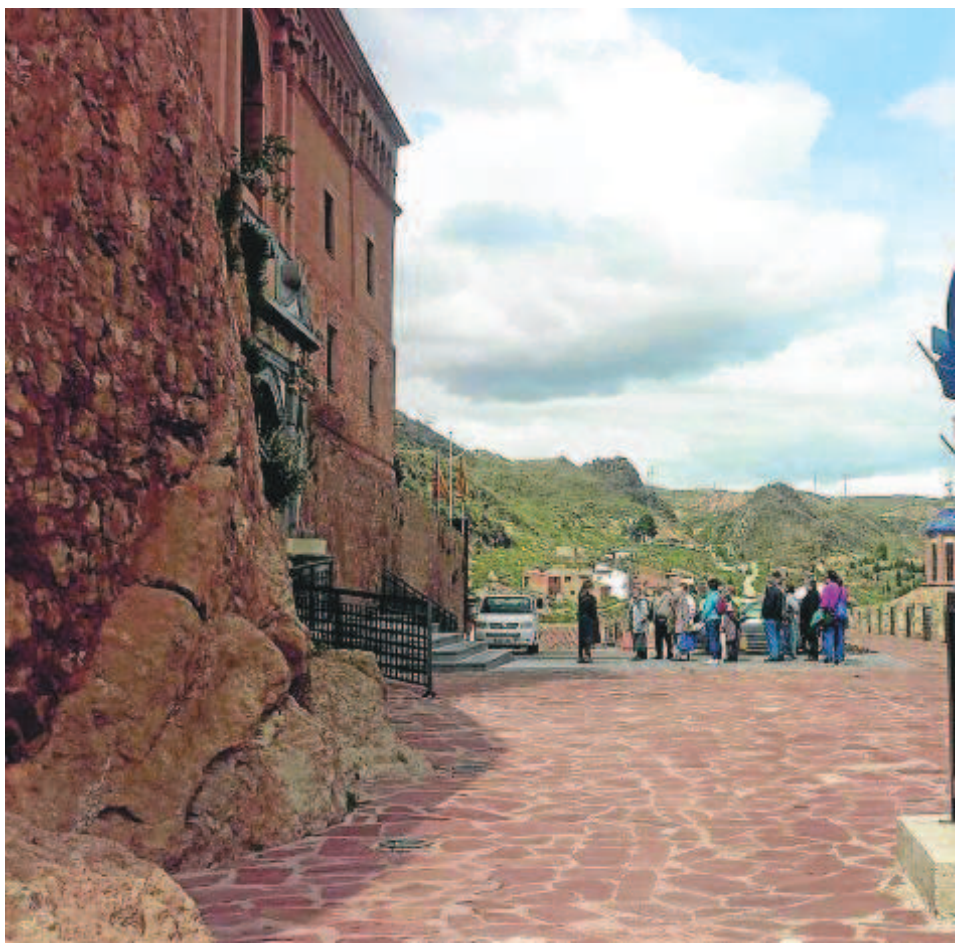
SARA AÍSA



Visitas guiadas

COMARCA DEL ARANDA: MUCHO QUE VER

Un palacio papal, un castillo fortaleza, un convento renacentista, un museo y un centro íbero conforman el interesante repertorio de visitas que ha organizado la Comarca del Aranda



▲ **Un grupo realiza una visita guiada por la localidad Illueca.** JORDI PÉREZ

El Papa Luna Benedicto XIII, y don Lope Fernández de Luna eran los dos grandes señores que repartían su poder en la comarca del Aranda a finales del siglo XIV. Uno provocaría el cisma de la Iglesia Católica y el otro llegó a arzobispo de Zaragoza tras ser capitán general del rey Pedro IV. Provenientes del mismo tronco familiar, el escudo de don Lope lleva la misma luna invertida que luce el emblema de Benedicto XIII pero con los escudetes de su familia materna, a fin de diferenciarse del que fuera Papa de Aviñón. Los símbolos de don Lope pueden verse en el castillo de Mesones de Isuela mientras que los de Benedicto XIII se aprecian en el de Illueca. Ambas fortalezas están abiertas al público gracias al programa de visitas que se ha organizado desde el departamento de Turismo comarcal, que se extiende al convento de los Dominicos de Gotor, el Museo del Calzado de Brea y el centro celtíbero Aratikos en Aranda de Moncayo.

El castillo de Mesones es una impresionante fortaleza de 3.000 metros cuadrados, planta rectangular y seis torreones, que prácticamente no ha sido alterado desde que se acabara en el año 1382. En sus muros se cuentan hasta 127 marcas de canteros, lo que demuestra no sólo el poderío económico de su dueño, sino la prisa que había por acabarlo, siendo como era avanzadilla de Calatayud ante la frontera castellana.

De todos sus valores, destaca la capilla en el interior de una de las torres, a la que se añade una nave a finales del XVII, y en la que llama sobre todo la atención la techumbre con 92 piezas de madera encajadas entre sí, que se rematan con un almizate, o estrella de 12 puntas. De forma hexagonal, la bóveda fue construida en el suelo e izada luego hasta el techo de la capilla. Su decoración con ángeles que portan velas y la cripta construida en el subsuelo parecen destinarla a ser la tumba de don Lope quien, sin embargo, está enterrado en la Seo de Zaragoza.

Tampoco el Papa Luna reposa en su castillo familiar de Illueca, un edificio que es ahora sede de la comarca. Tras pasar por varias modificaciones, y adaptada ahora a estos nuevos usos, la que fuera casa natal del Papa Luna, mantiene sin embargo su estructura originaria y buena parte de su rica ornamentación. En la visita pueden admirarse las elaboradas techumbres mudéjares y las yeserías de motivos vegetales, además de introducirse en la sala de la alcoba, donde nació el futuro Papa, el salón del protocolo, donde se llevaban a cabo los actos más suntuosos y formales, o la sala del mausoleo.

HORARIOS DIVERSOS Y UN BONO SIN FECHA DE CADUCIDAD PARA VISITAR TODOS LOS CENTROS



▲ **Techumbre mudéjar en el castillo de Mesones de Isuela.** CABALLERO

Para este programa de visitas turísticas guiadas se ha establecido el siguiente horario:

- Palacio del Papa Luna, en Illueca: de miércoles a viernes, de 11.00 a 17.00; sábados, domingos y festivos: 11.00 a 14.00 y de 16.00 a 18.30.
- Castillo de Mesones de Isuela: sábados y domingos: 10.30 a 14.30.
- Museo del Calzado de Brea: sábados: 16.30 a 20.00; domingos: 11.00 a 14.00.
- Convento dominico de Gotor: sábados y domingos, de 12.00 a 14.00.
- Centro Aratikos, en Aranda: sábados: 16.00 a 19.30.
- Precios: 3,5 euros tarifa general y 2,20 reducida en Mesones, Brea, Illueca. Resto: 2 euros y 1,5 en tarifa reducida. Existe un bono (8,5 euros tarifa general y 6,5 en reducida) para visitar todos los centros (los cinco mencionados y los dos que se abren en verano: Centro de Naturaleza de Jarque y Museo de Agricultura de Oseja), que no tiene caducidad.

Oficina de Turismo de Illueca: plaza del Castillo, s/n. Illueca. Abierta de miércoles a domingo; tel.: 976 860 270.

En el palacio de Illueca se visita la alcoba en la que nació el Papa Luna



▲ **Vista exterior del convento dominico de Gotor.** CASBALLERO



Convento dominico de Gotor

En Gotor se encuentra el convento de los Dominicos, construido en el siglo XVI sobre los restos de una antigua iglesia. Recientemente ha sido restaurado el conocido como Jardín de las Cuatro Culturas, en alusión a la presencia íbera, judía, cristiana y musulmana en la localidad a lo largo de la historia. En la actualidad se espera poder dar uso a alguna de sus dependencias, y mientras es posible visitar parte del conjunto arquitectónico. Entre las zonas de acceso al público destaca, además del jardín, el claustro de su patio central, usado también como zona de enterramiento para personas ilustres o en casos de grandes mortandades por epidemias y enfermedades; y la iglesia, con arcos y yeserías con una gran diversidad de motivos vegetales que puede admirarse solo desde la puerta, dado que aún está pendiente de rehabilitación. Sí están abiertas a la visita las dependencias monacales: cocinas, refectorio, bodegas y celdas de los monjes que habitaron hasta la Desamortización este convento, que llegó a tener molino de aceite y de harina.

Otros habitantes ya desaparecidos son los íberos que poblaron en tiempos la zona y de los que el visitante puede saber más en el Centro Aratikos, en Aranda de Moncayo. Creado para explicar la cultura celtíbera que está en el origen de todas las localidades de la comarca, este espacio expositivo muestra diversos aspectos de esta civilización, con especial atención a la cultura guerrera. Una recreación de un guerrero íbero frente a un soldado romano muestra las diferencias de indumentaria, cascos y armas con la que ambos se enfrentaban a la





▲ **Centro Aratikos.** COM. ARANDA

batalla, una lucha que sin duda se daría si pensamos que Aranda se encuentra en medio del camino de Mara a Numancia, dos hitos de la resistencia a la invasión romana. También pueden verse muestras cerámicas, y de diversos objetos, a la espera de que el asentamiento íbero que hubo en la localidad sea excavado.

Una industria muy arraigada

La Comarca del Aranda tiene una gran tradición en la fabricación de calzado, que sigue siendo la principal actividad económica de la zona, y el Museo de Brea es el mejor lugar para conocer por qué existe esta vinculación desde tiempos remotos.

Además, en el museo, que cuenta con elementos expositivos de alta tecnología, puede verse cómo es el proceso de fabricación del calzado, asistir a la proyección de un documental, y tener acceso a una pequeña representación de los zapatos que se fabrican en la zona.

M. J. MONTESINOS

BREVES



El Maestrazgo abre los actos del 700 aniversario de la comarca

■ La comarca del Maestrazgo se llamó durante más de cuatro siglos Las Bailías, una denominación que nació al configurarse como territorio por la Orden templaria de San Juan del Hospital en 1317, hace ahora 700 años. Para celebrar esta efemérides se prepara un programa de actos que comenzarán con la celebración mañana, en el Ayuntamiento de Cantavieja (12.00), de un acto de conmemoración en el que el historiador José Ramón Sanchís explicará cómo se configuró este dominio feudal. Los actos seguirán el 2 de diciembre en el Ayuntamiento de Castellote (18.00), y 9 de diciembre (12.00) en el de Aliaga. Estos actos darán inicio a la celebración de este 700 aniversario que seguirán a lo largo de 2018, con diversas teatralizaciones y charlas.

El Balnerario de Ariño añadirá seis bungalows a su oferta

■ El Balneario de Ariño, puesto en marcha hace tres años, ha cumplido las expectativas más optimistas y esta campaña ha tenido un nivel de ocupación del 85%. Por eso se plantea ampliar su oferta hotelera y, como primer paso, va a levantar seis bungalows de fibrocemento y madera en su exterior que tratan de imitar a las masías de Teruel de los que saldrán habitaciones dobles y sencillas.

PLANES PARA ESTAS SEMANAS

1



Reivindicativa Andada La Senderuela y búsqueda de setas en la jornada micológica de Biel

Mañana sábado, Biel cierra las actividades micológicas que ha organizado la comarca de Cinco Villas durante los meses de octubre y noviembre. Estas jornadas aúnan naturaleza con gastronomía y, en este caso, también con reivindicación, ya que la salida al monte para buscar las preciadas setas se realizará dentro de la Andada La Senderuela, una vía cuya mejora se demanda con esta actividad. Se saldrá a las 6.30 de la plaza de San Juan. Durante la marcha se recogerán las setas que puedan verse a la sombra de los troncos del camino. Además, durante toda la jornada se podrán degustar en los establecimientos adheridos diversas tapas elaboradas con la seta como protagonista.

2

Paseos con educadores ambientales por la Laguna de Gallocanta para la observación de grullas

Desde el Centro de Interpretación de la Laguna de Gallocanta en Bello se organizan paseos guiados por la laguna para la observación de grullas, ahora que están en plena migración hacia África. Se trata de una actividad gratuita que se desarrolla durante los fines de semana, pero que se ha extendido también a los días 2, 3, 6, 7, 8, 9 y 10 de diciembre. Los paseos se realizan bajo la guía de educadores ambientales que no solo acompañan hasta los lugares de avistamiento de las aves, si no que también ofrecen explicaciones sobre el ecosistema de la laguna y todo su entorno natural. Se precisa contar con vehículo propio para los desplazamientos hacia los observatorio, etc. y se recomienda acudir también con prismáticos. Información y reservas, en el teléfono 978 734 031 (de 10.00 a 14.00 y de 15.00 a 19.00).

3



Un recorrido por la historia en la visita a la Estación Internacional de Canfranc

Durante el invierno continúan las visitas guiadas a la Estación Internacional de Canfranc, aunque desde la Oficina de Turismo recuerdan que no hay calefacción en el edificio y hay que acudir convenientemente abrigado. Las visitas, de una duración de 30 minutos, se inician entrando por el subterráneo de la estación, una experiencia singular que permite pasar por debajo de las vías de la estación para acceder al vestíbulo, impresionante por sus dimensiones y su elegante decoración. Las visitas tienen un precio de 4 euros (hasta 5 años, gratis; 6-10 años 1.50). Los tiques pueden adquirirse por vía telefónica en el 974 373 141, o mediante compra 'online' en la web www.canfranc.es

NO TE PIERDAS

Jornadas Culturales y Mostra de Teatro en el Matarraña

■ **Espectáculo.** Siguen la XIV Jornadas Culturales del Matarraña y la VIII Mostra de Teatro 'Aficionate T'. Mañana sábado en Beceite se ofrecerá el espectáculo 'Pepín a la americana', a cargo de Pepín Banzo (Palau, 18.00). El domingo 26, en Fuentespalda (18.30, Cubic), se pondrá en escena la obra 'De todas las bellas, las más bellotas', a cargo de Compañía Aérea Teatro.





Senderos por el Moncayo

DEL SANTUARIO AL COLLADO DE LA ESTACA

La nueva señalización del GR 90 como Sendero Turístico de Aragón nos lleva del Santuario de la Virgen del Moncayo al collado de la Estaca, en una ruta sin dificultades, salvo problemas meteorológicos



▲ **El santuario visto antes de llegar al collado de Bellido.** DAVID LAMANA

Este año hemos tenido ocasión de recorrer distintos tramos del sendero de gran recorrido GR 90, señalizado ahora como Sendero Turístico de Aragón. En esta ocasión completaremos lo que nos queda de la etapa que lleva hasta Purujosa, recorriendo el tramo pendiente entre el santuario y el collado de la Estaca.

Estamos en tiempo de otoño pero vamos a movernos en las faldas del Moncayo, por encima de los 1.800 m de altitud, por lo que las condiciones pueden ser invernales. Hay que estar atentos a la previsión meteorológica antes de decidirnos a hacer esta excursión por las laderas del macizo más elevado del Sistema Ibérico.

En condiciones normales, podemos llegar hasta el Santuario de la Virgen del Moncayo por distintas carreteras secundarias que, desde Tarazona o Borja, desembocan en la Z-F-0251 que enlaza con la pista asfaltada de acceso al lugar. En invierno la pista puede estar cerrada o solo practicable hasta una zona de aparcamiento habilitada un kilómetro antes de llegar al santuario. También podemos llegar a pie desde la Fuente de los Frailes, siguiendo el sendero señalizado del Parque Natural del Moncayo AG-1 'Cumbre del Moncayo', que se solapa con el GR 90 hasta el mismo santuario.

El santuario guarda la imagen de la Virgen de la Peña Negra o del Moncayo que, según cuenta la tradición, se le apareció en este lugar a un pastor. El santuario aparece mencionado por primera vez en el siglo XIII, y su antaño albergue de caminantes es hoy una hospedería con restaurante (tel.: 976 190 014).

A pocos metros del santuario (1.610 m de altitud) encontrare-

DE UN VISTAZO



CARTOGRAFÍA PRAMES

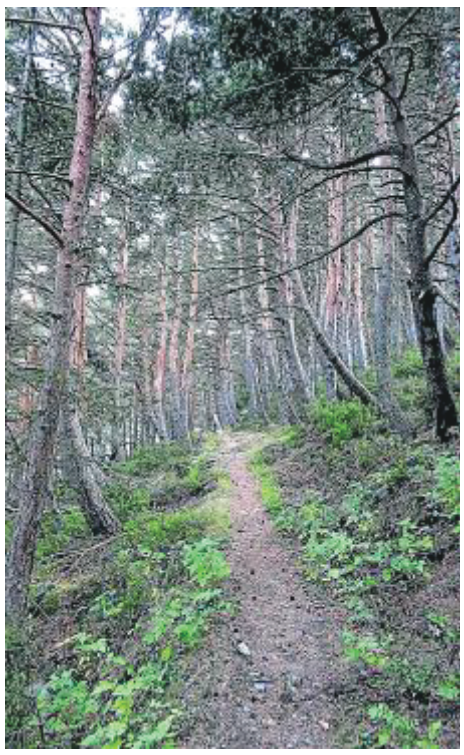


▲ **Collado de Bellido.** CARLOS BARAZA

DATOS ÚTILES

1 2 2 3

Tipo de recorrido: travesía.
Distancia: 15,5 km.
Horario: 4 h 15 min.
Dificultad: media-baja.
Desnivel: + 400 / -550 m.
Acceso: desde Tarazona por la carretera CP-10, o desde Borja por la N-122 hasta Vera de Moncayo y el Monasterio de Veruela, y luego por la Z-F-0251 hasta la fuente de los Frailes y el Centro de Interpretación de Agramonte.



▲ **Sendero por el pinar.** C. BARAZA

mos la bifurcación que separa el sendero que sigue la ruta de ascensión clásica a la cima del Moncayo (2.314 m), a la derecha, del que nos llevará hacia el collado de Bellido, a la izquierda. El GR 90 inicia su recorrido por la ladera adentrándose pronto en una mancha de pinos situada a una cota por encima de la fuente y la ermita de San Gaudioso, ocultándonosla, para llanear posteriormente por las faldas de los circos de San Gaudioso y de Morca, mientras atraviesa canchales y más rodales de pinar.

Hasta el collado Bellido

Tras pasar junto a la fuente del Morroncillo, en el circo de Morca, el sendero asciende hasta alcanzar el collado Bellido (1.836 m). Continuamos nuestro recorrido por pista, ganando poco a poco altura hasta llegar al refugio de Majada Baja (1.800 m), continuando ahora en descenso por la pista principal varios kilómetros hasta enlazar con el sendero PR-Z 3 en el barranco de Horcajuelo.

El itinerario nos lleva hacia el alto de los Almudejos y el collado del Hoyuelo (1.595 m), dejando al sur el Cabezo Cuartal, para bordear el Morrón por la umbría de la Zorra. La ruta gira hacia el sureste y se dirige al collado del Pájaro y el collado de la Estaca (1.397 m), punto donde el GR 90 se bifurca en un ramal, el GR 90.1 que prosigue hasta Talamantes.

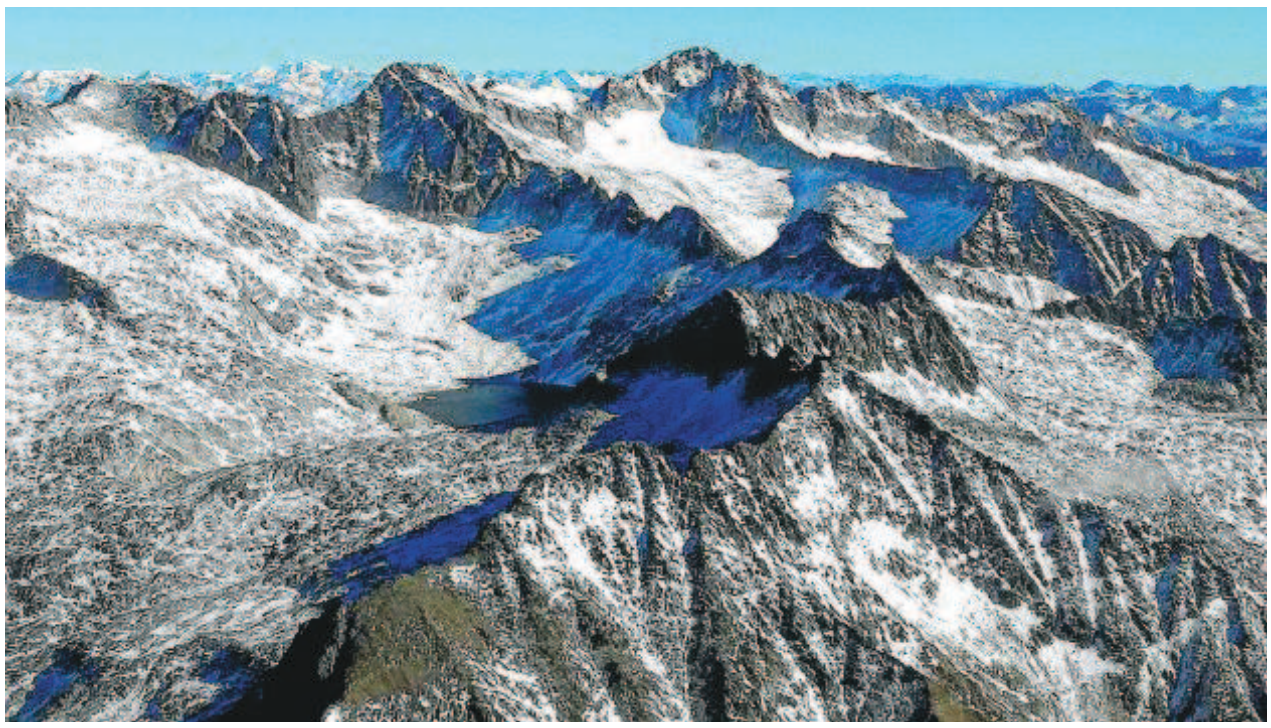
Este será nuestro punto de destino final, salvo que queramos continuar hacia Purujosa (6,5 km más y unas dos horas añadidas) por el GR 90, tomando la pista ancha que se dirige hacia los paredones de la Muela. Bajo ellos, y próximo a la cueva de Cuartún, el sendero abandona la pista por un sendero que discurre por el cauce seco del barranco Cuartún, la senda sigue hasta el barranco de la Virgen, lo cruza y sube a Purujosa. Pero esa es otra propuesta, mucho más esforzada, que cubre toda la etapa cuarta del GR 90.

PRAMES

Campaña Montaña Segura

EN LA MONTAÑA HELADA UTILIZA PIOLET, CRAMPONES Y CASCO

Con nieve escasa, helada y dura, las laderas con cierta inclinación son lugares muy expuestos en los que, si el montañero cae, se desliza a gran velocidad



◀ **Las pendientes con nieve dura y rocas que sobresalen son muy peligrosas en una caída.** MONTAÑA SEGURA

En unos pocos días del mes de diciembre de 2015, cuatro montañeros perdieron la vida en el Pirineo aragonés. Todos eran montañeros experimentados. Aquellas tragedias, ocurridas en distintas localizaciones, compartieron un mismo escenario: pendientes de nieve dura con numerosas rocas sobresalientes, laderas por las que los montañeros resbalaron sufriendo caídas de entre 100 y 200 metros.

Es una circunstancia que se repite con frecuencia en el inicio del invierno, con las primeras nieves, todavía no copiosas, que no llegan a cubrir con un manto uniforme las laderas, dejando a la vista piedras y puntas rocosas; capas de nieve que el viento endurece transformando en heladas placas por las que resulta fácil resbalar.

En muchos lugares, la montaña presenta ahora esas condiciones. La nieve que pisamos mullida la semana pasada puede estar hoy completamente helada. En casos así, el uso de crampones, piolet y casco resultarán fundamentales para nuestra seguridad. Los tres elementos son claves, también el casco, como lo demuestra el último fallecimiento de un montañero hace unos días en Picos de Europa, que se golpeó letalmente en la cabeza durante una caída tras resbalar sobre nieve helada. También era un montañero experimentado.

Aunque vayamos entera y correctamente equipados, nunca vamos a estar completamente seguros de no sufrir una caída, ni de que ésta tenga consecuencias graves. Pero minimizaremos esos riesgos. Hay que tomarse la nieve muy en serio, en todas sus condiciones.

Todavía escasa en el Pirineo, en muchos lugares la nieve no logra a cubrir las rocas y, además, está helada. Las laderas con cierta inclinación se convierten en tramos de gran exposición y riesgo, donde, cuando el montañero cae, se desliza a gran velocidad. Los crampones ayudarán a no resbalar y el piolet será el único elemento con el que podremos frenar una caída por una pendiente. Por ello, no debe darnos pereza ponernos los crampones o sacar el piolet antes de cruzar un nevero, por pequeño que este sea, si apreciamos algún riesgo de caída con deslizamiento peligroso. El casco nos protegerá de politraumatismos graves.

Extremar precauciones

Que estos primeros mantos de nieve resulten particularmente peligrosos no tiene que hacernos desistir de salir a la montaña, pero si lo hacemos ha de ser en las máximas condiciones de seguridad y por lugares donde el riesgo sea asumible y acorde a nuestra experiencia, equipamiento y nivel técnico.

Para salir a la montaña en estas condiciones se requiere mucha experiencia (que, como sabemos, no basta por sí sola), pues para solventar las dificultades que podemos encontrar necesitaremos un gran conocimiento técnico. Por ello, al material imprescindible que debemos llevar con nosotros (crampones, piolet y casco), puede ser una muy buena idea sumar la compañía de un guía de montaña, un profesional que conoce el medio y su estado, que nos aportará un indudable plus de seguridad.

Por otro lado, conviene refrescar cada año nuestro manejo del piolet y los crampones, realizando pruebas de deslizamiento en una zona segura. En una caída por pendiente con nieve dura alcanzaremos pronto gran velocidad por lo que los primeros segundos son fundamentales para detenernos y hay que estar entrenado.

A los habituales requerimientos de una salida a la montaña invernal sumaremos el equipamiento, la preparación y las precauciones apuntadas para evitar o afrontar en las mejores condiciones una caída en pendiente con nieve helada. Nos va en ello la vida.

MONTAÑA SEGURA

MONTAÑA SEGURA
FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO
aramon MONTAÑAS DE ARAGON
GOBIERNO DE ARAGON



▲ **Vanesa Pascual, integrante de la selección de Aragón de carreras por montaña, en pleno esfuerzo.** FAM

Carreras por montaña

BALANCE DE LA TEMPORADA DEL GTACAM Y LA SELECCIÓN

El Grupo de Tecnificación de Carreras por Montaña y la selección de Aragón han completado la temporada 2017 con muy buenos resultados. Es el momento de hacer balance

Toca hacer balance a una larga temporada de competición que comenzaba con el difícil reto de igualar los estupendos resultados obtenidos en 2016. La iniciábamos en enero con novedades para el Grupo de Tecnificación de Carreras por Montaña de Aragón (GTACAM). El grupo de tecnificación de la FAM, que reúne a los chicos y chicas en edades comprendidas entre los 15 y los 23 años, pasaba a depender en dirección y organización del mismo cuadro técnico que se viene encargando de la Selección de Aragón de Carreras por Montaña, incorporándose además un técnico deportivo para la planificación y supervisión deportiva del nuevo GTACAM 2017.

La temporada se ha centrado en la participación en la Copa de España Fedme, tanto en las competiciones de carrera en línea como en las de carreras verticales. La Copa presentaba este año un total de seis pruebas en línea, la primera en marzo en Atarfe (Granada) y la última disputada el 5 de noviembre en Caravaca de la Cruz (Murcia). La de verticales, con cuatro pruebas, comenzaba en abril en Otañes (Cantabria) y terminaba en Becerril de la Sierra (Madrid) el pasado mes de octubre.

Selección en línea

La Selección en línea para la copa ha estado formada por Pilar Prades, Miren Andueza, Javier Robres, Albert Ferrer, Alex Marín, Javier Barea, Luis Najes y Daniel Osanz. Por el GTACAM 2017, en línea de la copa, han participado la júnior Yaiza Miñana, los promesas Omar Ladoufi y Olmo Allué, y el cadete Moisés Muñío.

A la Copa de España de Verticales la selección acudió con Kiko Navarro (1º), Toño Algueta (1º veterano), Daniel Osanz (1º júnior), Vanesa Pascual (4ª) y Daniel Magallón (10º). Por el GTACAM 2017, compitieron Yaiza Miñana (2ª junior) y Marta Guiu (2ª promesa).

Dos de nuestros integrantes más jóvenes (Yaiza Miñana y Daniel Osanz) fueron convocados con la selección española para disputar en julio el mundial juvenil, obteniendo unos estupendos resultados.

Por otro lado, en la competición en línea Albert Ferrer terminó entre los diez primeros de la copa y Alex Marín el 13º. Pilar Prades se alzó con la segunda plaza de veteranas, Daniel Osanz fue primero en categoría júnior y nuestra selección terminó en una estupenda cuarta posición del Campeonato de España de Selecciones. El GTACAM alcanzó con Yaiza la primera plaza en junior femenina, Olmo Allué fue 3º promesa y Omar Ladoufi 5º promesa.

Nuestro agradecimiento a los colaboradores Tempo Finito, Territorio Trail, Deportes Zenit y a nuestro patrocinador Scott por su importantísimo apoyo. En el 2018 volveremos a soñar con una temporada tan buena como lo ha sido ésta... ¡o mejor!

MANUEL MARTOS
Seleccionador FAM Carreras por Montaña y director de GTACAM

Encuentro de jóvenes escaladores previo a los Juegos Deportivos en Edad Escolar

El pasado sábado 18 el Club Peña Guara organizó un encuentro de escuelas de escalada en el rocódromo del pabellón del CEIP Pío XII de Huesca en el que participaron 25 escaladores y escaladoras y siete monitores. Tras las presentaciones y el calentamiento, los escaladores dedicaron dos horas a seis estaciones en las que practicaron con juegos y ejercicios los diferentes aspectos de las técnicas corporales en la escalada. Luego de un descanso, continuó el entrenamiento con la práctica de toda la técnica que se había realizado en las estaciones con la cuerda, finalizando con juegos y ejercicios de estiramiento. El encuentro estaba dedicado a los niños y niñas de la categoría iniciación, que este año no compiten en las pruebas de los Juegos Deportivos en Edad Escolar, pero también se invitó a las categorías benjamín y alevín para hacer ambiente de cara al inicio de los juegos.

¡Pon atención! Campaña de Fedme sobre seguridad en la montaña

El Comité de Seguridad de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (Fedme) presentó en fechas recientes la campaña de comunicación la seguridad en montaña ¡Pon atención!, dirigida al entorno montañero y, sobre todo, a la población en general. La imagen de la campaña es un símbolo de exclamación y el punto de partida son diversos vídeos en los que 'embajadores' de la seguridad (niños, deportistas y montañeros de renombre...) aportan su voz para concienciar sobre la seguridad en el medio natural. También se está trabajando en la creación del 'Primer Manual para el Uso de la Exclamación en los Deportes de Montaña', junto a actividades y programas específicos dirigidos a colegios y colectivos profesionales. La campaña incluye la difusión a través de la revista Desnivel de experiencias reales y consejos en materia de seguridad. También está prevista la edición de publicaciones, la organización de jornadas y la difusión de las cápsulas formativas a través de la EEAM. Toda la información en www.seguridadfedme.es.

Curso de alta montaña invernal con Aventuras Trepakabras y CFIME

El próximo jueves 30 finaliza el plazo para apuntarse al curso de alta montaña invernal que organiza el club Aventuras Trepakabras con la coordinación del Centro de Formación e Investigación en Montaña y Escalada (CFIME). El curso tendrá lugar del 7 al 10 de diciembre en la Escuela de Montaña de Benasque. Tendrá una duración de 32 horas lectivas, con un coste de 60 € y está dirigido a socios del club y federados con licencia de modalidad B. Información e inscripciones: www.aventurastrepakabras.com y en el teléfono 679 419 503.

III Andada Popular Puerta al Invierno y IV Maratón Blanco Jacetania

Jaca acogió el 18 de noviembre el IV Maratón Blanco Jacetania y la III Andada Popular Puerta al Invierno, organizados por el Club Pirineísta Mayencos con el apoyo de la comarca de La Jacetania. Unos 45 senderistas y 70 corredores partieron de Jaca hacia la meta instalada en la estación invernal de Candanchú, asistidos por un equipo de 40 voluntarios, entre ellos los miembros de Os Andarines de Aragón. La acumulación de nieve obligó a modificar el trazado, que inicialmente tenía previsto también su paso por la estación de Astún. Entre los andarines, se impusieron con una espléndida actuación los locales Isabel Dumall (Mayencos) y José Moliné. En la maratón, el podio femenino lo encabezó la veterana Patricia Taillebresse (Francia), y el masculino el joven Bernat Borrás (BKE Trail).

Agenda de actividades de los clubes

Entre las actividades con jóvenes y niños programadas por los clubes de la FAM para las próximas semanas figura el 10 de diciembre salida a las gorgas de San Julián (Peña Guara). En senderismo, el 3 de diciembre salida a Le Chêmin de la Mâture (Montañeros de Aragón) y Aguarales de Valpalmas (Aventuras Trepakabras); el día 8, picó Peiró desde Arguis (Lo Bisaurín), y el domingo 10, belén montañero (Comuneros de Calatayud) y pinares de Zuera (Montañeros de Aragón).