



ARAGÓN

un país de montañas

ESCALADA

4 / Valle de Pineta, destino de la escalada en hielo



Paraje natural en torno al Monasterio de Piedra, en Núevalos, uno de los enclaves turísticos más visitados de Aragón. JESÚS MACIPE/HERALDO

Turismo zen en la provincia de Zaragoza

Siempre es un buen momento para desconectar del día a día y alejarse del estrés, pero es la melancolía característica del otoño la que invita de manera especial al relax. Balnearios, hospederías, monasterios o rutas del vino son opciones muy reconfortantes para escaparse estos días

Quedan demasiado lejos los recuerdos de las pasadas vacaciones?, ¿ha sido especialmente intensa la entrada en el último trimestre del año?, ¿hay algo que celebrar o se ha quedado pendiente alguna fecha señalada? Tanto si la respuesta es afirmativa como si no, seguro que ha llegado la hora de darse un respiro y vivir experiencias que ayuden a apartarse del frenético día a día.

Especialmente recomendable para los que viven en la ciudad es escaparse a disfrutar de la naturaleza y contemplar su esplendor otoñal. Así, a tan solo unos kilómetros de la capital aragonesa, es posible encontrar auténticos vergeles donde pasear y llenar los pulmones de aire puro, como el Monasterio de Piedra. Igualmente, recorrer el ámbito rural de la provincia es infalible para disfrutar de la tranquilidad y el silencio deseados, además de ser un plan perfecto para descubrir joyas del patrimonio histórico y cultural de cada territorio. Dentro de este capítulo monumental, destacan los monasterios, conjuntos arquitecto-

tónicos que transmiten una paz imposible de encontrar en otro enclave. La magnificencia de otras épocas y su condición de destino para el retiro espiritual hacen de estas visitas a los cenobios zaragozanos unas experiencias reconstituyentes y casi terapéuticas. En muchos de ellos, el legado artístico es digno de tener en cuenta, como ocurre en la Cartuja de Aula Dei, donde se albergan las pinturas murales de Francisco de Goya.

Por supuesto, las estancias en los balnearios siguen siendo las más solicitadas dentro del turismo del bienestar para huir del ritmo cotidiano. En Zaragoza, son seis los centros termales que ofrecen sus servicios para cuidar cuerpo y mente.

Y para terminar, no hay que pasar por alto los placeres que brinda la gastronomía: desde los restaurantes con estrella Michelin hasta la cocina tradicional de los pueblos más recónditos, pasando por las actividades de las rutas del vino de la zona.

C. IGLESIAS

PASA A LAS PÁGINAS 2 Y 3

Coordina: Ana C. Martínez

Maquetación: Noemí Auría y Cristina Guallar

PROMUEVE:



CON LA GARANTÍA EDITORIAL DE:



PATROCINA:



Lo difícil es decidir que ha llegado el momento de regalarse un descanso de calidad, después solo es cuestión de fijar un par de días y decantarse por la alternativa de ocio y relax que más se ajuste a nuestras preferencias. A este respecto, hay mucho donde elegir en la provincia de Zaragoza, de manera que no faltan excusas para escaparse de la capital.

Una de las que más tirón tiene es la de procurarse algún que otro tratamiento corporal y terapéutico en uno de los seis balnearios que existen en el territorio, mientras se goza de los efectos termales del agua. La comarca de la Comunidad de Calatayud concentra la oferta de la provincia zaragozana, con bellos entornos formados por sierras, valles y barrancos y experimentados establecimientos. En el municipio de Jaraba, están Sicilia, Serón y La Virgen; en Alhama de Aragón, Termas Pallarés y Balneario Alhama, y por último, el balneario Paracuellos de Jiloca en la localidad que le da nombre.

Más establecimientos se conciben como un remanso de paz sin salir de la provincia. Son las hospederías, edificios históricos convertidos en alojamientos que ofrecen un servicio turístico de calidad basado en la tranquilidad del entorno y en la buena mesa. El Mesón de La Dolores en Calatayud, el Monasterio de Rueda en Sástago y la hospedería de Sádaba son los ejemplos que se hallan en territorio zaragozano.

Los cenobios son el perfecto paradigma del retiro, practicado durante años por sus principales inquilinos: los monjes.

No hay duda de que los cenobios son el perfecto paradigma del retiro, practicado durante años por sus principales inquilinos: los monjes. Acercarse a conocer el monasterio de Veruela implica internarse en el corazón del Moncayo y posibilita recorrer el Parque Natural y descubrir el sorprendente hayedo, uno de los más meridionales de Europa, que en esta época destaca por su gran riqueza multicolor.

Otro de los paseos más relajantes de la provincia se encuentra, sin duda, en el entorno del Monasterio de Piedra, uno de los enclaves turísticos más visitados de Aragón. Cascadas, grutas y espectaculares saltos de agua conviven en un vergel que rodea el monumento fundado por los monjes cistercienses.

Muy cerca de la urbe, en el barrio rural de Peñaflo, se localiza uno de los legados más importantes de Francisco de Goya. Contemplar sus pinturas murales mientras se recorre la Cartuja de Aula Dei, su claustro, su jardín y sus capillas, completan una visita redonda.



Sobre estas líneas, balneario de Paracuellos de Jiloca, en la Comunidad de Calatayud. A la izquierda, habitación en la hospedería del Monasterio de Rueda, en Sástago, y paisaje del Moncayo nevado. FOTOS: JESÚS MACIPE / TURISMO DE ARAGÓN

DESTINOS DE OCIO Y RELAX

Múltiples planes para disfrutar de la vida tranquila

La oferta turística de la provincia de Zaragoza contempla distintas propuestas para hacer un agradable paréntesis en la vida cotidiana. Destinos y experiencias para todo tipo de públicos contribuyen a cargar las pilas y a quitar el pie del acelerador por uno días

Además, perderse en la naturaleza a través de las distintas rutas senderistas es una estimulante opción para desconectar de la vida en la ciudad. La guinda bien la puede poner una deliciosa cocina de kilómetro cero con todas las garantías en las localidades que nos salgan al paso.

Aunar naturaleza y gastronomía es la base del enoturismo, una práctica de gran aceptación, que ha trabajado mucho, además, en el cumplimiento de todas las medidas de seguridad. En la provincia de Zaragoza, son tres las rutas del vino diseñadas: la de Calatayud, la de Campo de Borja-La Gornacha y la de Campo de Cariñena. Desde esta última se recuerda que bodegas, museos, restaurantes, bares de vinos, comercios y alojamientos que componen el recorrido se suman a esta alternativa de turismo tranquilo, para saborear lentamente.

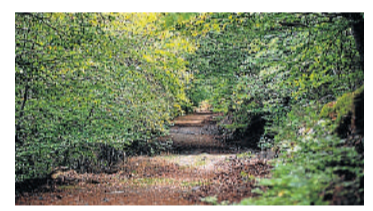
C. I. Z.



Sobre estas líneas, puesta de sol en otoño sobre los viñedos del Campo de Cariñena, ala izquierda, cascada en el Monasterio de Piedra e interior del Monasterio de Veruela. FOTOS: JESÚS MACIPE

TOMA NOTA
Rutas para unas vacaciones 'slow'
Romanticismo y aventura son los principales ingredientes del 'slowdriving', una iniciativa de Turismo de Aragón, que consiste en recorrer la Comunidad con calma y parando donde se desee. De las 16 rutas que se incluyen en la web slowdrivingaragon.com, dos se enmarcan en la provincia de Zaragoza: la del Corazón del Moncayo y la Ruta del Ebro, Goya y vestigios de la guerra.

DESCUBRIR SENDEROS



Hay quien desconecta con una buena caminata por el campo u organizando una excursión en plena naturaleza. En ese caso, la provincia de Zaragoza también cuenta con una importante red que merece la pena descubrir. Para eso, se recomienda consultar la web senderoturísticos.turismodearagon.com, que permite localizar en el mapa los mejores itinerarios para recorrer en función de las circunstancias.

El portal de información autonómica detalla los kilómetros, el tiempo y el nivel de cada una de las rutas, entre otras cuestiones, lo que facilita elegir la más apropiada para cada caso.

ARAGÓN ABRE CAMINO
Camino de Santiago Francés entre España y Francia

The graphic includes a map of the Camino de Santiago route through Aragón, with various towns and landmarks marked. A hiker with a backpack is shown walking along the path.



Escalada deportiva

Valle de Pineta, destino de la escalada en hielo

Por sus condiciones naturales, Pineta, también conocido como 'la valle Verde', es un escenario único en España para el deporte invernal de escalar cascadas congeladas

Con la llegada de las primeras nieves 'la valle Verde', como también se conoce al valle de Pineta, ha comenzado ya a mostrar su cara blanca, que la convierte en uno de los puntos más destacados de España para practicar la escalada en hielo. El entorno del refugio de la FAM en Pineta ofrece más de 30 rutas, que incluyen desde vías para iniciarse en esta modalidad hasta las rutas más bellas y difíciles.

El valle de Pineta, uno de los cuatro que se integran en el Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido, es un valle glaciar por el que el río Cinca recorre sus primeros kilómetros con una clara orientación este-oeste. Las crestas que lo rodean superan los 2.500 metros de altitud, con barrancos y torrentes que se precipitan al fondo del valle, a unos 1.200 m. Esto favorece en invierno las inversiones térmicas, en las que el aire frío se enfría más cerca del suelo que en altura y queda atrapado en una capa que hielas las abundantes cascadas.

Jaime Arbex, guarda del refugio de Pineta, destaca que «las condiciones óptimas requieren un tiempo frío y seco, como el que causa un frente siberiano, ya que las nevadas deshacen el hielo y también suponen el riesgo de aludes en las zonas más altas». En el mismo refugio, los aficionados pueden preguntar para informarse del estado de las rutas y elegir entre las vías que se acomodan a su nivel y preferencias. Los aficionados señalan que ascender solo con el contacto de las puntas de los piolets y los crampones es lo más cercano a levitar.

Otro de los alicientes para la escalada en hielo en Pineta es el acceso por carretera hasta el refugio y el parador nacional, desde donde se encuentran próximas ya las vías. Frente al refugio de la FAM hay varias rutas sencillas de nivel I/2 a II/4, como para tomar contacto con la técnica. Junto al final de la carretera, se sitúa 'Brutal Fang', considerada la más difícil de los Pirineos (IV/6). En la conocida ruta a La Larri se hallan algunas de las consideradas más bonitas, como 'La paciencia de Mónica'. El circo glaciar ofrece las rutas más largas. Los más expertos pueden ascen-



En el entorno del refugio de Pineta se puede escoger entre más de 30 vías de escalada en hielo, de niveles desde iniciación a experto. FOTO: JAIME ARBEX

der a las alturas de las Tres Marías o Punta Verde. En la web del refugio, valpineta.eu, se presentan todas las fichas.

«Pineta es uno de los mejores destinos para escalar en hielo», resume Arbex, aunque añade que se suma a los demás reclamos invernales que ofrece el refugio, cuando la nieve cambia el aspecto del valle y limita otras clásicas posibilidades deportivas, como el ascenso a Monte Perdido.

Los recorridos en raquetas de nieve o esquí de travesía son así otro atractivo que ya comienza en Pineta, con la misma gama desde paseos sencillos por el fondo del valle para una mañana en

familia, hasta recorridos para expertos; en la web del refugio se puede encontrar también la información de distintas propuestas, y también se ofrece el alquiler de raquetas.

El refugio de la FAM ha completado, además, este verano una obra de remodelación que ha dividido los antiguos dormitorios comunes en habitaciones y box para mejorar el servicio a los montañeros. Ahora, con las líneas de las cascadas congeladas ya perfilándose, espera una nueva temporada para disfrutar de la nieve y el hielo.

FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO

Noticias

Calendario de carreras por montaña FAM

La FAM ha aprobado el calendario oficial de competiciones de carreras por montaña 2022, con las pruebas en las que se disputarán los distintos títulos autonómicos. Este año, como novedad, se celebrará la primera edición del Ranking FAM.

El Campeonato de Aragón de carreras en línea tendrá lugar en el Trail Barranco de Horcajuelo (24 de abril); el de Ascenso, en el KV Moncayo (22 de mayo); el título de ultra trail en la Vuelta al Aneto (23 de julio) y la modalidad de clubes en Peñarroya de Tastavins (15 de octubre).

La Copa de Aragón consta de cuatro carreras: Trail Valle de la Fueva, Barranco de Horcajuelo, Tozal de Guara y Foradada de Oliete. Por la suma de puntos según la clasificación se decidirá el Ranking FAM, compuesto por 18 carreras por montaña autonómicas homologadas.



Beca para deportistas

Hasta el 5 de diciembre está abierta la convocatoria del Programa de Ayudas para Deportistas FAM 2021. A estas becas para colaborar con los gastos ocasionados por el entrenamiento y la competición deportiva, pueden concurrir todos los deportistas federados en Aragón durante los últimos dos años, justificando sus resultados deportivos durante el año 2021 en escalada, esquí de montaña, alpinismo o carreras por montaña. En la web se puede encontrar la información completa y los modelos de solicitud.



Refugio Rabadá y Navarro

La FAM ha sacado a concurso la explotación del refugio de montaña de Rabadá y Navarro, en las estribaciones del pico Javalambre (Camarena de la Sierra, Teruel). Con este contrato se adjudicarán los servicios de guarda, hospedería, ayuda y socorro en el refugio durante los próximos dos años, ampliables. En la web se puede consultar el pliego de condiciones y la documentación que deben presentar los interesados; el plazo de candidaturas está abierto hasta el 10 de diciembre.



Competiciones de esquí de montaña

El calendario oficial de competiciones de esquí de montaña de la FAM en 2022 estará formado por tres pruebas: la Cronoescalada Memorial del Recuerdo (Cerler, 16 de enero), la XL Travesía Club Montaña Pirineos (Formigal y Panticosa, 23 de enero) y la XXVI Travesía Valle del Aragón (Candanchú, 27 de marzo). Respectivamente, se disputarán en ellas los Campeonatos de Ascenso, Individual y Clubes y de Equipos. Para el título de la Copa de Aragón puntuarán los resultados en Cerler, Formigal y Panticosa, y las tres competiciones decidirán los ganadores de la Liga Popular.

