



# ASCENSO A LA PICA D'ESTAT POR LA CRESTA DEL PIC VERDAGUER

**La cumbre más alta del Pirineo Catalán**

**muntania**  
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

1	Presentación .....	1
2	Destino.....	2
3	Datos básicos .....	2
3.1	Nivel físico y dificultad técnica exigida .....	3
4	Programa .....	4
4.1	Programa resumen .....	4
4.2	Programa detallado .....	4
5	Más información.....	5
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye .....	5
5.3	Material y ropa necesaria para las ascensiones .....	5
5.4	Observaciones .....	6
5.5	Enlaces de interés.....	8
5.6	Puntos fuertes .....	8
6	Otros viajes similares.....	8
7	Contacto .....	8

## 1 Presentación

Te proponemos la ascensión a la cumbre más alta del Pirineo Catalán: **La Pica d'Estat**.

Con sus 3.143 metros de altitud, es una de las cimas más emblemáticas de la península, y una de las más preciadas y codiciadas en el mundo del excursionismo catalán.

Desde el **Refugio de Vallferrera** donde pasaremos la noche, ascenderemos por el valle labrado por el **Barranc de Sotillo**, y tras rodear dos bonitos estanys, ascenderemos al **Port de Sotillo** que nos permite encarar la cresta este. Realizando algunos pasos de trepada con vistas sobre el valle que acabamos de subir, alcanzaremos la cima del **Pic Verdaguer**, y pocos minutos después ascenderemos la cumbre de la **Pica d'Estats**.

Desde el **Port de Sotillo** transitaremos por un camino menos habitual y más entretenido que nos dará un plus de valor a la actividad ya de por sí gratificante.

## 2 Destino

El **Parque Natural de l'Alt Pirineu** es el más extenso de este tipo en Cataluña. Está situado en el centro del Pirineo de la provincia de Lleida, compartiendo competencias las comarcas **Pallars Sobirà** y **Alt Urgell**. El territorio protegido alcanza la frontera con Francia y Andorra.

El territorio incluye zonas de media montaña y sus cotas más bajas se sitúan a 650 msnm y alcanzan las cotas más altas de Catalunya, 3143 metros que se materializa en la cumbre de la Pica d'Estats, que forma parte de un macizo con otras 5 cumbres por encima de la cota de los 3000 metros de altitud: Sotllo 3073m, Verdaguer 3133m, Montcalm 3077m, Punta Gabarró 3114m y Pic Rodó de Canalbona 3005m.

En el Parque Natural de l'Alt Pirineu podremos descubrir muestras de la **previa presencia de glaciares** que excavaron y modelaron valles en forma de U y circos glaciares en roca de origen ígneo y metamórfico. Como es lógico pensar, estos desaparecidos glaciares sembraron multitud de lagos (estanys) por la región, que aportan frecuentemente la presencia del agua en los paisajes y panoramas, destacando el **Estany de Certascan** que es el más extenso.

En esta zona podemos realizar multitud de actividades, sin embargo, debido a su aislamiento, a su limitada presencia de refugios y la tipología del terreno, las actividades son un tanto agrestes y dotadas de un valor austero y rudo. En la actualidad, la travesía **Porta del Cel**, reivindica el valor natural de la zona y una excusa para conocer estos valles y montañas enlazando sus refugios hoy en día ya tan históricos: càmping de Graus, **refugio de Vallferrera**, **refugio de Certascan** y **refuge de Pinet**.

En el paisaje del parque podemos encontrar una importante representación de prados húmedos y turberas, en sus cotas más altas, y bosques de pino negro, pino silvestre y abeto con muchos sectores con alto grado de madurez. Se destaca la única presencia de sabina albar de toda Cataluña.

Entre la fauna existen especies raras y de especial protección como el oso pardo, la nutria, el desmán ibérico, el alimoche, el mochuelo boreal, y se destaca la mayor población de **urogallo** del estado, y la presencia endémica (no del parque, pero sí de la región) de la **lagartija pallaresa**.

El Parque Natural de l'Alt Pirineu también reivindica la protección de los elementos de valor cultural, y es que la presencia y el uso del hombre han estado vinculados a estas montañas desde siempre. La existencia de arquitectura románica en las poblaciones, la frecuencia de encontrar bordas, cabañas y corrales, aserraderos y molinos hidráulicos, o las curiosas loberas (trampas para capturar lobos), acaban por dotar al terreno de una elevada riqueza patrimonial.

## 3 Datos básicos

Destino: **Pirineo Catalán**

Actividad: Ascensiones.

Nivel físico/técnico exigido: \*\*/ PD.

Duración: 2 días.

Época: de junio a octubre.

Grupo mínimo-máximo: 1-3 personas.

### 3.1 Nivel físico y dificultad técnica exigida

No se requiere estar iniciado en escalada pero si estar habituado a salir a la montaña y tener agilidad para moverse en terreno rocoso. Se requiere un buen estado de forma para afrontar un importante desnivel el día de cumbre. Dirigido a personas que salen a la montaña y quieren dar un paso más empezando a realizar actividades algo más técnicas.

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel \*\*\* con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km)

Graduación de la dificultad	Descripción
<b>F: Fácil</b>	Pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles moderados, siempre inferiores al 45%, que se ascienden progresando (en nieve a veces con piolet). Trepadas fáciles hasta IIº grado. Algunos tramos en glaciar con grietas. Montañeros experimentados pueden ascender sin cuerda
<b>PD: Poco Dificil</b>	Pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles fuertes superiores siempre al 45%, aunque se suben andando. Aristas y crestas estrechas y aéreas. Trepadas de cierta dificultad, hasta IIIº grado. Glaciares agrietados. El uso de la cuerda puede hacerse necesario en más de una ocasión
<b>AD: Bastante Dificil</b>	Largas pendientes (de roca, nieve y/o hielo) con desniveles fuertes superiores siempre al 50%, aunque se puedan subir andando. Aristas y crestas estrechas y aéreas. Escaladas de dificultad moderada incluso en terreno vertical, grados IIIº y IVº. Glaciares muy agrietados y complicados. Uso obligatorio de cuerda. Solo para montañeros experimentados
<b>D: Dificil</b>	Escalada mantenida, tanto en roca (frecuentes IVº), hielo o nieve
<b>AD: Muy Dificil. (TD en Francia)</b>	Ascensiones y escaladas técnicas complicadas en cualquier tipo de terreno, pudiéndose alcanzar hasta el Vº grado de escalada clásica. Longitud considerable. Pendientes de graduación límite. Exposición muy alta. Requerida mucha técnica. En lugares remotos.
<b>ED: Extremadamente Dificil</b>	Dificultad extrema con enorme exposición, de larga duración, en lugares remotos

## 4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada, dificultad, desniveles etc) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

#### Día 1. Viaje hasta Àreu.

Encuentro del grupo. Aproximación al **Refugio de Vallferrera**. Tras ultimar los preparativos y hacer la mochila, subiremos por la tarde al parking de **la Molinassa**, desde donde realizaremos la aproximación al **Refugio de Vallferrera**.

Desnivel + 120 m.

#### Día 2. Ascenso a la Pica d'Estats (3.143 m)

Desnivel + 1.360 m Desnivel – 1.480 m

Ascendiendo a Montcalm: Desnivel +/- 100m

Ascendiendo a Sotllo: Desnivel +/- 100m

### 4.2 Programa detallado

#### Día 1. Viaje hasta Àreu.

Encuentro del grupo. Aproximación al **Refugio de Vallferrera**. Tras ultimar los preparativos y hacer la mochila, subiremos por la tarde al parking de **la Molinassa**, desde donde realizaremos la aproximación al **Refugio de Vallferrera**.

Desnivel + 120 m.

#### Día 2. Ascenso a la Pica d'Estats (3.143 m)

Saliendo muy pronto del refugio, ascenderemos por las palas de **Areste**, para entrar en un valle que ascenderemos rodeando el **estany de Sotllo** y el **estany d'Estats**, hasta alcanzar el **Port de Sotllo**. Desde aquí atacaremos la cumbre de la **Pica d'Estats** por la cresta que parte en dirección oeste (cresta este de dicha cumbre), realizando el uso de las manos para superar una sucesión de pasos de baja dificultad. Cuando acaba la cresta alcanzamos la cumbre del **Pic Verdaguer** (3133m) primer tresmil del día. Abandonaremos la cumbre, y pocos minutos después alcanzaremos la **Pica d'Estats**, nuestro objetivo. La vuelta la realizaremos por el camino habitual de ascenso, descendiendo por la vertiente francesa hasta el **Port de Sotllo**, y de allí, por camino conocido, de nuevo al refugio y al coche.

Posibilidad de sumar dos tresmiles más a nuestra lista: **Montcalm 3077m** y **Sotllo 3073m**.

Desnivel + 1.360 m Desnivel – 1.480 m

Ascendiendo a Montcalm: Desnivel +/- 100m

Ascendiendo a Sotllo: Desnivel +/- 100m

## 5 Más información

Precio:

- 200 euros. Ratio 1 guía/3 clientes.
- 250 euros. Ratio 1 guía/2 clientes.
- 450 euros. Ratio 1 guía/1 cliente.

### 5.1 Incluye

- Gestión de la actividad
- Guía de montaña.
- Material común de seguridad para la ascensión.
- Gestión de la actividad incluido gestión de alojamiento tanto en el valle como en el refugio.
- Seguro de Accidentes y rescate

### 5.2 No incluye

- Transporte. Posibilidad de compartir transporte con otros participantes (consultar).
- Alojamiento y manutención del cliente
- Seguro de la actividad (consultar las opciones que ofrece Muntania Outdoors).

### 5.3 Material y ropa necesaria para las ascensiones

Es importante llevar el material y ropa imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo (consúltanos).

- Mochila (entre 30-40 litros) y mochila pequeña y ligera para poder escalar con comodidad.
- Crampones, piolet (en función de las condiciones)
- Casco, arnés, cabo de anclaje y al menos dos mosquetones de seguridad
- Asegurador tipo reverso
- Botas semirígidas o rígidas cramponables
- Ropa técnica:
  - Calcetines calientes alpinismo
  - Pantalón de alpinismo
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa)
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa)
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligero
  - Braga para el cuello
  - Guantes finos y guantes gordos
  - Gorro para el frío y gorra para el sol
- Gafas de sol
- Frontal (pilas de repuesto)
- Saco sábana (si la actividad requiere dormir en refugio de montaña)
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro. Desaconsejamos Camelback porque el tubo puede llegar a helarse.
- Botiquín y neceser personal (si la actividad requiere dormir en refugio de montaña).

- Crema solar y protección labial
- Cámara de fotos
- Bastón/bastones (depende de la actividad y si es por su parte de uso habitual)

## 5.4 Observaciones

### **Flexibilidad de fechas**

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

### **Hora y lugar de encuentro**

Entre 10 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

### **Transporte a la zona donde se realiza este viaje**

Si quiere compartir transporte desde la zona donde reside, cuando haga la reserva y nos mande sus datos, nos podrá indicar su disponibilidad. Tendrá que permitirnos por escrito a compartir su nombre y teléfono con otros participantes que residan por su zona y que también estén dispuestos para que se puedan poner de acuerdo.

### **Alojamiento**

Las noches en el valle se pueden hacer en hoteles, albergues o camping. Buscamos alojamiento según su presupuesto. Las noches en el valle se pueden hacer en hoteles, albergues o camping. Buscamos alojamiento según su presupuesto. En los **refugios no se pasa frío**. La chaqueta tipo **primaloft** o **plumas fino** se usará durante la actividad si la temperatura es muy baja, cosa que en verano no suele ser habitual. No es necesario llevar saco de dormir pero si un **saco sábana de seda o algodón**. Hay **zapatillas** por lo que no es necesario cargar con calzado extra. Se puede dejar algo de equipaje en una bolsa pequeña en el vehículo los días que estamos en refugios

### **Información sobre el seguro que se incluye en el viaje y otras opciones**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

### **Seguro Ski/Aventura Plus**

Le recomendamos el seguro **Ski/Aventura Plus**. Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por

un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

### **Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación**

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior pero además tendrá una cobertura más completa porque tendrá cubierta la cancelación previa del viaje y billetes por un motivo de fuerza mayor (enfermedad, lesión...) tanto de usted como de un familiar.

El seguro de viaje con anulación que gestionamos permite una devolución de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

### **Anulación Plus**

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

### **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación**

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación son seguros de viajes con mejores coberturas** que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

\*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

### Seguro de accidentes y rescate incluido

\*\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

\*\*\* Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

\*\*\*\* Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.



## Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

No es necesario llevar saco de dormir, pero si un saco sábana de seda o algodón.

### 5.5 Enlaces de interés

- <http://www.lacentralderefugis.com/refugios/refugi-vallferrera/>

### 5.6 Puntos fuertes

- Grupo reducido. Mejor aprovechamiento de la actividad y sobre todo **SEGURIDAD**.
- Realizar una ascensión a la cumbre más alta de del pirineo catalán:
- Evitar el acceso a la cumbre por su parte más frecuentada, y hacerlo por un terreno más técnico y vistoso.
- Posibilidad de sumar hasta 4 tresmiles en el día, siempre que el horario, las condiciones meteorológicas y de la montaña y el estado físico sean correctos.
- Oportunidad de conocer esta zona del Pirineo menos conocida que su vecina Aigüestortes.
- **Ratio guía-cliente(s)** que permite un máximo aprovechamiento de la actividad con mejor **SEGURIDAD**.
- Grupo reducido.

## 6 Otros viajes similares

- Ascenso al Pedraforca en el día. Emblema del prepirineo catalán
- Ascenso al Puigmal en el día. El techo del Ripollés
- Ascensión al Carlit en el día. Montaña sagrada de la Cerdaña
- Ascensiones en la Cerdaña. Puigpedros, Carlit, Puigmal y Pedraforca
- Ascenso a la Pica de d'Estat por la Cresta del Pic Gabarró. Los 6 tresmiles del macizo

## 7 Contacto

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).