

TREKKING PASS'ARAN



Travesía transfronteriza del Pirineo

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	Destino	2
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje.....	2
4	Programa	3
4.1	Programa resumen.....	3
4.2	Programa detallado	3
5	Más información	4
5.1	Incluye	4
5.2	No incluye.....	4
5.3	Material necesario para este trekking.....	5
5.4	Observaciones	5
5.5	Enlaces de interés.....	9
5.6	Puntos fuertes	9
6	Otros viajes similares.....	9
7	Contacto	9

1 Presentación

Te presentamos el **Trekking Pass 'Arán**. Una travesía circular trasfronteriza que recorre más de 70km en 5 jornadas. Ascenderemos a cimas cercanas a los 3.000 m. y cruzaremos preciosos bosques de hayas a poco más de 900m de altura. Cada jornada tendrá como recompensa alojarse en refugios aislados del mundo tanto en España como en Francia.

Comenzaremos nuestra travesía en el **Valle de Aran**, en la provincia de Lleida, pero gran parte de la ruta transcurre en Francia. En ambos lados de la frontera encontramos lagos majestuosos, cimas salpicadas por neveros perpetuos y fauna de alta montaña. Sin duda, la ruta perfecta para explorar y perderse por este tranquilo rincón del Pirineo.

2 Destino

La **Val d'Aran** está situada en la vertiente atlántica del **Pirineo central**, hecho que lo condiciona todo; el clima, la historia y las relaciones con sus vecinos. El río **Garona** se abre paso hacia el norte por tierras aquitanas, en Francia, por la única salida natural del valle. De hecho y a pesar de estar integrada administrativamente en España, no fue hasta 1948, cuando se inauguró el túnel de **Vielha**, que el valle se vió comunicado durante todo el año por carretera con el resto del estado. Todo esto ha hecho que se haya mantenido su lengua y su cultura occitana. Otro aspecto importante de la Val d'Aran, además de su orientación es que el 30 % del valle se encuentra por encima de los 2.000 metros de altitud.

A pesar del gran desarrollo urbanístico que en los últimos años ha sufrido el valle, aún podemos disfrutar de su patrimonio cultural. Pueblos, iglesias, casas señoriales, iglesias, lavaderos, molinos o abrevaderos han perdurado hasta nuestros días. El pueblo de **Arties**, con unas vistas preciosas del **Montardo** (2.833 m), y su iglesia románica de **Santa María de Arties**, son solo un ejemplo.

Los productos naturales que esta tierra aporta a su cocina son tales como las verduras de la huerta, la carne de caza, las setas, las frutas del bosque (como arándanos, fresas silvestres, grosellas o frambuesas) o la miel. De ahí el "civet" de jabalí, la olla aranesa o la truhada.

3 Datos básicos

Destino: Val d'Arán (España).

Lugar de encuentro: Salardú, Valle de Arán.

Actividad: Trekking.

Nivel físico **/** Tipo de Terreno **

Duración: 5 días.

Época: De junio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 4-10 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

(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).

Recorrido **exigente**. Es necesario tener la capacidad de hacer **1.200-1.500** metros positivos a ritmo tranquilo de forma cómoda y estar acostumbrado a **caminar durante bastantes horas**. Los caminos presentan distintos estados de conservación. Hay que tener soltura andando en senderos pedregosos.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

* Opción de gestión del alojamiento para la noche previa por parte de Muntania Outdoors, consultar.

Día 1. **Pla de Beret-Refugio Amics de Montgarri – Refugio des Estagnous** (2.246 m).

Distancia 10 km. Desnivel + 1250 m. Desnivel - 750 m. Tiempo 6-7 h.

Día 2. **Refugio des Estagnous** (2.246 m) – **La Maison du Valier** (933 m).

Distancia 11 km. Desnivel + 300 m. Desnivel – 1.500 m. Tiempo 6 h.

Día 3. **La Maison du Valier** (933 m) – **Gite d'étape de Eylie** (1.000 m).

Distancia 17 km. Desnivel + 1650 m. Desnivel – 1.600 m. Tiempo 8-10 h.

Día 4. **Gite d'étape de Eylie** (1.000 m) – **Refugio d'Araing** (1.965 m).

Distancia 9 km. Desnivel + 1300 m. Desnivel – 311 m. Tiempo 5 h.

Día 5. **Refugio d'Araing** (1.965 m).– **Refugio Amics de Montgarri-Pla de Beret**.

Distancia 19 km. Desnivel + 890 m. Desnivel – 1100 m. Tiempo 7-9 h.

*La última jornada finalizará entre las 14-16 p.m para que tenga tiempo de realizar el viaje de regreso.

4.2 Programa detallado

* Opción de gestión del alojamiento para la noche previa por parte de Muntania Outdoors, consultar.

Día 1. **Pla de Beret-Refugio Amics de Montgarri – Refugio des Estagnous** (2.246 m).

Desde el **Parking de Beret** accederemos al **Santuario de Montgarri** (1648m. Tras una breve pausa, nos dirigiremos hacia el **Port de Barlonguera** (2503m) para bajar hacia el **Estanh Redon** y finalmente al **Refugio de Estagnous**, donde nos alojaremos esta primera noche.

Distancia 10 km. Desnivel + 1250 m. Desnivel - 750 m. Tiempo 6-7 h.

Día 2. **Refugio des Estagnous** (2.246 m) – **La Maison du Valier** (933 m).

Tras reponer fuerzas en el **Refugio de Estagnous** descenderemos al valle. En el camino nos encontraremos con el **Estanh de Milouga**. Continuaremos la bajada hasta la **Maison du Valier** donde repondremos fuerzas con una suculenta cena.

Distancia 11 km. Desnivel + 300 m. Desnivel – 1.500 m. Tiempo 6 h.

Día 3. **La Maison du Valier** (933 m) – **Gite d'étape de Eylie** (1.000 m).

Partimos de la **Maison du Valier** hacia el **Cap de l'Empailou**. Desde aquí nos espera un descenso hasta el pueblo de **Eylie**. Esta etapa de media montaña nos conducirá por espectaculares bosques en profundos valles franceses.

Distancia 17 km. Desnivel + 1650 m. Desnivel – 1.600 m. Tiempo 8-10 h.

Día 4. **Gite d'étape de Eylie** (1.000 m) – **Refugio d'Araing** (1.965 m).

Desde **Eylie** nos dirigiremos hacia el **Coll de Catauere** (1706m) y desde allí al **Estanh d'Aranh**, recorriendo zonas que fueron utilizadas para la minería. Al final de la etapa nos encontraremos con el **Refugio de Araing**, ideal para descansar y disfrutar del paisaje.

Distancia 9 km. Desnivel + 1300 m. Desnivel – 311 m. Tiempo 5 h.

Día 5. **Refugio d'Araing** (1.965 m).– **Refugio Amics de Montgarri-Pla de Beret**.

Desde el Refugio **d'Araing** nos dirigimos hacia el **Port d'Arbe** con dirección al **Valle del Estanh Long de Liut**. Bajamos ya hacia el Val **de Montgarri alcanzado el parking de Beret** punto final de nuestro recorrido.

Distancia 19 km. Desnivel + 890 m. Desnivel – 1100 m. Tiempo 7-9 h.

*La última jornada finalizará entre las 14-16 p.m para que tenga tiempo de realizar el viaje de regreso.

5 Más información

Precio. 560 euros.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Alojamiento en régimen de media pensión (cena y desayuno) durante las 4 noches del trekking.
- Forfait de la Pass Aran (camiseta Pass Aran y la tarjeta para sellar en cada refugio).
- Camiseta técnica obsequio de Muntania Outdoors.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.

5.2 No incluye

- Transporte (consultar la opción de compartir gastos de viaje con otros participantes que se desplacen desde su zona).
- Alojamiento en el caso de que lo necesite antes del inicio del trekking. Muntania Outdoors lo gestiona sin coste adicional.
- Almuerzos. Se hacen en montaña mediante bocadillo, picnic, etc (opción de comprar en el refugio)
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.
- Duchas en el caso de que sean de pago.

5.3 Material necesario para este trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

- Mochila (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Gorra para el sol.
 - Gafas de sol.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana y toalla muy pequeña ligera.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos.

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 7 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 hace el trekking

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.

Mochila durante el trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-8 kilos.

Refugios

Se recomienda viajar con muy poca comida de ataque ya que puede comprar en los refugios por los que se pasa.

No es necesario llevar saco de dormir pero si un saco sábana de seda o algodón. Importante incidir en que no es un saco, es una sábana en forma de saco muy ligera y que guardada en su funda no ocupa más que el puño de una mano. En los refugios no hace frío y nos proporcionan mantas.

Hay zapatillas por lo que no es necesario cargar con calzado extra.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje

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 uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Galia** y **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

¿Qué seguro es preferible contratar?

Seguro de Galia si es para un viaje en concreto (con unas fechas determinadas):

-Si quiere un **seguro de viaje + accidente deportivo + gastos de anulación** únicamente **para un viaje en concreto** (con unas fechas determinadas), contrate el seguro de Galia. **1-Seguro de Galia. Entidad aseguradora IRIS GLOBAL (Soluciones de Protección Seguros y Reaseguros S.A.U).**

-Si quiere un **seguro de viaje + accidente deportivo** únicamente **para un viaje en concreto** (con unas fechas determinadas), contrate el seguro de Galia. **1-Seguro de Galia. Entidad aseguradora IRIS GLOBAL (Soluciones de Protección Seguros y Reaseguros S.A.U).**

Ventajas frente a Intermundial. Precios más económicos. Mas opciones de precios según el destino y la cobertura que quiera cubrir. Tiene la opción de incluir cobertura en función de la altitud (5.000 m y 6.000 m) frente a Intermundial que solo cubre hasta 5.000 metros

Desventajas frente a Intermundial. La cobertura de gastos de búsqueda y rescate hasta 6.000 euros. Intermundial hasta 12.000 euros.

Seguro de Intermundial si quiero una cobertura anual y también si únicamente quiero un seguro de anulación.

-Si quiere **sólo un seguro de anulación** contrate **2.1-Anulación Plus**

-Si quiere un **seguro anual de viaje + accidente deportivo + gastos de anulación** contrate **2.2-Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación**

--Si quiere un **seguro anual de viaje + accidente deportivo** contrate **2.3-Seguro Ski/Aventura Plus**

A continuación le damos información resumida de los tipos de seguro y pídanos la información en formato PDF de los seguros.

Ventajas frente a Galia. Precios más económicos si saca el anual. La cobertura de gastos de búsqueda y rescate es hasta 12.000 euros (Galia hasta 6.000 euros). Tiene la opción de únicamente sacar un seguro de anulación (Galia siempre tiene el seguro de anulación unido al seguro de viaje y accidente deportivo).

Desventajas frente a Galia. Precios más elevados (menos si opta por el anual que le cubre todos los viajes por un periodo de un año a fecha de contratación).

A continuación le damos información resumida de los tipos de seguro. Nos puede pedir mas información en formato PDF o consultar los precios y condiciones de los **seguros de Galia e intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

1-Seguro de Galia. Entidad aseguradora IRIS GLOBAL (Soluciones de Protección Seguros y Reaseguros S.A.U)

Es un **seguro de viaje y de accidente deportivo** que cubre la **práctica de muchas actividades deportivas**. También tiene la opción de **incluir los gastos de anulación del viaje** si previamente tiene un percance.

1.1-Si no incluye gastos de anulación, este seguro es un **seguro de viaje + accidente deportivo** con unas coberturas detalladas que podemos mandarle cuando nos lo solicite.

Este seguro (**seguro de viaje + accidente deportivo**) le puede interesar en los siguientes supuestos:

-**Si no tienen ningún seguro de viaje + accidente deportivo**

- **Si ya dispone de un seguro de viaje (pero que no cubre accidentes por la práctica de una disciplina deportiva)**. En este caso tendría por duplicado las coberturas de seguro de viaje pero añadiría las coberturas de accidente deportivo.

-**Si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva pero no tienen un seguro de viaje**. En este caso tendría por duplicado las coberturas de accidente deportivo si su seguro previo no lo cubre pero añadiría las coberturas de seguro de viaje.

1.2- Si incluye gastos de anulación, este seguro es un **seguro de viaje + accidente deportivo + gastos de anulación** con unas coberturas detalladas que podemos mandarle cuando nos lo solicite.

Este seguro (**seguro de viaje + accidente deportivo + gastos de anulación**) le puede interesar en los siguientes supuestos:

-Si no tienen ningún seguro de viaje + accidente deportivo + gastos de anulación.

- Si ya dispone de un seguro de viaje (pero que no cubre accidentes por la práctica de una disciplina deportiva) y que no tiene incluida gastos de anulación de un viaje. En este caso tendría por duplicado las coberturas de seguro de viaje pero añadiría las coberturas de accidente deportivo y gastos de anulación.

-Si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva pero no tienen cubierto las coberturas de un seguro de viaje ni la cancelación del viaje ni los gastos de anulación. En este caso tendría por duplicado con dos compañías aseguradoras el accidente deportivo pero sumaría seguro de viaje + gastos de anulación.

2-Seguro de Intermundial. Entidad aseguradora White Horse Insurance Ireland DAC

2.1-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.

2.2-Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas. También cubre la cancelación del viaje al igual que el seguro de Anulación Plus**. 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.

Este seguro cubre cancelación del viaje con devoluciones 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).

2.3-Seguro Ski/Aventura Plus

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior respecto a que es un seguro de viaje y de actividad deportiva pero no cubre la cancelación previa del viaje.

2.4-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 Galia e 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.

5.5 Enlaces de interés

- <https://www.ariegepyrenees.com/es/>
- <https://www.catalunya.com/valle-de-aran-2-2-39?language=es>

5.6 Puntos fuertes

- Recorrido variado con bosques, prados e ibones y grandes montañas.
- Recorrido por las dos vertientes del Pirineo.
- Ecosistemas muy bien conservados, ricos y variados.
- La tranquilidad de estas montañas.

6 Otros viajes similares

- Porta del Cel. Trekking por el Parque Natural del Alt Pirineu
- Cavalls del Vent. Parque Natural del Cadí-Moixeró
- Carros de fuego, la Alta ruta de los Pirineos
- El Cinquè Ilac. Travesía por el Pallars y la Alta Ribagorça

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

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