



ESQUÍ DE MONTAÑA

**Macizo Oriental y Central de los
Picos de Europa**

muntania
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

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

1 Presentación

La **Cordillera Cantábrica** y en concreto los **Picos de Europa**, son un terreno de juego excelente para realizar esquí de montaña.

Su abrupto relieve, la soledad de sus valles y cumbres y un paisaje de contrastes animan al montañero a adentrarse en ellas y explorarlas, en este caso con esquís de montaña.

Te proponemos dos jornadas de actividad en el **Macizo Oriental y Central de los Picos de Europa**.

Disfruta de un magnífico fin de semana en un entorno montañoso de gran belleza como son los **Picos de Europa**.

2 Datos básicos

Destino: Picos de Europa, **Cordillera Cantábrica**.

Actividad: Esquí de montaña.

Nivel físico: **. Nivel técnico: **. Ver apartado 5: Nivel técnico y físico exigido.

Duración: 2 días.

Época: De febrero a abril.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

2.1 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

	Relación Escala Blachere y Escala Traynard	Nivel de esquí
*	EM/S1-S2	Sin experiencia o con poca experiencia en esquí de montaña que aunque bajan en paralelo en pista tienen dificultades en los descensos fuera de pista
**	EB/S2-S3	Ya iniciados con dominio del paralelo en pendientes de hasta 35°
***	EB-EMB BAJO/S4	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente no extrema (hasta 35°-40°) mediante distintas técnicas de descenso
****	EMB/S4-S5	Con experiencia que esquían en cualquier pendiente (hasta 45°) dominando el salto de colas

Escala Blachère según el nivel técnico del esquiador

EM	Esquiador medio que se desenvuelva por pendientes moderadas y amplias de hasta 25°
EB	Buen esquiador, capaz de afrontar pendientes de 30°-35° y nieves difíciles
EMB	Muy buen esquiador, hasta en pendientes de 40-45°, con pasos expuestos y nieves de todo tipo
EE	Esquiador excelente: capaz de afrontar pendientes de hasta 50°, con pasajes obligatorios algo expuestos y con nieves de todo tipo
EX	Esquiador extremo, capaz de afrontar pendientes de más 50°, con pasajes obligatorios muy expuestos y con nieves de todo tipo

Escala Traynard

S1	Terrenos poco inclinados con facilidad para el giro. Zonas muy adecuadas para la iniciación en el fuera de pista
S2	Terrenos poco inclinados o moderada inclinación (hasta 25°) pero con amplitud para el giro y sin obstáculos.
S3	Pendiente moderada (hasta 35°). Sin dificultad en todo tipo de nieve. Descensos que se pueden considerar accesibles a esquiadores buenos o muy buenos
S4	Pendiente mantenida superior hasta 45° en terreno con poca exposición y entre 35°-40° en terreno expuesto, estrecho y obligado.
S5	Pendientes muy fuertes, inclinación superior a los 45°-50°, terreno muy obligado y con exposición. ¡Prohibido caerse!
S6	Inclinación mantenida superior a los 50° en terreno expuesto o más de 55° en terreno poco expuesto.
S7	Más de 60°, muy expuesto

***Observaciones.** Se requiere experiencia previa en esquí de travesía, saber esquiar en todo tipo de nieves y pendientes moderadas. No se requiere experiencia en esquí extremo ya que las pendientes de los itinerarios que vamos a seguir no lo son. Nivel físico para gente normal que puede hacer desniveles de entre 800 y 1.200 metros diarios a ritmo tranquilo. No se descarta poder hacer mayor desnivel para aquellos que quieran alargar la jornada sin perjuicio de los que con la jornada normal se quedan satisfechos.

3 El destino

Los **Picos de Europa**, un fabuloso macizo calizo pegado al mar **Cantábrico**, se extienden por **Asturias, Cantabria** y **Castilla y León**, y parece que deben su nombre al hecho que antiguamente era la primera tierra europea que los navegantes divisaban cuando llegaban de América.

A decir verdad, los **Picos de Europa** o simplemente **Los Picos**, no son un único macizo sino tres: el macizo Occidental o **Cornión**, el macizo Central o de los **Urrieles** y el macizo Oriental o de **Ándara**.

Es en el macizo de los **Urrieles** dónde se encuentran las cumbres de más altitud de los **Picos de Europa**. El **Torre de Cerredo** o **Torrecerréu** (2.650 m) es el techo de **Los Picos** y el **Naranjo de Bulnes** o **Picu Urriellu** (2.519 m) es el pico más emblemático, entre otras razones por su espectacular cara oeste, protagonista en la historia del alpinismo español.

En cuanto a los otros dos macizos, el de **Cornión** es el de mayor extensión y en él destaca la **Torre Santa** o **Peña Santa de Castilla** (2.596 m), y el de **Ándara** es el más modesto, en altura y en extensión, con la **Morra de Lechugales** (2.444 m) como pico más alto.



4 Programa

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

4.1 Programa resumen

Día 1. **Pico San Carlos** (2.214 m) o **Sagrado Corazón** en el **Macizo Oriental de los Picos de Europa**.

Desnivel +/- 1.100 m Distancia 14 km

Día 2. **Valle de Moñetas** en el **Macizo Central de los Picos de Europa**.

Desnivel +/- 1.000 m Distancia 0 km

4.2 Programa detallado

Día 1. **Pico San Carlos** (2.214 m) o **Sagrado Corazón** en el **Macizo Oriental de los Picos de Europa**.

Partiremos del **Jito de Escarrandi** por encima de **Sotres** camino del **Casetón de Andara**. Superaremos el mismo y seguiremos ascendiendo hasta el **collado de Trasmacondiu** bajo el imponente **Picu Mancondiu**. Posteriormente perderemos metros hacia la Cuesta de la Escalera. A partir de aquí nos quedará la parte más intensa de la jornada para alcanzar primero el **collado de San Carlos** y posteriormente la cumbre.

Las vistas desde la cumbre será la mejor de las recompensas. Las vistas sobre el **valle de Liébana**, sobre cumbres míticas tanto de los **Picos** como del resto de la **Cordillera Cantábrica** son magníficas.

El descenso lo haremos por su pala norte que suele tener buena nieve.

Desnivel +/- 1.100 m Distancia 14 km

Día 2. **Valle de Moñetas** en el **Macizo Central de los Picos de Europa**.

En esta jornadas visitaremos el salvaje valle de **Moñetas** que nos permitirá ganar altura en un valle que presenta en general una buena nivación. Una vez ganada altura topográfica, tendremos varias opciones y en función de las condiciones se optará por una u otra opción.

Desnivel +/- 1.000 m Distancia 0 km

5 Más información

Precio.

- 220 euros por persona si el grupo alcanza los 4-8 participantes.
- 260 euros por persona si el grupo alcanza los 3 participantes.
- 360 euros por persona si el grupo alcanza los 2 participantes.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Gestión de reservas hoteleras.
- Seguro de accidentes.

5.2 No incluye

- Transporte. Opción de compartir(consultar).
- Alojamiento y manutención de los participantes. Muntania Outdoors lo gestiona.

5.3 Material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila para esquiar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 30-35 litros) con cintas porta esquís.
- Material de esquí de montaña (esquís, botas, pieles, cuchillas, bastones).
- Material de seguridad: DVA, pala y sonda.
- Casco, crampones y piolet.
- Ropa técnica para la travesía:
 - Calcetines.
 - Pantalón de esquí de montaña.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primalof o plumas ligera y fina.
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelbak tener en cuenta que el tubo puede llegar a helarse, recomendando llevar una botella auxiliar.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

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 adaptaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes 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 facilitarán los preparativos finales.

Transporte

Opción de compartir transporte con otros participantes.

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.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate** pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. 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.

También tiene la opción de contratar únicamente un **seguro de cancelación**.

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.

Consulte los precios y condiciones <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº PÓLIZA 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.

**** El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en actividades de ámbito nacional y hasta 12.000 euros en el extranjero, siendo el pago contra reembolso.

5.5 Enlaces de interés

- [Parque Nacional de los Picos de Europa](#)

5.6 Puntos fuertes

- Esquiar en los Picos de Europa.
- Paisaje de gran belleza.
- Estupenda gastronomía.

6 Otros viajes similares

- Travesía con esquís de montaña del Macizo Central de los Picos de Europa
- Esquí de montaña en Picos de Europa. Circular de Peña Vieja y ascensión al Tesorero

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).