



II Jornadas de Derecho y Montaña Prevención y formación, claves para reducir los accidentes

Mesa de debate, de izquierda a derecha, Javier García (Scouts Aragón), Adrián Gimeno (Instituto de la Juventud), Julio Rojas (Asaded), Mariano Soriano (director general de Deporte), Luis Masgrau (FAM) y Miguel Ángel Clavero (Protección Civil). MACU HERVÁS-MORENO

La reducción de los accidentes en montaña pasa por destinar más recursos a campañas de prevención, ligándolas a las de promoción turística, y fomentar la formación, teniendo en cuenta la opinión y apoyando la labor de las distintas entidades (clubes de montaña, grupos scouts, asociaciones...) que centran su actividad en el medio natural. Son algunas propuestas extraídas de las ponencias y debates, y reflejadas en el decálogo de conclusiones de las II Jornadas de Derecho y Montaña, organizadas en Jaca por el Colegio de Abogados de Huesca el pasado fin de semana.

Asistentes procedentes de diez Comunidades Autónomas debatieron, entre otros, temas de gran calado como la regulación de actividades juveniles al aire libre o la seguridad en las actividades con grupos de menores en el me-

dio natural. En el último año Aragón ha acogido a 26.000 menores distribuidos en 463 campamentos. Temas que conciernen a un amplio abanico de organizaciones vinculadas al uso lúdico y deportivo de la montaña, y muy de actualidad ante el inicio del proceso participativo para la elaboración del anteproyecto de ley de la Actividad Física y el Deporte en Aragón. En ese ámbito social hay una gran preocupación ante la posibilidad de que se impongan regulaciones restrictivas del acceso a estos espacios, frente a una apuesta mayor por la prevención, la formación y la concienciación social.

Las Jornadas de Derecho y Montaña han puesto de manifiesto que la regulación de las actividades en el medio natural debe ser fruto del «consenso con las organizaciones de montañismo y la población local»; debe funda-

mentarse en «estudios científicos» y no producirse nunca «de manera reactiva» ante un suceso o situación que genere alarma social. Para ello, las administraciones deberían mantener abiertos cauces de comunicación y participación con todas las organizaciones implicadas en esas actividades al aire libre. En la misma línea, se reconoce el importante papel del voluntariado de estas organizaciones como «cantera de los montañeros del mañana», y la necesidad de fomentar su formación en materia de prevención y seguridad. En el apartado normativo, también se considera necesario homogeneizar las regulaciones dictadas por las distintas administraciones autonómicas.

Invertir en prevención

Un elemento considerado también clave es el fomento de una cultura de la prevención y la au-

toprotección de las personas que acceden al medio natural mediante la realización de campañas, al igual que se ha venido haciendo con las carreteras y la seguridad vial. Paralelamente, los recursos económicos y el diseño de las campañas de promoción turística deberían contemplar apartados dedicados a los contenidos de prevención, para evitar que ese deseado incremento de usuarios se traduzca en un paralelo incremento de la accidentabilidad.

Otra propuesta de las jornadas ha sido la creación de «un observatorio de accidentes» en el medio natural, con implicación de las administraciones autonómica y locales.

Las II Jornadas de Derecho y Montaña han contado con los apoyos del Gobierno de Aragón, Universidad de Zaragoza, Diputación Provincial de Huesca, Comarca de La Jacetania, Ayunta-

mientos de Jaca, Canfranc y Villanúa, y la Imprenta Moisés. Junto a Ángel García, decano del Colegio de Abogados de Huesca, han participado, entre otros, Mariano Soriano, director general de Deporte del Gobierno de Aragón; Adrián Gimeno, director gerente del Instituto de la Juventud; Alberto Ayora y José M.ª Nasarre, responsables del Comité de Seguridad y del área de accesos y naturaleza de la Fedme; Manuel Montes, director del Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido; Javier García, responsable del sistema de gestión de riesgos en Scouts de Aragón; Íñigo Ayllón, máster en Derecho de los Deportes de Montaña; Javier Gómez-Limón, de Europarc España; Luis Masgrau, presidente de la FAM, y presidentes de clubes como Manolo Bara (Peña Guara) y Luis Rodríguez (Mayencos).

FAM

II-III / CALCENADA DE OTOÑO, ANDADA PUERTA AL INVIERNO Y MARATÓN BLANCO JACETANIA

IV-V / YA SE CONOCEN LOS GANADORES DEL XI CONCURSO DE FOTOGRAFÍA

VI / EL INTERCENTROS FAM REÚNE EN BENASQUE A TÉCNICOS Y DEPORTISTAS

VIII / EXCURSIONES: AL BOSQUE DE MOSOMERO Y LAS BALSAS DE SEDILES

24 DE NOVIEMBRE DE 2016

PROMUEVE:



CON LA GARANTÍA EDITORIAL DE:



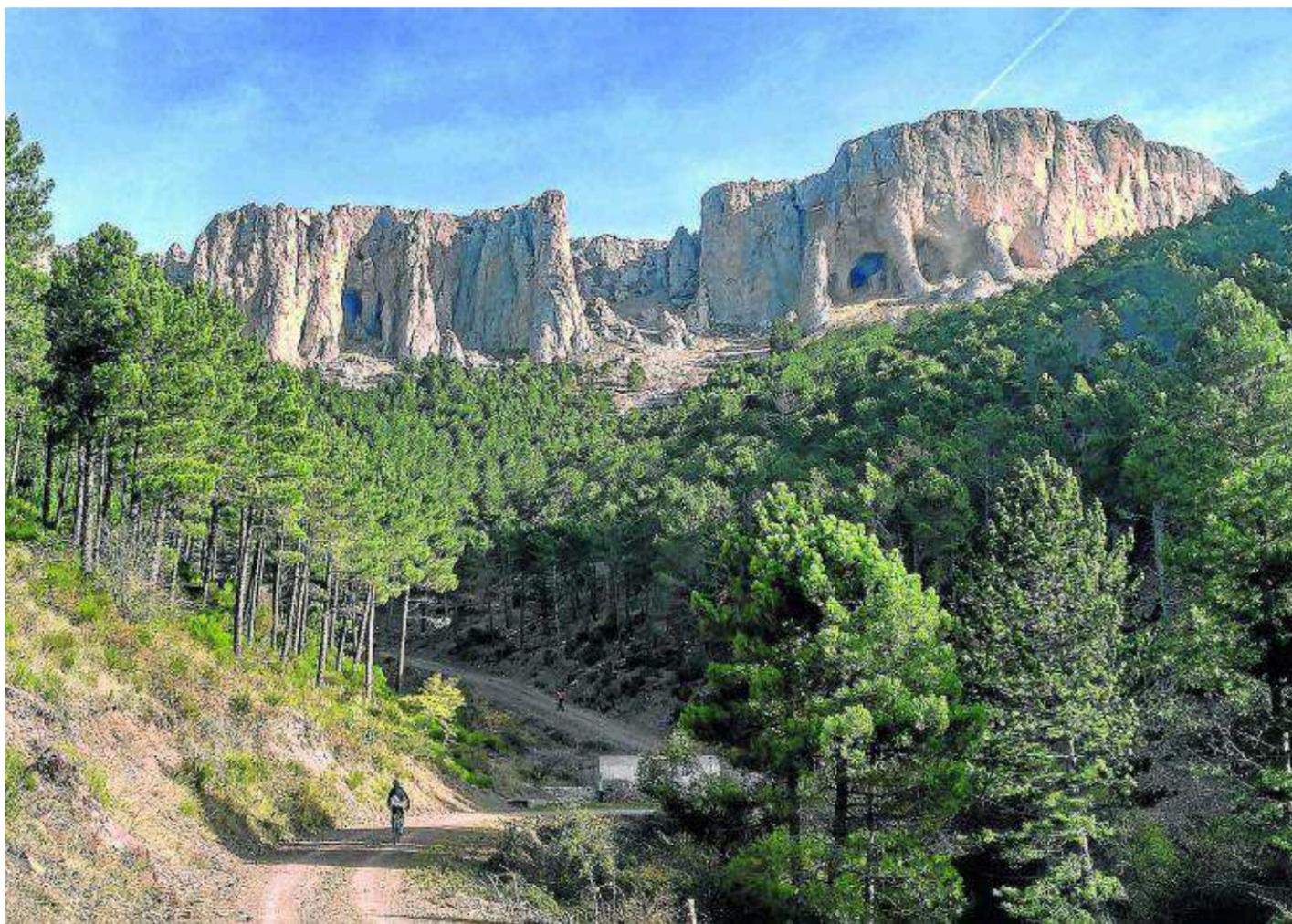
PATROCINAN:



ARAGÓN país de montañas

ANDADAS | Broche de oro a la Liga de Gran Fondo de la Coapa

Calcenada de Otoño, Puerta al Invierno y Maratón Blanco



Fabuloso paisaje el propuesto por la Calcenada de Otoño para hacer en BTT, en un espléndido día. CALCENADA



Andarines del Club Atletismo Jaca en la Puerta al Invierno, volviendo de la fuente del Paco. C. TAPIA



Ciclistas tras completar la Calcenada de Otoño. CALCENADA



Comida en Calcena tras las pruebas. CALCENADA

El pasado sábado día 19 finalizó la Liga de Gran Fondo de las Andadas Populares de Aragón con una doble cita en Zaragoza y Huesca, la XI Calcenada de Otoño y la II Andada Puerta al Invierno de Jaca, esta última compartiendo recorrido con una prueba competitiva de fondo, el III Maratón Blanco Jacetania.

Organizada por la Asociación Amigos de la Villa de Calcena, la undécima Calcenada reunió a 500 participantes en los dos recorridos que proponía en esta edición. Por un lado, el ya conocido de 21 km para andarines y corredores, con la subida a la ermita de San Cristóbal como principal dificultad; y por otro, el novedoso y muy interesante dedicado a la bicicleta de montaña, de 60 km de distancia y 1.951 m de desnivel positivo acumulado. En un día espléndido que permitió disfrutar de los paisajes del entorno del Moncayo, un grupo de 16 corredores hacía su salida desde Calcena a las 9.00 y, pocos minutos después, 400 andarines y 80 ciclistas enfilaban también sus iti-

nerarios. El recorrido en BTT, no competitivo, era la primera vez que se incluía como tal en una Calcenada y causó una grata impresión a los ciclistas que desconocían esta zona del Parque Natural del Moncayo. Como curiosidad, entre los beteteros se encontraban una docena de amigos de una peña zaragozana que montan bicicletas eléctricas en sus salidas.

La jornada discurrió sin ninguna incidencia ni intervención

de los equipos médicos, por lo que todos los participantes pudieron apreciar también el rico estofado que se sirvió de comida. Por la noche y como viene siendo habitual, hubo una cena ofrecida a los voluntarios y miembros de Protección Civil (del Aranda, Borja, Calatayud y Ontinar) que han colaborado en las Calcenadas realizadas este año, a la que asistieron 120 personas de Calcena y localidades del entorno como Añón del

Moncayo, Litago, Purujosa o Illueca, entre otras.

Andada y maratón

El valle del Aragón fue el escenario de las otras dos citas deportivas, la II Andada Puerta al Invierno y el III Maratón Blanco Jacetania, organizadas por el Club Pirineísta Mayencos con un recorrido compartido entre Jaca y la estación invernal de Astún, siguiendo el Camino de Santiago. A las seis de la maña-

na comenzó la jornada para los voluntarios con la recepción de los 80 andarines que tomaron la salida una hora después junto a la Ciudadela, en dirección a Castiello. Siguiendo por la cabañera, interrumpida unos cientos de metros por la carretera local a Aratorés, llegaron a la N-330 a la altura del Juncaral, delicioso bosque ribereño que se transita hasta Villanúa. Allí el itinerario abandonaba el Camino de Santiago para realizar un bucle por la fuente del Paco, por un empinado y emboscado sendero que hizo las delicias de los participantes y en el que la cabeza de los corredores, que habían salido a las 9 de Jaca, alcanzó a la de los andarines.

El regreso a Villanúa se hizo por pista, para continuar por el Camino Jacobeo hasta Canfranc pueblo, entrando por el medieval puente de Abajo. Desde allí se encaró uno de los tramos más bonitos del recorrido, marcado como Sendero Turístico de Aragón GR11 y que atraviesa un delicioso bosque jalonado por muretes de piedra recubiertos de musgo,

CLASIFICACIÓN

MARATÓN BLANCO

Absoluta Masculina

Raúl García (Trangoworld Impulse Team), 3h 27' 10"
Juan Carlos Apilluelo (GMS), 3h 31' 06"
Guillaume Taillebrèsse (CP Mayencos), 3h 35' 12"

Absoluta Femenina

Susana Vidal (TrailRun Sport Toro), 4h 31'
Orosia Juanín (Asamún), 4h 54' 30"
Patricia Taillebrèsse (independiente), 5h 5'

ANDADA POPULAR

Masculino

Augusto Gimeno (Os Andarines), 6h 26'
Miguel Ángel Díez (Os Andarines)
Antonio Rey (independiente)

Femenino

Marisa Bergua (CP Mayencos), 7h 22'
Assumpta Castillo (independiente)
Pilar Ferrer (independiente)

NOTICIAS DEPORTIVAS



Mallos de Riglos. J. AZCONA

■ ESCALADA

Los Mallos de Riglos, monumento natural

El Gobierno de Aragón ha aprobado un decreto por el que se declara Monumento Natural a los Mallos de Riglos, Agüero y Peña Rueba, lo que supondrá el establecimiento de un régimen jurídico especial de protección. El ámbito territorial del Monumento Natural de los Mallos de Riglos comprende una superficie total de 188,43 hectáreas, distribuidas en tres espacios de los términos municipales de Las Peñas de Riglos, Agüero y Murillo de Gállego. Esta nueva figura supondrá una limitación de las actividades que puedan desarrollarse en esos espacios naturales tan frecuentados por escaladores, montañeros y senderistas.

■ CLUBES

El CP Mayencos organizará este año el 'Belén Montañero' de la FAM

Como viene siendo habitual desde hace ya más de medio siglo, la Federación Aragonesa de Montañismo organiza también este año el 'Belén Montañero'. Este año el club encargado de la organización técnica de la actividad será el CP Mayencos, que este año celebra el 60 aniversario de su fundación. El lugar elegido para esta edición número 55 del 'Belén Montañero' es Santa Cruz de la Serós, en la comarca altoaragonesa de la Jacetania. La jornada tendrá lugar el día 18 de diciembre, y a la marcha senderista sumará otras actividades propias de las festividades navideñas como la celebración de una eucaristía, el recital de villancicos y una comida para los participantes. Las inscripciones ya están abiertas desde el 21 de noviembre hasta el día 10 de diciembre, en las oficinas de la Federación Aragonesa de Montañismo (calle Albareda 7-4º-4ª de Zaragoza) en el horario habitual, de lunes a viernes de 11 a 13.30 y por las tardes de martes a jueves de 16.30 a 19.30. El precio de la comida será de comida 14 euros y el del transporte en autobús de 12 euros para federados y 15 euros para no federados.

■ FORMACIÓN

Inscripción para las pruebas de acceso de TDME, nivel II

Este mes se ha publicado la resolución de la Dirección Provincial de Educación, Cultura y Deporte de Huesca por la que se convocan las pruebas de carácter específico para el acceso al segundo nivel, especialidad Alta Montaña, de las enseñanzas de Técnico Deportivo de Montaña y Escalada (TDME). El período de inscripción se inició el pasado día 15 y concluirá el 9 de enero del año entrante y las solicitudes deben presentarse o dirigirse al IES Baltasar Gracián de Graus. Las pruebas se desarrollarán del 16 al 24 de enero de 2017. El lunes 16 de enero habrá una reunión técnica de los aspirantes en la Escuela de Montaña de Benasque, en cuyo entorno cercano tendrán lugar las pruebas en los días siguientes.

■ REFUGIOS

Rabadá y Navarro da cobertura a la ZEM Javalambre

El refugio Rabadá y Navarro es el punto nodal de la nueva Zona de Entrenamiento en Montaña (ZEM) Javalambre, la primera puesta en marcha en territorio aragonés por la FAM. Se trata de un espacio destinado a la práctica y el entrenamiento de las carreras por montaña que tiene su base en el refugio ubicado en las faldas del pico Javalambre. Desde él parten tres rutas de entrenamiento de distintas distancias y desniveles (28,3 km y 1.240 m+; 14,9 km y 650 m+; 24,6 km y 930 m+). Por el módico precio de 3 euros, el refugio ofrece al deportista un mapa de los recorridos, refresco y una ducha de agua caliente.



Podio masculino del Maratón Blanco. C. TAPIA



Os Andarines d'Aragón colaborando en La Jacetania. C.T.

últimos testigos de una vida rural ya apagada. Por Canfranc Estación pasó en cabeza Guillaume Taillebrèsse, del CP Mayencos, a eso de las once y media. La andada y el maratón prosiguieron por el GR 65.3 y el GR II.1, que desde Canfranc pueblo hasta la entrada a la Canal Roya son un mismo camino. Tras un duro tramo de subida frente a Rioseta y dejando atrás el puente del Ruso, se entró en Candanchú por el puente de Santa Cristina y las ruinas del hospital medieval, para transitar por la orilla de la carretera hasta la estación invernal de Astún.

El III Maratón Blanco cerró el V Circuito Trangoworld de Carreras Pirenaicas, que con ocho pruebas por distintos escenarios del Pirineo ha dejado como vencedores a Juan Carlos Apilluelo (GMS), y a Beatriz Baladés (CP Mayencos). Con el acto de entrega de trofeos culminó una extraordinaria jornada deportiva, que contó para su desarrollo con una especial colaboración de Os Andarines d'Aragón.

CHEMA TAPIA
CP Mayencos

ARAGÓN
TU REINO

www.turismodearagon.com

www.turismodearagon.com

[@aragonturismo](https://twitter.com/aragonturismo)

VIVE ARAGÓN EN TU MÓVIL

ARAGÓN

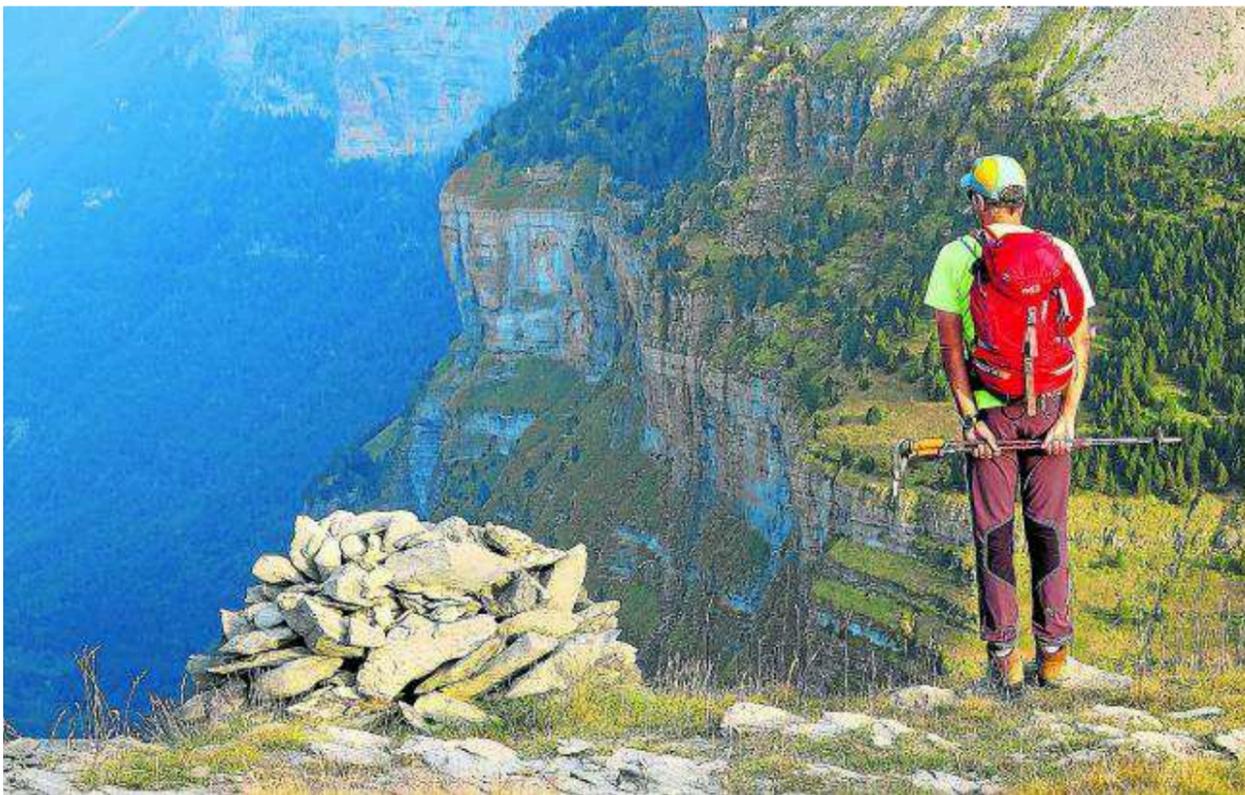
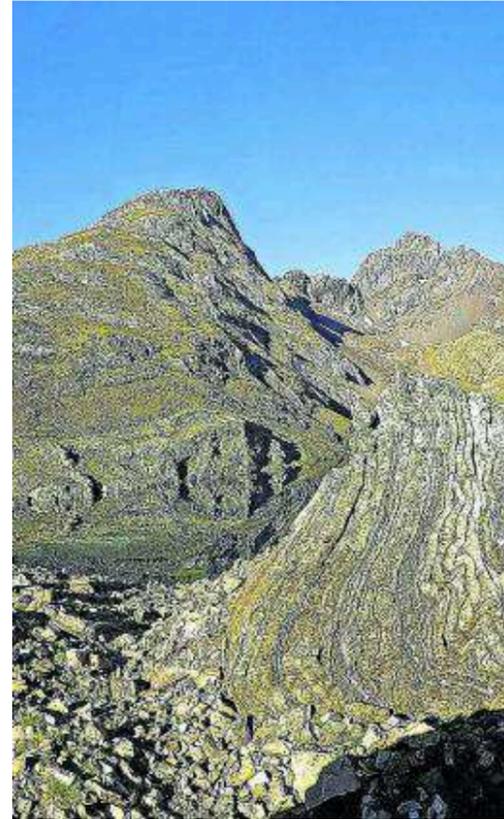
Gobierno de Aragón

PREMIOS | XI Concurso de fotografía 'País de montañas'

Francisco Javier Lozano se impone con la luz



'Fumarolas',
foto de
Francisco
Javier Lozano
en los ibones
de Anayet,
ganadora del
concurso.



'Ordesa', de
Bruno Ubago,
segundo
premio del
concurso
FAM.



Este año el tema central del concurso de fotografía que organiza la Federación Aragonesa de Montañismo se ha dejado libre, con el fin de potenciar la participación de todos los federados que lo deseen, ya que esta convocatoria no pretende ser otra cosa que un aliciente para todos los aficionados a la mon-

taña y la fotografía, para que observen y busquen esos momentos mágicos de luz y color que nos ofrece la naturaleza en nuestro transcurrir por ella, durante la práctica de nuestras actividades preferidas, esquí, escalada, senderismo, etc.

Esa mágica luz ha quedado bien reflejada en las fotografías

premiadas en la actual edición, entre las que se ha impuesto 'Fumarolas', imagen crepuscular de atmósfera cristalina y cálidos tonos, tomada por Francisco Javier Lozano en los ibones de Anayet. Recibirá como premio 200 euros, un lote de libros de la editorial Prames y una mochila FAM. El segundo premio (120 euros)

ha correspondido este año a Bruno Ubago con su imagen 'Ordesa', que retrata a un senderista disfrutando de las espectaculares vistas que ofrece uno de los miradores sobre el frondoso valle, el de Sierracils, en Cuello Gordo. El tercer premio (80 euros) del concurso ha recaído en la fotografía 'La piedra de las

pedras', que debe su título a un enrevesado pliegue rocoso junto a los ibones de Pezico que sirve de pantalla a la sombra proyectada del autor, minúscula en un paraje grandioso. El jurado ha concedido además este año un accésit, (premiado con una mochila FAM) a la fotografía de Javier González titulada 'Haz de

PREMIADOS. Francisco Javier Lozano, primer premio; Bruno Ubago, segundo premio; José Barranco, tercer premio; Javier González, accésit. Los premios se pueden recoger en la FAM a partir del 12 de diciembre.

FOTOGRAFÍAS. Los trabajos no premiados pueden retirarse en el plazo de un mes, a partir de la fecha de publicación del fallo del concurso, tras el que pasarán a formar parte de los archivos de la federación.

crepuscular de 'Fumarolas'



Tercer premio, 'La piedra de las piedras', fotografía de José Barranco.



'Haz de luz', de Javier González, imagen reconocida con un accésit.

luz', evocadora imagen de contraluces tomada en sima Covanegra.

Con este concurso que ha cumplido ya su undécima edición no se busca otra cosa que animar a los casi 11.000 federados que se han alcanzado este año, a participar y enviar esas fotografías que realizan para captar esos instan-

tes con los amigos y compañeros que hacen de esa salida a la montaña un día especial o ese instante irreplicable en el que el paisaje se impregna de esa magia especial o el momento único, en el que la luz incide sobre el bosque, las flores, la nieve o cualquier otro elemento, haciendo necesario plasmar esa imagen para el recuerdo.

PREMIOS

1er premio

Autor: Francisco Javier Lozano Sierra.
Título: 'Fumarolas'.
Cámara: Canon 40D, objetivo 16 - 35 mm.
Datos: ibones de Anayet, agosto de 2010.
Premio: 200 euros, lote de libros de Prames, y mochila FAM.

2º premio

Autor: Bruno Ubago Vives.
Título: 'Ordesa'.
Cámara: Canon G16.
Datos: mirador de Sierracils, Cuello Gordo, septiembre de 2016.
Premio: 120 euros.

3º premio

Autor: José Barranco Arroyo.
Título: 'La piedra de las piedras'.
Cámara: Fujifilm 3Pro.
Datos: ibones de Pezico, septiembre de 2014.
Premio: 80 euros.

Accésit

Autor: Javier González Martín.
Título: 'Haz de luz'.
Cámara: Canon D6, objetivo 18 - 135 mm.
Datos: sima de Covanegra, junio de 2016.
Premio: mochila FAM.

Jurado

El jurado ha estado formado por Luis Masgrau, presidente de la FAM; Fernando Lahoz, vicepresidente; Carmen Maldonado, gerente; Fernando Sainz de Varanda, secretario; y Fernando Lampre, vicepresidente por Zaragoza.

Compartir esos momentos además nos puede permitir formar parte de la historia viva del montañismo aragonés y llevarnos alguno de los premios que se otorgan a los ganadores del concurso.

El jurado de este año ha estado compuesto por Fernando Lahoz (vicepresidente de Formación FAM), Fernando Lampre (vicepresidente por Zaragoza), Carmen Maldonado (gerente), Fernando Sainz de Varanda (secretario) y Luis Masgrau (presidente de la FAM). Los premiados pueden pasar a recoger sus premios a partir del día 12 de diciembre por la sede de la federación, en la calle de Albareda, 7, 4º, puerta 4ª de Zaragoza (teléfono: 976 227 971).

MARIANO ADÁN

Comité de Comunicaciones e Iniciación

SEAS COMO SEAS TENEMOS UNA MONTAÑA PARA TI

ABONO TEMPORADA ARAMÓN 283 KM

654€ PAGO FRACCIONADO DESDE 95€/MES

¡COMPRA SÓLO HASTA EL 29 DE NOVIEMBRE AL MEJOR PRECIO!



aramón
MONTAÑAS DE ARAGÓN

¡SIGUE TODAS NUESTRAS PROMOCIONES Y OFERTAS EN WWW.ARAGON.COM

TECNIFICACIÓN | Encuentro de las especialidades de alpinismo, escalada, esquí de montaña y carreras por montaña

El Intercentros FAM reúne en Benasque a deportistas y técnicos de las selecciones

El pasado fin de semana, los grupos de tecnificación y selecciones de la Federación Aragonesa de Montañismo (alpinismo, escalada, esquí de montaña y carreras por montaña), celebraron el encuentro Intercentros FAM en el Centro Especializado en Tecnificación Deportiva de Alta Montaña de Benasque. Los deportistas y sus técnicos, en total más de 40 asistentes, disfrutaron de esta manera de dos intensas jornadas de entrenamiento, puesta en común con otras especialidades deportivas, y aprendizaje en otras facetas que van más allá de lo propiamente deportivo, presentes en el día a día de la vida de los asistentes.

Esta quinta edición del encuentro Intercentros FAM, coordinada por David Castillo y a la que asistió Fernando Lahoz, vicepresidente FAM de Formación y Tecnificación, fue inaugurada con una pequeña presentación de la FAM, en la que se explicó su organigrama, funcionamiento, posición en cuanto a número de federados y actividades más significativas. Seguidamente, se expusieron las diferentes líneas de financiación con que cuenta el programa de alto nivel de la FAM, haciendo un merecido repaso de los resultados deportivos obtenidos por los distintos grupos y selecciones a lo largo de la presente temporada, así como las líneas de actuación en un futuro a corto plazo. Terminó así la primera de las tres jornadas del encuentro.

La mañana del sábado estuvo dedicada a los diferentes entrenamientos que el entorno de Benasque posibilita para la práctica deportiva de los deportes de montaña. La sierra de las Tucas de Ixeia, las cercanías del refugio Ángel Orús de la FAM o el congreso del Ventamillo, fueron algunos de los parajes elegidos para el entrenamiento de alpinistas, esquiadores o corredores, así como las propias instalaciones de la Escuela de Montaña de Benasque (gimnasio y rocódromo).

Teoría y práctica

Las sesiones teóricas comenzaron en la tarde del sábado, con una primera dedicada a la nutrición, que fue impartida por César Castellanos (fisioterapeuta, dietista y nutricionista), quien se centró durante su intervención en la importancia de la adecuada hidratación y en la ingesta de los hidratos de carbono en la práctica deportiva. Castellanos abordó también otros detalles de la nutrición durante la temporada deportiva, comentando diferentes polémicas nutricio-



Foto de familia del V Intercentros FAM en la Escuela de Montaña de Benasque. FAM



Taller de estiramientos, ejercicios compensatorios y autotratamiento de las lesiones.



Aprendiendo estiramientos y ejercicios muy fáciles de realizar con medios domésticos.

nales y recordando fuertemente la importancia de una correcta y adecuada alimentación sobre la toma de suplementos alimenticios, y no a la inversa.

La segunda sesión fue impartida por Juan José, director del Centro de Medicina del Deporte (CM) del Gobierno de Aragón. Lacleta hizo un resumen de la actividad que desarrolla el CMD y las pruebas que realiza a los deportistas. También resaltó la importancia de la realización de reconocimientos médicos a los deportistas.

Durante la mañana del domingo, la fisioterapeuta Cristina Cimarras estuvo al frente de un más que interesante taller de estiramientos, ejercicios compensatorios y de autotratamiento de las lesiones más frecuentes en deportistas de montaña, como son el pinzamiento subacromial y el síndrome patelofemoral. Se presentaron distintos estiramientos y ejercicios muy fáciles de realizar con medios domésticos.

Con estas sesiones, la FAM sigue apostando por la formación de los deportistas más jóvenes y

expertos de los grupos de tecnificación y las selecciones absolutas, para garantizar una vida deportiva de calidad y con variedad de recursos, algo que es bien valorado y recibido por los propios escaladores, alpinistas, corredores y esquiadores del programa de alto nivel de la FAM.

Próximamente se publicarán las convocatorias de pruebas de acceso para los grupos de tecnificación de alpinismo, escalada deportiva y carreras por montaña, dirigidas para jóvenes deportistas federados y experimenta-

dos que quieran mejorar su rendimiento. En estas convocatorias, se verán reflejados los requisitos específicos para cada especialidad deportiva. Estos deportistas cuentan con el apoyo del Gobierno de Aragón, el Consejo Superior de Deportes, la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada, y la propia FAM, contando además con los patrocinios de la empresas Biofrutal, Izas, y Altus, que dan sus respectivos apoyos a cada una de las tres especialidades.

FAM



INSCRÍBETE *gratis* EN
www.heraldo.es/escaparatesnavidad 

Por cuarto año consecutivo, HERALDO organiza el Concurso de Escaparates Navideños de Aragón, una iniciativa de gran aceptación y repercusión mediática en la que comercios aragoneses participan decorando su escaparate con originales motivos navideños.

Además las fotos de los establecimientos participantes saldrán publicadas en HERALDO DE ARAGÓN y en HERALDO.es

PREMIOS



1º 6.000 €
en publicidad



2º 4.000 €
en publicidad



3º 3.000 €
en publicidad

Organiza

HERALDO

Colabora



Cámaras
Aragón

EXCURSIÓN | Por las sierras de Vicort y de Algairén

Al bosque de Mosomero y las balsas de Sediles



Vista de Almonacid de la Sierra desde el collado de la Hermana.

PRAMES



Ermita de la Virgen del Villar, en Sediles.

F. LAMPRE

Al menos de 100 km de Zaragoza, las sierras de Algairén y de Vicort ofrecen un interesante espacio natural para realizar excursiones como las que hoy reseñamos desde Almonacid de la Sierra y desde Sediles. La primera es una ruta circular por la vertiente oriental de la sierra de Algairén, que nos llevará al robledal albar de Mosomero. En el casco urbano de Almonacid tomaremos una pista rodada en dirección SO, señalizada como PR-Z 15.1 y que llega al punto de arranque de la ruta senderista. Esta comienza en una intersección de caminos con flechas del PR-Z 15, que señalan al Raso de la Cruz y a la Casa de los Frailes, a la izquierda, y al cerro Espino, a la derecha. Seguimos esta última dirección para, enseñada, desviarnos de nuevo a la derecha, entre el pinar, y dar con la senda que lleva al collado de la Hermana (1.035 m).

Desde este punto, descendemos hacia el valle del Mesonero o Mosomero. El bosque cambia por completo, convirtiéndose en un carrascal que envuelve al camino. Pasamos junto a los restos de una carbonera y continuamos en bajada hasta el fondo del valle excavado por el río Tiermas. El itinerario enlaza con el PR-Z 15 y comienza a remontar el valle, hacia la izquierda (SE), pasando

junto a una paridera para seguir a los pocos metros de esta y a la derecha por una pista que lleva la fuente de Jordana. Algo más adelante, el PR deja la pista y toma un sendero a la derecha, en suave ascenso.

El camino se adentra en un maravilloso robledal albar, especie muy escasa en Aragón. Seguimos en ascenso hasta un cruce señalizado del PR-Z 15, en el collado del Tío Francisco, y luego hacia el cerro Espino. La ruta descende unos metros y, justo antes de volver a subir, sale a una pista que se abandona por la izquierda a los 50 m. El paisaje se parece cada vez más al del inicio de la ruta y, tras un último repecho, se llega al cerro Espino. Desde lo alto, solo queda descender por senda hasta el punto de partida y completar así la ruta circular.

Balsas de Sediles

De la cara oriental de la sierra de Algairén nos desplazamos ahora a la vertiente occidental de su sierra hermana, la de Vicort, para realizar la ruta circular de las Balsas de Sediles por el SL-Z 16. Partimos desde el extremo oriental de Sediles (730 m). A la salida del pueblo, junto al peirón de la Virgen del Villar, tomamos la pista de la izquierda, en ligero descenso. El itinerario remonta la mar-

gen izquierda del barranco de Valdesediles, junto a bancales de olivos, almendros y cerezos, y algunas carrascas. Siempre por la pista principal, llegamos al cruce de la fuente y balsa Rabusino, área recreativa escondida en un encantador rincón hortelano. De vuelta a la ruta, continuamos cruzando Valdesediles.

Por la otra ladera alcanzamos un nuevo desvío, que permite volver al pueblo por la ermita de la Virgen del Villar, pero nuestro itinerario sigue hacia la balsa Villar del Mon, por pista agrícola que comienza a salvar un desnivel considerable, primero entre cultivos y luego por carrascas, robles y enebros. Al poco de comenzar a bajar por una pista secundaria, aparece el desvío que, en 100 m de sendero, acerca a la citada balsa. De vuelta al SL-Z 16, pasamos junto a un corral con un roble monumental y continuamos en acusado descenso hasta la ermita de la Virgen del Villar, rodeada de añosos olivos.

Desde la ermita seguimos por pista en dirección oeste hasta encontrar a la izquierda el antiguo camino que, en fuerte bajada, acorta las lazadas de la pista. En el fondo, alcanzamos la fuente Vieja, cruzamos el cauce de Valdesediles y superamos un corto repecho hasta Sediles.

PRAMES

AGENDA DEPORTIVA

■ Peña Guara

Huesca.
Tel.: 974 212 450.
www.p-guara.com
p-guara@p-guara.com
Barrancos
Fecha: 6 de diciembre.
Lugar: jornada técnica, rocódromo.

■ CM Jesús Obrero

Zaragoza
Tel.: 976 292 611/976 292 611
Escalada
Fecha: 3 y 4 de diciembre.
Lugar: Albarracín.

■ AS de la Huecha

Magallón (Zaragoza).
Tel.: 976 858 133
presidente@huechada.com
www.huechada.com
Senderismo
Fecha: 26 de noviembre.
Lugar: hayedos de Peñarroya.

■ CAS-Nabaín

Aínsa y Boltaña
clubcas@gmail.com
www.clubcas.com
Tel.: 974 502 316 (Nabaín).
Senderismo
Fecha: 26 de noviembre.
Lugar: GR 15 Bestué - Ermita de San Úrbez.

■ Montañeros de Aragón

Zaragoza.
Tel.: 976 236 355.
www.montanerosdearagon.org
administracion@montanerosdearagon.org
Senderismo
Fecha: 27 de noviembre.
Lugar: Yésero - Erata.

■ CM Rodanas

Épila (Zaragoza).
Tel.: 976 603 065/679 405 802.
cm.rodanas@gmail.com
Senderismo
Fecha: 27 de noviembre.
Lugar: los Hocinos del Pajazo.

■ Peña Guara

Huesca.
Tel.: 974 212 450.
www.p-guara.com
p-guara@p-guara.com
Senderismo
Fecha: 27 de noviembre.
Lugar: Revilla - Escuaín.

■ CM Jesús Obrero

Zaragoza
Tel.: 976 292 611/976 292 611
Senderismo
Fecha: 26 y 27 de noviembre.
Lugar: Benabarre y ruta de los dólmenes.

■ CM Isuara

Gotor (Zaragoza).
Tel.: 976 820 995.
cmisuara@hotmail.com
Senderismo
Fecha: 26 y 27 de noviembre.
Lugar: cañón del Río Lobos o pico Urbión.

■ Centro Excursionista

Ribagorza
Graus (Huesca).
Tel.: 974 546 090.
info@centroexcursionistari-bagorza.com
www.centroexcursionistari-bagorza.com
Senderismo
Fecha: 4 de diciembre.
Lugar: Campo- Molino de Aguascaladas.

■ AD Lo Bisaurín

Aragüés del Puerto (Huesca).
Tel.: 976 393 787/
629 806 388.
Senderismo
Fecha: 4 de diciembre.
Lugar: travesía Aragüés - Valle de Aísa por el Cucuruzuelo y Cubliar Alto de Petrito.

■ Montañeros de Aragón

Zaragoza.
Tel.: 976 236 355.
www.montanerosdearagon.org
administracion@montanerosdearagon.org
Senderismo
Fecha: 4 de diciembre.
Lugar: valle de la Solana en Fiscal.

■ AD Aventuras Trepakabras

Zaragoza.
Tel.: 679 419 503
http://asociacionaventuras-trepakabras.jimdo.com/
Jornadas
Fecha: 6-8 de diciembre.
Tema/lugar: encuentro Montañero del Bajo Aragón.



Vista de los Hocinos del Pajazo. M. A. ACÍN