

[Ver este correo en su navegador](#)



Boletín de noticias

Contenidos enlazados a nuestra web



NOELIA BERNAD Y JUAN JOSÉ CANTERO REVALIDAN SU TÍTULO EN EL II CAMPEONATO DE ARAGÓN DE MARCHA NÓRDICA

Juan José Cantero Gónova y Noelia Bernad Hernández, ambos del club Escuela de Nordic Walking Más que Pasos, han sido los ganadores del II Campeonato de Aragón de Marcha Nórdica, renovando el triunfo conseguido el año pasado, en la primera edición del título. Los dos han sido los deportistas aragoneses mejor clasificados en el II Trofeo de Marcha Nórdica Ciudad de Utebo, que ha reunido este domingo a más de 210 participantes de 14 comunidades autónomas incluyendo a los mejores nombres del panorama nacional, ya que ha sido también la primera prueba puntuable para la Copa de España 2026. Los ganadores de la Copa del pasado año, Pedro Romero Delgado, del Club de Montaña Malaku de Azagra, e Itzaskun Bengoa Pérez, del Maratón Crevillera, también han repetido como ganadores absolutos en este II Trofeo Ciudad de Utebo, que ha sido la primera competición de marcha nórdica celebrada en Aragón valedera para un título nacional. [Leer más](#)



LOS DEPORTISTAS ARAGONESES SUMAN EN LA TRAVESÍA DE ESQUÍ DE MONTAÑA CLUB MONTAÑA PIRINEOS 24 MEDALLAS EN LOS CAMPEONATOS NACIONALES

Los esquiadores aragoneses han brillado en las pruebas de esquí de montaña de la Travesía Club Montaña Pirineos, donde han cosechado 24 medallas nacionales, doce en el Campeonato de España de Vertical, celebrado el sábado, y otras doce en el Campeonato de España de Individual del domingo. Nueve aragoneses hicieron doblete y lograron podios en las dos pruebas, encabezados por Daniel Izquierdo (dos platos en la categoría absoluta) y Iago Iglesias (platas en UT6). Los resultados en Individual también hicieron volver a subir al podio a los ganadores dos veces más, ya que la misma carrera fue también última prueba de la Copa de España y Campeonato de Aragón. [Leer más](#)

DISFRUTA DE LA MONTAÑA INVERNAL CON SEGURIDAD

1 PLANIFICA LA ACTIVIDAD

- Estudia el Boletín de Peligro de Aludes y la cartografía ATIS
- Calcula horario distancia y desniveles
- Deja dicho dónde vas y tu hora de regreso
- Escoge la actividad pensando en el grupo (formación-experiencia)
- Consulta la previsión meteorológica

2 EQUIPA TU MOCHILA

- Planifica un Plan B (más corto)
- Mapa, brújula GPS
- Sitio y campings siempre que sea necesario
- Botas invernales y petainas
- Piolet y crampones
- Chaqueta impermeable y cortavientos
- Corro, gotas de sol y protección solar
- Comer y beber de manera adecuada
- Botas térmicas, varias capas
- Mapa, brújula GPS
- Sitio y campings siempre que sea necesario
- Botas térmicas, varias capas
- Comer y beber de manera adecuada

3 ACTÚA CON PRUDENCIA

- Atento a la evolución meteorológica
- Revisa con tu mapa que llevas buen horario
- Ten en cuenta el Plan B
- Valora que el resto del grupo va bien
- No dejes a nadie solo
- No te separes del grupo
- INICIA LA ACTIVIDAD TEMPRANO (haz un poco antes de luz)

La montaña invernal es una actividad que entraña riesgo y para la que es necesario una formación técnica y experiencia. Si no las tienes debes acompañar por guías de montaña.

Logos: MONTAÑA SEGURA, FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO, aramon, GOBIERNO DE ARAGON

CURSOS DE SEGURIDAD ON-LINE GRATUITOS PARA FEDERADOS FAM

La FAM ofrece a sus federados y federadas 11 cursos gratuitos de seguridad:

- Buenas prácticas ambientales en la montaña
- Practicar senderismo con seguridad
- Practicar barranquismo con seguridad
- Ascender al Aneto con seguridad
- Ascender al Monte Perdido con seguridad
- Practicar montaña invernal con seguridad
- Accidente en montaña y llamada al 112
- Practicar alta montaña con seguridad
- Nociones de meteorología de montaña
- Nociones de cartografía
- El uso del GPS en montaña

[Leer más](#)

ANCAGUA TRAIL

1K 2K NIGHT TRAIL SPRINT

UTMB INDEX 506+ 1084+

6-7 DE MARZO RANKING FAM

Logos: GOBIERNO DE ARAGON, FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO, AYUNTAMIENTO DE ANCAGUA, AYUNTAMIENTO DE MONROYO

LA X EDICIÓN DEL TRAIL ANCAGUA YA ESTÁ AQUÍ

La Federación Aragonesa de Montañismo incluye en su calendario oficial del Ranking FAM de Carreras por Montaña una cita muy especial esta temporada: la décima edición de la Trail Ancagua, que este año se reinventa para celebrar por todo lo alto su aniversario. La Trail Ancagua alcanza su 10.ª edición, un hito muy significativo para socios, voluntarios, corredores y simpatizantes que han hecho crecer esta prueba año tras año. Para conmemorar esta fecha tan señalada, la organización da un paso adelante y amplía el evento a dos jornadas completas, convirtiéndolo en un auténtico fin de semana dedicado al trail, la montaña y, sobre todo, al excelente ambiente que caracteriza a esta cita. [Leer más](#)

MARCHA/MARXA 23 SENDERISTA MONROYO MONT-ROIG

15 DE MARZO/MARÇ 2026

ORGANIZA: COMARCA DEL MATARRANYA

COLABORA: AYUNTAMIENTO DE MONROYO, ANDADAS POPULARES DE ARAGON, IberCaja

XXIII MARCHA SENDERISTA COMARCA DEL MATARRANYA

Dentro del calendario del COAPA, el 15 de marzo próximo, el departamento de Deportes de la Comarca del Matarranya y con la colaboración del Ayuntamiento de Monroyo, organizan en la localidad turense la XXIII Marcha Senderista del Matarranya/Matarranya. Habrá 3 recorridos: largo, de 14,5 km; medio, de 9 km, y corto, de 4 km aproximadamente. También habrá controles de avituallamiento y asistencia al senderista durante el recorrido. En los avituallamientos se dispondrá de comida apta para personas con intolerancias alimenticias, que deberán indicar en la hoja de inscripción. (No habrá avituallamientos específicos para vegetarianos y veganos). Al finalizar la andada, habrá comida y obsequio para todos/as los/as participantes. Más información e inscripciones en el enlace. [Leer más](#)

23ª ANDADA TRAS L'ARBA

15 MARZO 2026

TAUSTE

INScripciones

QR CODE

LÍMITE 1100

Logos: FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO, AYUNTAMIENTO DE TAUSTE, AYUNTAMIENTO DE SANCHO ABARCA

23 ANDADA TRAS L'ARBA DE TAUSTE

Dentro del calendario del COAPA, organizado por la AC El Caldero el próximo 15 de marzo se celebra la 23ª Andada Tras L'Arba de Tauste. Hay dos recorridos: corto, de 9 km, y largo, de 17 km. Punto de inicio de la andada: santuario de Sancho Abarca. <https://maps.app.goo.gl/gmE1mC8y4V0Bvev6>

Durante el recorrido se ofrecen varios avituallamientos como son: chocolate con fultire, fruta fresca, chocolate con pan. Habrá comida popular a las 14:00 en el santuario de Sancho Abarca. Inscripciones en el enlace. [Leer más](#)



Realiza:



Patrocina:



Federación Aragonesa de Montañismo
C/ Albarico 7, 4º 4º - 50094 - Zaragoza - ESPAÑA
Teléfono: 976227971 Fax: 976212459 fam@fam.es

¿Quieres seguir recibiendo estos emails o darte de baja?
Actualiza tus preferencias o Dale de baja de esta lista