

Raquetas de nieve Taller y marcha nocturna en Pineta



Un momento de las prácticas con el valle de Pineta como telón de fondo. FERNANDO SANCHO

Las malas condiciones atmosféricas, anunciadas por la Aemet, no arredraron a los interesados en participar el pasado fin de semana en los talleres de raquetas de nieve propuestos por la FAM, que tuvieron como escenario el valle de Pineta.

Las carreteras, totalmente limpias, y el cielo despejado nos dieron la bienvenida al refugio de Pineta. Los asistentes, todos conocedores y practicantes de la actividad, mostraron un gran interés por los temas que fueron

expuestos, algunos ya conocidos, pero que siempre es bueno tener presente y recordarlos. Al tratarse de un taller y no de un curso, todos aportaron sus conocimientos, compartiendo, de ese modo, experiencias en beneficio de una mayor y mejor utilización de las raquetas con plena seguridad en la montaña invernal. Su participación e integración fueron dignas de elogio.

Las explicaciones técnicas, apoyadas en proyecciones y vídeos, fueron realizadas en una sala dentro del refugio, donde la

colaboración y el cordial trato de los guardas facilitaron las labores para su desarrollo.

Dentro del temario previsto, la práctica de nudos básicos dio paso a la puesta en práctica para asegurar pasos delicados, mediante la realización de un ascenso apoyado en cuerda, un pasamanos y un descenso en terreno inclinado con la ayuda de un rappel de fortuna, así como la construcción de cuerpos muertos con piolet, raquetas, esquís, etc. Por la tarde, después de unos básicos recordatorios sobre cartografía, orienta-

ción y manejo de brújula, se realizaron diversos ejercicios al aire libre.

Después de la succulenta cena ofrecida por nuestros guardas, se realizó una marcha nocturna de raquetas, de unas dos horas de duración. La temperatura, de unos 8°C, estuvo acompañada de viento con rachas de unos 40-50 km/h y ligeros copos de nieve, con lo que la sensación térmica aproximada era de unos -25°C. Pero todos, con el equipo apropiado y el ejercicio realizado, llegamos incluso a sentir calor.

Durante el domingo, se explicaron aspectos sobre la nieve, los aludes, la gestión individual del riesgo, el manejo del ARVA y el rescate de víctimas de avalancha, con prácticas individuales y colectivas. Para finalizar, una comida, donde todos, contentos por conocer a nuevos compañeros que comparten actividad e interés por la seguridad, nos despedimos hasta un nuevo encuentro.

FERNANDO SANCHO
Comité de Raquetas de Nieve
FAM

II-III / ENTREVISTA CON 'URSI', RESPONSABLE DEL REFUGIO DE RESPOMUSO DESDE 1993

IV-V / EL CAMINO NATURAL DEL EBRO GR 99 AÚNA UNA GRAN VARIEDAD DE PAISAJES

VI/ EL CLUB PEÑA GUARA, EMBLEMA DEL MONTAÑISMO EN HUESCA

VIII / EL ARVA, EL MEJOR ALIADO PARA PODER DISFRUTAR DE LA NIEVE SIN PELIGRO

ENTREVISTA | Ursi el responsable del refugio de Respomuso, uno de los guardas emblemáticos del Pirineo

«El montañismo es una manera de plantearse la vida»



Ursicino Abajo, 'Ursi', en Nepal, ante el Everest y el Nuptse, en 2011. ARCHIVO URSI ABAJO



Ascensión al Chopicalqui, en Perú. ARCHIVO U. A.



Descanso en la ascensión al Huandoy, en Perú. ARCHIVO U. A.

Ursicino Abajo Martínez (Zaragoza, 1940), más conocido como 'Ursi', es escalador, guía de alta montaña y responsable del refugio de Respomuso desde 1993, siendo uno de los guardas más veteranos y emblemáticos del Pirineo. Su trayectoria ha sido reconocida con la Insignia de Oro de la Federación Aragonesa de Montañismo en 1999; el homenaje realizado por la Fedme y el Grupo de Alta Montaña Español (GAME) a la cordada Ursi-Ibarzo en 2010, coincidiendo con el 45º aniversario de la apertura de la vía Carnavalada; y la concesión de la Cruz del Mérito de la Guardia Civil por su colaboración con los Grupos de Rescate e Intervención en Montaña (Grim) en 2012. Además, entre otras muchas distinciones, cuenta con el Trofeo Edil, de veteranos, otorgado por su propio club, Montañeros de Aragón, en 2008.

Este año se cumplirán 20 años de la inauguración del refugio de Respomuso, al que tu nombre y el de tu familia están íntimamente unidos. ¿Cómo se echan raíces a 2.200 m de altitud?

El montañismo es una manera de plantearse la vida, es una manera de vivir, un estilo de vida. Cuando se produjo la posibilidad de regentar el nuevo refugio de Respo-

muso, no dudé en aventurar mi futuro y el de mi familia. La vida en un refugio es a veces dura y exigente, pero también, y sobre todo, más libre.

La montaña une a todo el colectivo de montañeros, pero ¿qué particularidades tiene un guarda?

Es verdad que la montaña une a los montañeros, pero es en el marco del refugio donde el guarda crea ese ambiente de camaradería, donde, en esos días lluviosos, en esas charlas de la tarde y en esas sobremesas, los montañeros cuentan sus aventuras, sus ascensiones, y se crea ese ambiente de amistad y de complicidad que solo la montaña sabe crear.

Estás considerado el máximo representante de la tercera generación de escaladores aragoneses, allá por los 60. A la vez, te iniciaste de la mano Ángel Serón (referente de la primera) y te bregaste con Rabadá y Navarro (dos grandes de la segunda), siendo

muy joven. Háblanos de esos comienzos.

Fue una época de ilusión, de aprendizaje, de aventura, donde había vías y ascensiones sin realizar. La aventura por las rutas desconocidas forjó mi carácter de escalador. Pero considero que lo más importante que aprendí fue el valor de la amistad, del amor por la belleza de los valles, los vivacs en noches hermosas, los sonidos de las cascadas de agua y los ibones de nuestros Pirineos.

¿Qué han supuesto los mallos de Riglos en tu trayectoria deportiva, profesional, vital?

La esbeltez de los mallos de Riglos siempre ha ejercido y ejerce una atracción especial. Sus chimeneas, sus espolones y sus vertiginosas paredes, han desarrollado siempre mi formación como escalador y culminado mis principales objetivos.

¿Cuál es tu vía preferida o tu mejor momento en la montaña?

Considero que la vía realizada con mayor dificultad fue la prime-

ra invernal absoluta a la Cara Norte del Pitón Carré, en el Vignemale. Y hay una escalada que me llenó de ilusión: la apertura de la pared oeste del Pisón de los mallos de Riglos, por la vía 'Carnavalada'. Para ambas ascensiones, conté con la ayuda inestimable, como compañero de cordada, de Jesús Ibarzo.

Entre tus compañeros de cordada, se te suele identificar precisamente con Jesús Ibarzo. ¿Qué significa ser compañero de cordada? ¿Cómo surgen esos binomios?

El valor de la cordada es el fiel reflejo de lo que significa el alpinismo. El valor de la amistad con el compañero de cordada es algo insustituible, imperecedero. Es compartir con los amigos que quieres, compartir la belleza de la escalada, el esfuerzo, la voluntad unida. Mi relación con Jesús ha sido mi mejor hallazgo. Me ha proporcionado un conjunto de profundas sensaciones de comprensión, confianza y amistad. Juntos hemos vivido desde hace 50 años hermosas aventuras y conseguido objetivos importantes para nosotros.

En 2010, la Fedme y el GAME homenajean la cordada Ursi-Ibarzo. En 2012, recibes la Cruz del Mérito de la Guardia Civil por tu co-

laboración con los Greim. Has sido insignia de oro de la FAM... ¿Te sientes reconocido?

Es muy agradable y gratificante que valoren tus actividades. La escalada no es un medio para lograr bienes. Pero como he comentado, la pasión por la montaña es una manera de ver la vida que te gratifica sobradamente y que llena de felicidad tu existencia.

Los guardas cumplen una función primordial en los rescates de montaña, también como informadores a los montañeros. Está claro que sois una figura fundamental.

Los guardas de refugio no solo alimentan y cobijan a los montañeros en las instalaciones que están a su cargo. El visitante siempre tiene a un guarda que le anima, le apoya y le informa de las condiciones en que se encuentran los objetivos que el montañero ambiciona. En muchos casos es el enlace primordial entre los accidentados y los servicios de rescate de la Guardia Civil.

Ahora hay más medios y mejores instalaciones para hacer montañismo. ¿Cómo valoras los cambios? ¿Queda algo de nostalgia?

Es difícil esta respuesta. Los tiempos cambian. Las personas, la cultura, los medios económicos y materiales se han desarrollado mu-

“EL VALOR DE LA AMISTAD CON EL COMPAÑERO DE CORDADA ES ALGO INSUSTITUIBLE, IMPERECEDERO”



La cordada Jesús Ibarzo y Ursi en Riglos, después de bajar rapelando la Carnavalada. ARCHIVO U.A.

cho. No sirve de nada la nostalgia. Ahora estamos ante un deporte de masas, perdiendo quizás su identidad como filosofía de vida. En la escalada, las vías clásicas están aseguradas con clavijas, que aunque puedan ser más seguras, es posible que con ello se haya perdido la fuerza espiritual y de aventura de este deporte. En definitiva, creo que cada montañero es libre de desarrollar su deporte como quiera y disfrutar con él. Y en cualquier caso, pienso que hay tres premisas que considero importantes: decir siempre la verdad de tu actividad, ayudar siempre a un accidentado y dejar limpia la montaña.

¿Qué son para ti los Pirineos?

Se podría decir que son mi hábitat. Han sido mi medio de vida, donde he realizado mis mejores escaladas. Admiro sus bosques, sus valles, sus flores, el sonido de sus cascadas... En invierno, cuando todo está cubierto de nieve, el placer de hacer esquí de montaña es indescriptible. Descender por nieve virgen es inigualable. En fin, que aunque hay otras montañas y macizos más altos, no se goza más por subir más alto, ya que en los Pirineos estás influenciado por una belleza que se palpa, que te envuelve. Entonces, más intensamente vives, más intensamente sientes.

PRAMES

NOTICIAS DEPORTIVAS

■ **DESPEDIDA**
Angelines, de Susín

Angelines Villacampa, de casa Mallau, la última habitante de Susín, como le gustaba que la reconocieran, falleció este 7 de febrero. Persona luchadora, inquieta, que se desvivía para que su pueblo no quedase abandonado y olvidado como tantos otros del Sobrepuerto, nos abrió su casa durante dos décadas, nos mostró los senderos de ese maravilloso lugar, y nos contó la historia y las tradiciones de sus gentes. Gracias por tu hospitalidad, por tu cariño, por tus conversaciones y por preservar Susín como un núcleo vivo. Un recuerdo de tus amigos de Prames y del comité de senderos de la FAM.

■ **FOTOGRAFÍA**
VIII Concurso País de Montañas

La FAM convoca el VIII concurso de fotografía País de Montañas, bajo el título 'Los deportes de montaña'. Dentro de la promoción y difusión de las distintas modalidades deportivas asociadas a la montaña y el medio natural, la federación quiere fijar la mirada en esas bellas imágenes que nos brinda el binomio deporte y paisaje o esfuerzo y naturaleza. Bases y premios: www.fam.es.

■ **SENDERISMO**
Marcha Comuneros

El próximo 10 de marzo, domingo, tendrá lugar la XXIV Marcha Senderista Comunidad de Calatayud 'Comuneros', que este año se realizará en Alhama de Aragón y que, en su versión larga (20 km), está incluida en la 7ª Copa de resistencia de Aragón y en la 8ª Liga de Andadas Populares. La organización ofrece desayuno, avituallamientos, comida, asistencia sanitaria, información mediante voluntarios y detalle recordatorio. Los menores deben ir acompañados de un adulto y no se admiten animales de compañía. Tras la comida, se entregarán los premios al club federado con más participantes y al más lejano, y se sorteará diverso de material deportivo. Federados y socios de Comuneros, 15 €; resto, 18 €; menores de 12 años, 13 €. Fecha límite para inscripciones: domingo 3 de marzo, en la web www.comuneroscalatayud.com, hasta 300 plazas.

XXIV MARCHA SENDERISTA
COMUNIDAD DE CALATAYUD

ALHAMA DE ARAGÓN
10 de MARZO de 2013

ORGANIZA: COLABORADORES:

INSCRIPCIONES HASTA EL DÍA 3 DE MARZO EN: WWW.COMUNEROSCALATAYUD.COM

■ **RAQUETAS DE NIEVE**
Campeonato de España

El próximo 10 de marzo tendrá lugar el I Campeonato de España de Raquetas de Nieve. Organizado por el Club Stadium Casablanca y la FAM, se celebrará en la estación de esquí Aramón Formigal. Información e inscripciones: www.fedme.es.

■ **ESQUÍ DE MONTAÑA**
XXXV Travesía Altos Pirineos

Recordamos que el fin del semana del 16-17 de marzo, tendrá lugar la XXXV Travesía Altos Pirineos. Organizada por Peña Guara, prueba valedera como Campeonato de España por Equipos, Campeonato de Aragón por Equipos, Copa de España y Copa de Aragón.

■ **LIGA DE RALLYES**
Escalada en Leiva

El 9 de marzo se llevará a cabo la segunda edición del Rally 12 horas de Escalada Valle de Leiva, organizada por el Club Montañero de Murcia, prueba que abre la Liga de Rallyes de Escalada Fedme 2013. Le seguirán los rallyes de Terradets, 6 de abril, Peñón de Ifach, 27 de abril, y Mallos de Riglos, 18 de mayo. Información e inscripciones: www.fedme.es



aramón bus blanco



formigal

Servicio diario
Transporte ida y vuelta
+ forfait

Laborable **44€**

Festivo
(sábado, domingo y festivo) **61€**

Salida a partir de 10 pax.

panticosa

Pack incluye
Transporte ida y vuelta
+ forfait
+ bocata + bebida
+ alquiler de material **42€**

Sólo Miércoles

Salida a partir de 15 pax.

horarios

Salida
Zaragoza, a las 7h.
Pº Mª Agustín, 12-14
(Ambulatorio Ramón y Cajal)
Huesca, a las 7,45 h.
Avda. Juan XXIII, s/n.
Llegada A las 9 h.
Regreso A las 17 h.
*horario estimado

aramón
www.aragonesqui.es

Reserva telefónica
976 44 11 43

GRAN RECORRIDO | El Camino Natural del Ebro GR 99 combina una gran variedad de paisajes, ecosistemas y poblaciones



GR 99, la gran ruta junto al Ebro

Vista aérea de los meandros del Ebro próximos a Escatrón. PRAMES

Desde Fontibre, en Cantabria, al Faro del Garxal, en Tarragona, el Ebro recorre 930 km por la cuenca más caudalosa y extensa de la península (85.997 km²). El Camino Natural del Ebro GR 99 lo acompaña atravesando Cantabria, Castilla y León, País Vasco, La Rioja, Navarra, Aragón y Cataluña. 1.280 km de sendero siguen este curso, a lo largo de una gran variedad de ecosistemas y poblaciones.

Integrado en el Programa de Caminos Naturales del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, esta gran travesía es fruto del esfuerzo conjunto del Ministerio y la Confederación Hidrográfica del Ebro, organismos que auspiciaron una propuesta de la Fedme. Para ello, además, se contó con la colaboración de más de un centenar de ayuntamientos y de los gobiernos autonómicos correspondientes. Su homologación integral fue posible tras la participación y el acuerdo de las siete federaciones de montañismo regionales implicadas.

A su paso por Cantabria, Burgos y Álava, el joven Ebro se pre-

GR 99

TRAMO ARAGONÉS

Distancia: 377,8 km, aproximadamente.

Etapas:

- Buñuel (Navarra)-Gallur
- Gallur-Alagón
- Alagón-Utebo
- Utebo-Zaragoza
- Zaragoza-El Burgo de Ebro
- El Burgo de Ebro-Pina de Ebro
- Pina de Ebro-Velilla de Ebro
- Pina de Ebro-Gelsa
- Velilla de Ebro-Sástago
- Algorge-Ermita de Montler-Sástago
- Sástago-Escatrón
- Escatrón-Chiprana
- Chiprana-Caspe
- Caspe-Mas de la Punta
- Mas de la Punta-Vall de Friexes
- Vall de Freixes-Mequinenza
- Mequinenza-Fayón

senta como un río de montaña, que para abrirse paso ha tenido que excavar vertiginosas gargantas de más de 200 m de profundidad (Espacio Natural Hoces del Alto Ebro y Rudrón y Parque Natural Montes Obarenes-San Zadornil, en Burgos).

Surgencias como la cascada de El Tobazo, en Villaescusa de Ebro (Cantabria), y el lago de Arreo-Caicedo y las salinas de Añana (Álava) son otros puntos de interés. De entre la abundan-

te y variada vegetación, destacan los robledales.

El Ebro entra en La Rioja tallando el impresionante canal de los Riscos de Bilibio, nombre derivado de la voz latina 'bilibium': dos labios. Es la despedida del río de los espacios montañosos y la geografía quebrada.

A partir de la localidad riojana de Haro, el Ebro penetra en las grandes llanuras, organizando por Navarra y Zaragoza un diáfano escenario de campos culti-



Panorámica desde la ermita de Montler. PRAMES

vados. Meandros, madres, mejanas y galachos son sus formaciones más características. La vegetación natural de las orillas son los sotos, frondosos bosques en donde crecen sauces, álamos, fresnos y olmos, aunque son florestas fragmentadas por la tradicional explotación agrícola de las vegas.

Son numerosos los parajes protegidos, como la isla-soto de Buicio, entre Álava y La Rioja, la Voleta de Azagra (Navarra) o los ga-

luchos de Juslibol y La Alfranca, junto a la ciudad de Zaragoza. También en algunas etapas se asciende a los escarpes creados por la erosión del río.

El Ebro se despidió de Aragón remansado en los embalses de Mequinenza y Ribarroja, grandes obras hidráulicas que han creado un nuevo ecosistema y un privilegiado lugar para la pesca y los deportes náuticos. Sin embargo, al alejarse de la ribera, el GR 99 se interna en la estepa,

Sendero de Gran Recorrido

Auspiciado por el Ministerio de Medio Ambiente y la CHE, el proyecto fue una iniciativa de la FEDME y su homologación íntegra fue posible tras la participación y el acuerdo de las siete federaciones de montañismo regionales implicadas.

Diversidad natural y cultural

Los 1.280 km del GR 99 acompañan el curso del Ebro desde Fontibre hasta su desembocadura, atravesando Cantabria, Castilla y León, País Vasco, La Rioja, Navarra, Aragón y Cataluña, a lo largo de una gran variedad de ecosistemas y poblaciones.



Ermita de Montler. PRAMES

ETAPA 29.1 DEL GR 99

ALBORGE-ERMITA DE MONTLER-SÁSTAGO

Sobre el núcleo de Alborge (161 m), en el cruce de carreteras donde la etapa 29 gira para entrar en la población, se toma la carretera de Bujaraloz hacia el NE durante 1,5 km. En una curva, tras cruzar el barranco de pozas, se abandona el asfalto para desviarse a la derecha por un carril de tierra que, enseguida, se ajusta al río. Dicha pista va dando la vuelta al meandro que forma el Ebro, salvando a la vez varios torrentes laterales. Para vadear uno de ellos, el barranco del Pino (el más profundo), se desciende a un campo y por su borde superior se toma de nuevo la pista. En pocos metros, el vial penetra por un nuevo torrente, aguas arriba, abandonando la ribera. Comienza el ascenso a la ermita de Montler, a la que

se accede por su parte posterior (3,3 km; 1 h).

La ermita de Montler se alza al borde de una cornisa de la llanada de Monegros adelantada sobre la depresión central del Ebro. Así, forma un inmenso mirador con un dominio visual incontestable sobre los meandros, la isla formada debajo, la huerta y las poblaciones asentadas en este caprichoso devenir fluvial. A un edificio del siglo XIII, se adosan ampliaciones del XVIII. Por toda la explanada se extienden diversas construcciones de abrigo para los días de romería y fiesta campestre. Tradicionalmente se ha considerado el lugar como punto de paso en la ruta jacobea del Ebro, en dirección a Sástago.

Para continuar, se toma un camino ancho, que desciende

por la ladera, a escasos metros de la fachada de la ermita, siguiendo por el borde del escarpe. El camino salva un barranco por un espectacular muro-puente de piedra, mientras sigue descendiendo la ladera hasta llegar al nivel de la ribera del río.

Atravesando una nueva barranquera, la pista, entre el río y la ladera, mejora y llega a la carretera A-221 y al puente que da acceso a Sástago, por la calle de San Roque, llegando a la zona escolar (146 m; 8,4 km; 2 h 10 min).

Distancia: 8,4 km (solo ida).

Horario: 2 h 10 min.

Desnivel positivo: 120 m.

Desnivel negativo: 135 m.

Para saber más: Prames, 'Camino Natural del Ebro GR 99', MMA, 2007.



Poste del Camino Natural del Ebro GR 99 junto al embalse de Mequinzenza, Caspe. PRAMES

llegando hasta el valioso enclave de las saladas de Chiprana.

Para pasar a Cataluña, se cruza a la orilla izquierda por la presa de Mequinzenza. Aquí, la confluencia del Segre, el Cinca y el Ebro forma el Aiguabarreig, la mayor masa fluvial interior de Europa, y un paraje de gran valor ecológico.

De la plana de Almatret (Lérida), se desciende bruscamente a la ribera del Ebro. Más adelante, ya en Tarragona, se continúa por

el camino de sirga que recorre la margen izquierda del Ebro hasta Flix, atravesando el Espacio de Interés Natural de Sebes; y en Miravet se utiliza una de las últimas barcas de sirga operativas en el río para cruzar de orilla.

A la salida de Ascó, se franquea el desfiladero del Paso del Asno, vertiginoso pasaje en el murallón rocoso, para entrar en la depresión de Móra d'Ebre. Después, comienza otro tramo abrupto, al atravesar las estribaciones finales

de la Cordillera Litoral Catalana por el Paso de Barrufemes.

Este es el último obstáculo antes de entrar en el delta del Ebro. Entre campos de arroz, pequeñas islas y galachos de exuberante vegetación y dunas, el Camino Natural del Ebro GR 99 atraviesa el Parque Natural del Delta, el último de los 30 espacios protegidos por los que se pasa, y concluye su recorrido ante el faro del Garxal, a la orilla del mar

PRAMES

ARAGÓN, en tu mano.

Aprende más de Aragón, haz Check In, compártelo y...
¡¡suma puntos!!



La nueva aplicación móvil para Smartphones y tabletas "Check In Aragón" te permite sumar check-ins por todo Aragón al visitar lugares de interés cultural, turístico, de ocio, artístico...
Descárgala, empieza a sumar puntos y comparte toda la información con tus amigos. Hacer Check In tiene premio...

Descárgala en...



CLUBES | El veterano club oscense es un activo promotor de la provincia desde su fundación

Peña Guara, emblema del montañismo en Huesca



Primera ascensión al Pico de Guara, en 1932. ARCHIVO PEÑA GUARA



Grupo de Peña Guara en el refugio de Góriz, en 1950. ARCHIVO PEÑA GUARA



Integrantes de Peña Guara en Estós, en 1949. ARCHIVO PEÑA GUARA



Expedición de Peña Guara en la cima del Everest, en 1991. ARCHIVO PEÑA GUARA

Peña Guara se constituye oficialmente como club de montaña el 7 de marzo de 1932, aunque anteriormente figuraba como sección de montaña de la entidad Turismo del Alto Aragón, sociedad surgida en 1912 con estatutos propios y cuyos fines principales eran la divulgación de las bellezas naturales de la provincia de Huesca, sus obras de ingeniería y promoción y encauzar hacia la provincia la corriente excursionista que por aquel entonces se iniciaba en España.

En 1933 Peña Guara se integró en la Sociedad Española de Alpinismo, siendo su representante en la región. La guerra civil española dejó a Peña Guara paralizada desde julio de 1936 hasta el 3 de abril de 1949, fecha de la nueva organización, dándole nuevos estatutos, documento que todavía está prácticamente en vigor, a excepción de las modificaciones que las diversas leyes deportivas y el traspaso de competencias entre administraciones así lo han obligado.

En la actualidad Peña Guara cuenta con 4.300 socios activos, desarrollando actividades deportivas en las disciplinas de Montaña, Espeleología, Deportes de Invierno, Bicicleta de Montaña y Orientación. En cuanto a las tarjetas de federados en Montaña, desde hace unos años, su número está estabilizado en las 1.300, cifra que le consolida como uno de los tres clubes más potentes del conjunto del Estado español.

Su actividad principal en los deportes de montaña es la promoción, acción que realiza a través de la organización de cursillos de iniciación en diversas modalidades (montañismo, escalada en rocódromo y roca, alta montaña, esquí de montaña, barranquismo), destacando también sus programas de senderismo.

Uno de ellos, en marcha desde 1981, ha sabido llevar a cabo una programación de rutas (429 realizadas hasta la fecha) que han servido para enseñar el territorio a los socios a través caminos,

senderos, montañas y pueblos de la provincia de Huesca.

En la última década el club también se ha especializado en la organización de diversas pruebas de competición: Travesía Altos Pirineos, Rally de Riglos, Tozal de Guara, Trineu de Montaña, pruebas que en constantes ediciones han servido como campeonatos nacionales y regionales de la especialidad.

Toda esta labor de promoción a lo largo de tantos años ha servido para que sus alpinistas hayan alcanzado las cimas más importantes de los cinco continentes. Las continuas expediciones que sus montañeros realizan han logrado alcanzar la cifra de 6 ochomiles, destacando el primer ochomil aragonés en 1983 (Gasherbrun I), así como la colocación por primera vez de la bandera de Aragón en la cima del Everest en octubre de 1991.

En la actualidad, sus alpinistas sobresalen por la realización de ascensiones y escaladas de alta dificultad, actividades que en diversas ocasiones han sido pre-

miadas con el Piolet de Oro de la Fedme y el Trofeo FAM.

En cuanto al mundo de la montaña, Peña Guara, sus deportistas, colaboradores y directivos no solo han destacado y destacan por sus actividades deportivas.

El club tiene, de acuerdo con sus estatutos, un gran compromiso de educar e implicarse en la conservación del medio ambiente. Varias son las acciones puestas en marcha a lo largo de tantos años con la finalidad de salvaguardar su cancha deportiva, como es la montaña. Guara, valle de Estós, Ordesa, Añisclo, Madaletas, Chalamera, Izas... son espacios donde el club ha trabajado para que estos entornos sigan en condiciones lógicas de uso tradicional y deportivo.

Peña Guara

Vicente Campo, 9, bajos.
22002 Huesca.
Tel.: 974 212 450

Email: p-guara@p-guara.com
Web: www.p-guara.com

Toda esta acumulación de actividad deportiva y de trabajo por la montaña y el medio ambiente, le ha servido al club para recibir múltiples reconocimientos, de todo tipo, destacando entre ellos: la Medalla de Oro de la Ciudad de Huesca, la Medalla de Oro de la Provincia de Huesca, la Medalla al Mérito Social 'Premio San Jorge' de la Diputación General de Aragón, el V Galardón Félix de Azara y el Premio Nacional del Deporte 'Infanta de España S. A. R. Dña. Elena'.

Peña Guara, en estos momentos, está organizado en tres áreas: Deportiva, Cultural e Investigación e Infraestructuras. El equipo de trabajo que sustenta el club supera, entre directivos y colaboradores, las 105 personas.

PEÑA GUARA

Promoción Especial Enamorados

Sorprende a tu pareja con un regalo muy especial

Elige entre cualquiera de estas estancias de ensueño a un precio que no podrás rechazar...

por solo **125 €** precio paquete para dos personas

Conseguir uno de estos viajes de ensueño es muy fácil

1. HAZ TU RESERVA

Envía un e-mail a promocionesheraldo@halcon-viajes.es
Llama al teléfono **976 221 030**

2. RECOGE TU VIAJE

Canjea este cupón en cualquier agencia de Halcón Viajes por tu pack de viaje. Consulta el listado de agencias en www.halconviajes.com

VALE

x 1 estancia para 2 personas en uno de estos lugares de ensueño

- Hotel Barceló Monasterio de Bortaña
- Hotel Reina Felicia de Jaca
- Hospederías de Aragón
- Hotel Meliá Zaragoza
- Hotel Barceló Jaca Golf & Spa
- Hotel Balneario Sarcotel Alhama de Aragón

por solo **125 €**



HERALDO
DE ARAGÓN

Hotel Barceló
Monasterio de
Bortaña

★★★★★



PVP
~~235 €~~

Habitación Doble Superior / desayuno

Entrada para dos personas al Circuito SPA, Aguas del Ara /

Cena romántica para dos personas

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

Hotel Reina Felicia
de Jaca

★★★★



PVP
~~180 €~~

Habitación Doble / desayuno

Entrada para dos personas al SPA Circuito Termal

Cena romántica para dos personas

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

Hospederías Aragón

Castillo Papa Luna
San Juan de la Peña
La Iglesia del Oid



PVP
~~180 €~~

Paquete romántico: Castillo, Palacio o Monasterio de Aragón

Habitación doble / desayuno

Cena romántica para dos personas

Acceso al SPA en el Monasterio de San Juan de la Peña

Bombas y cena en la habitación en Papa Luna y La Iglesia

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

NOVEDAD!

Hotel Meliá
Zaragoza

★★★★★



PVP
~~180 €~~

Una noche en habitación / doble / desayuno. Buffet con fruta-bebidas

Masaje con chocolate / 20 minutos

Copa Premium con Champaña / Jerez Selección

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

NOVEDAD!

Hotel Barceló
Jaca Golf & Spa

★★★★



PVP
~~210 €~~

Una noche en habitación / doble / desayuno

Entrada para dos personas al circuito SPA

Cena romántica para dos personas

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

Hotel Balneario
Sarcotel
Alhama de Aragón

★★★★★



PVP
~~210 €~~

Una noche en habitación / doble / desayuno

Cena romántica para dos personas

Acceso a la piscina activa / termal

Acceso al circuito Aquitherma

Oferta válida para todo el año 2013. Sujeto a disponibilidad en el momento de realizar la reserva.

RESCATE | Es un dispositivo de rescate que resulta fundamental en las salidas a zonas con mucha nieve y peligro de avalanchas

El ARVA, un buen aliado en la nieve



1 Un dispositivo necesario
Los ARVA (Appareil de Recherche de Victimes d'Avalanche) o DVA (Detector de Víctimas de Avalancha), en castellano, son unos dispositivos fundamentales para poder ser rescatados vivos, si somos sepultados por una avalancha de nieve. Lo deberían llevar todas las personas que practican montañismo, no solo los esquiadores. Este año los picos están pelados a causa del viento y hay más peligro en el fondo de los valles. Además, las avalanchas se pueden provocar fuera de nuestra situación y podemos ser sepultados incluso si no pisamos nieve.



FOTO: GUARDIA CIVIL

2 Sonda y pala Siempre que hablamos del ARVA debemos de pensar que, por sí solo, su eficacia se ve mermada si no lo acompañamos de una pala y una sonda para la búsqueda de los accidentados. La sonda permite la última localización de la víctima y la pala nos facilita retirar la nieve. Por estas razones, debemos aprender el manejo de la pala y la sonda, junto al del ARVA.

3 En caso de un alud A partir del minuto 15, las probabilidades de supervivencia disminuyen drásticamente; una hora enterrado suele ser sinónimo de fallecimiento. Esto indica la importancia de que los compañeros lleven a cabo el rescate o por lo menos lo inicien, hasta que lleguen los servicios de rescate. Para ello es necesario que sepamos cómo proceder, por lo que conviene haber realizado prácticas o algún curso previo para conocer el manejo del ARVA y las técnicas de búsqueda y sondeo para localizar a una víctima y socorrerla sin lesionarla, sin olvidar las técnicas del paleado, ya que en esta operación es donde se pierde realmente tiempo.



4 Qué es Los ARVA no son otra cosa que una radio baliza con dos posiciones, una en la que está emitiendo una señal (cuando estamos realizando la actividad) y una segunda en la que es capaz de detectar esta señal emitida por otro ARVA (búsqueda de accidentados), siendo la frecuencia de trabajo la misma para todos los dispositivos, con el fin de que sean compatibles todos los equipos. La gran diferencia estriba en el número de antenas que disponen. Los de una antena son analógicos y nos indican la distancia al emisor mediante una mayor o menor señal acústica o luminosa, mientras que los de tres antenas son digitales y su manejo es más intuitivo. En cualquier caso, es muy importante un correcto conocimiento sobre el manejo de nuestro material.

MARIANO ADÁN
Iniciación y Comunicaciones de la FAM

AGENDA DEPORTIVA

■ Club de Montaña Jesús Obrero

Travesía del Vado, 14, entlo. Dcha. 50014. Zaragoza.
Tel.: 976 292 611.

Escalada

Fecha: 2-3 de marzo

Lugar: Albarracín (escalada en bloque)

■ Peña Guara

Vicente Campo, 9, bajos. 22002. Huesca. Tel.: 974 212 450.

www.p-guara.com

p-guara@p-guara.com

Esquí de montaña

Fecha: 2-3 de marzo.

Lugar: Alta Ruta Valle de Tena.

Fecha: 1-10 de marzo.

Lugar: Alpes.

Esquí de montaña

Fecha: 3 de marzo

Lugar: por determinar.

■ Stadium Casablanca

Sección Montaña y Esquí

Vía Ibérica, 69-77. 50012. Zaragoza. Tel.: 976 562 875.

administracion@stadiumcasablanca.com

www.stadiumcasablanca.com

Esquí de montaña y raquetas de nieve

Fecha: 2 de marzo

Lugar: Somport Interclubes

■ CM Zorrolongo

Abadía, 9. 50200 Ateca (Zaragoza). Tel.: 626 693 065

Secret-zorrolongo@hotmail.com

secretzorrolongo.wordpress.com

Montañismo

Fecha: 2 de marzo

Lugar: Perdiguero

Raquetas de nieve

Fecha: 3 de marzo

Lugar: Estós



Portillón de O y Perdiguero. PRAMES

■ CM Castiliscar

Granada, 17-19 pral. A. 50007. Zaragoza. Tel.: 9786 325 085.

rastacasti@hotmail.com

www.castiliscar.net

Montañismo

Fecha: 2-3 de marzo

Lugar: Peyreget.

Senderismo

Fecha: 2-3 de marzo

Lugar: Circular por la Almunia del Romeral.

■ AD Lo Bisaurín

Horno, 7. 22730. Aragüés del Puerto (Huesca).

Tel.: 976 393 787/629 806 388.

Raquetas de nieve

Fecha: 2-3 de marzo

Lugar: rutas por el valle de Ordesa

■ CM China Chana

Avda. Salvador Allende, 13, casa. 50461 Alfamén (Zaragoza).

chinachanaventura@hotmail.es

Senderismo

Fecha: 2-3 de marzo.

Lugar: Beceite.