

Raquetas de nieve Primer Campeonato de España



Participantes en una edición pasada del Rally de Raquetas de Nieve de Stadium Casablanca y Trofeo FAM. FERNANDO SANCHO

Correr con raquetas? Y por qué no. Ya en el siglo XIX se realizaban carreras de raquetas de nieve en Canadá, a veces con obstáculos y otras no. En Europa, es en 1972 cuando en Trentino (Dolomitas) se celebra la primera competición de raquetas. Se trata de la 'Ciaspolada', una prueba que llegó a tener más de 6.000 participantes y que aportó a la región italiana un importante desarrollo invernal, tanto deportivo como turístico. También Francia desarrolló rápidamente

su actividad competitiva en esta especialidad, aportando en 1981 su 'Master des Neiges' en Thônes (Alpes).

Como consecuencia de la proliferación de pruebas, en 2001 tiene lugar la primera Copa de Europa de raquetas de nieve en la que intervienen, además de Francia e Italia, Suiza, Finlandia, Suecia y Andorra. En Cataluña se vienen celebrando pruebas desde 2008, así como en el valle de Valdeón, pero es en Aragón donde se ha venido desarrollando una

prueba desde el año 2000. Se trata del Rally de Raquetas de Nieve de Stadium Casablanca, que desde el año 2006 se desarrolla en paralelo con el Trofeo FAM.

Este 2013, la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada ha querido iniciar estas pruebas como Campeonato de España, por lo que todos unidos (FEDME, Federación Aragonesa de Montañismo y Stadium Casablanca) nos hemos puesto a trabajar para llevar a cabo esta iniciativa con el apoyo de Aramón y la es-

tación de esquí de Formigal, que aportará parte de sus instalaciones y su apoyo técnico y humano para llevar a buen fin este proyecto.

La prueba tendrá lugar el próximo domingo, 10 de marzo, a partir de las ocho de la mañana, en la zona de Sextas de la estación de esquí de Formigal, siendo necesario estar federado, además de cumplimentar la correspondiente inscripción (más información en www.fedme.es).

Allí se darán cita corredores de raquetas de nieve, de carreras

por montaña y de 'trail running', que competirán por las primeras medallas nacionales, pero también habrá una participación social que dará a la competición la más alta representación popular.

Es posible que, en un futuro cercano, esta especialidad llegue a ser deporte olímpico. Entonces, ¿por qué no empezar a pensar en nuestros futuros representantes?

FERNANDO SANCHO
Comité de Raquetas de Nieve
FAM

II-III / ENTREVISTA A
ÁNGEL LÓPEZ 'CINTERO',
REFERENTE DE LA
ESCALADA EN ESPAÑA

IV-V / ASCENSIÓN A LA
CAIXA, ENCLAVE SEÑERO
DE LA COMARCA
DEL MATARRAÑA

VI/ TERCERA EDICIÓN DE
LA ANDADA POPULAR
BARRANCO DE OSERA,
DE 22 KILÓMETROS

VIII / CÓMO COMBINAR
EL ARVA, LA SONTA
Y LA PALA PARA
SALVAR VIDAS

7 DE MARZO DE 2013

PROMUEVE:



CON LA GARANTÍA
EDITORIAL DE:

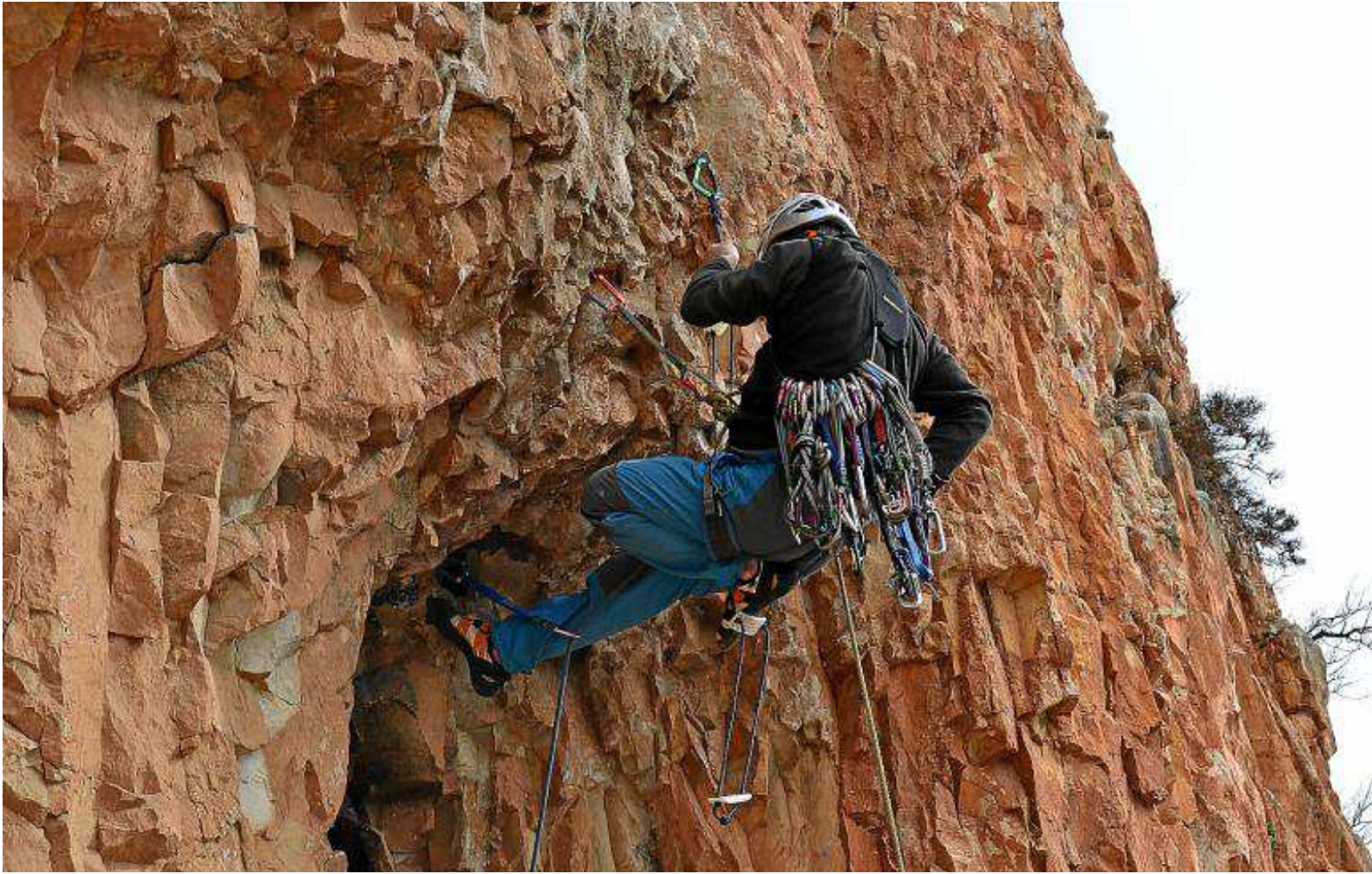


PATROCINAN:



ENTREVISTA | Medalla de Oro y Plata de Montañeros de Aragón, club al que pertenece desde hace 58 años

Ángel López, 'Cintero', un pionero todavía en activo



Cintero, pionero de la escalada en Aragón, en una de las paredes de Mezalocha. ARCHIVO ÁNGEL LÓPEZ



Cintero es miembro de honor del Grupo de Alta Montaña Español. ARCHIVO ÁNGEL LÓPEZ

Ángel López 'Cintero' (Zaragoza, 1936), pionero de la escalada en Aragón y España, es medalla de Oro y Plata de Montañeros de Aragón, club al que pertenece desde hace más de 58 años. Es miembro de honor del Grupo de Alta Montaña Español (GAME) y del Grupo Pirenaico de Alta Montaña de Francia, y Guía Nacional de Alta Montaña (de las antiguas titulaciones del Frente de Juventudes). Pero como él mismo dice, de los reconocimientos recibidos, el más importante es el gran número de amigos y amigas que le profesan su entrañable amistad y cariño, entre los que se encuentran algunos de los mejores himalayistas o muchos de los antiguos y grandes escaladores de Cataluña.

¿De dónde le viene lo de Cintero?

Lo de Cintero es por llevar muchas cintas colgadas del portamaterial antiguo. Estas cintas las comprábamos a chatarrereros y procedían de los paracaídas-freno de los reactores americanos. **Primero, las canteras de Juslibol y Cadrete, luego, las paredes de Mezalocha y, después, Agüero y Riglos. ¿Qué significaba tener esa pulsión, tan marcada, en una época casi sin medios, en la que escalar era poco menos que una locura?**

Nuestras primeras 'escaladas' fue-

ron en paredes de yeso, junto a las canteras de Juslibol y también en la pared posterior del castillo de Cadrete, en aquella época, casi siempre, con mi añorado y desaparecido amigo Esteban de Pablo. Sería en las hermosas y rotas paredes del pantano de Mezalocha, con diversos amigos, mediante escaladas severas y peligrosas, donde sin enterarnos nos prepararíamos para empresas más grandes y difíciles. Entonces, los medios materiales eran precarios; las cuerdas de cáñamo, de corta vida y poco seguras; el calzado consistía en alpargatas con suela de cáñamo, muy parecidas a las de baturro; y las clavijas, casi todas de hechura casera o, todo lo más, preparadas por herreros.

En la primera al Puro de Riglos, en 1953, usted tenía 17 años y ya había estado, en 1950, con Alberto Rabadá en el Campamento Nacional de Alta Montaña de Gredos. ¿Cómo fueron sus comienzos en la montaña desde tan joven?

Empecé de excursionista con 11 años y, poco después, me afilié a

un grupo o centuria del Frente de Juventudes, que era de montañeros. Con los relatos y fotos que nos mostraban, nació mi afición al montañismo y la escalada. En las primeras salidas al Pirineo, con 16 y 17 años, fuimos subiendo por las rutas normales a innumerables cumbres de más de 3.000 m. Más tarde, iríamos por vías más difíciles, crestas del Diablo, de Costerillou, de Salencas, de Cabrioles, etc., también en Pirineos. En 1954, con 18 años, guiaba a dos cordadas en ascensiones y escaladas por el circo de Gredos y la zona de los Galayos.

Tras la conquista del Puro, Alberto Rabadá, Manuel Bescós y usted sustituyen definitivamente a la primera generación de escaladores aragoneses, la de Serón-Millán, e inauguran una 'década prodigiosa'. ¿Eran conscientes de ello?

Heredamos una gran amistad con los pioneros aragoneses de la escalada en Riglos, Serón y Millán. Estos nos enseñarían lo que sabían; nosotros, con estos principios y la lectura de algunos manuales, sa-

«ANTES, LA MONTAÑA NO ESTABA TAN MASIFICADA COMO AHORA Y ALGUNOS DE NUESTROS VIAJES ERAN PURA AVENTURA»

Ángel López, en la vía Rabadá-Navarro, espolón del Firé, en 2011. ARCHIVO ÁNGEL LÓPEZ



bríamos del tema algo más. Lo de la 'década prodigiosa' es fruto de algún escritor de revistas o piadas, debido a que durante 10 años (1953-1963) Zaragoza estuvo a la cabeza del montañismo y la escalada en toda España. Párrafo aparte merecen nuestros inmediatos sucesores, Ursi e Ibarzo, cordada que funcionó bastantes años a un altísimo nivel, no solo repitiendo las escaladas de Rabadá y Navarro, sino abriendo sus propias vías, algunas de gran dificultad.

¿Cómo eran las reuniones, los

proyectos, los viajes, las celebraciones entre quienes compartían aventuras?

El contacto con los amigos de entonces, Rabadá, Montaner, de Pablo, hermanos Bescós, Nanín, Pepe Díaz, Villarig, Cantero, Lázaro, Virgili, Ligorred, etc., era vernos una tarde o dos por semana para preparar la salida del fin de semana. Entonces, en plena postguerra, los recursos económicos eran muy escasos en nuestras familias y, además, se trabajaba hasta los sábados por la mañana.

¿Y cómo era entonces la montaña?

Entonces la montaña no estaba tan masificada como ahora y algunos de nuestros viajes eran pura aventura. A veces, hacíamos ascensiones invernales por el Pirineo, por supuesto, con los precarios equipos de entonces.

Manuel Bescós moriría pocos días después de la mítica ascensión al Puro, también en Riglos. Rabadá (quien ya era su cuñado) y Navarro lo harían diez años después, en los Alpes. Cuéntenos cómo vivió aquellas experiencias.

La desaparición de algunos amigos caídos en la montaña, primero Manuel Bescós y, más tarde, Rabadá y Navarro, nos dejaron melancólicos y casi sin 'poesía' hacia la montaña, aparte de las lógicas dificultades que nos ponían nuestros padres y hermanos. Resurgimos y continuamos gracias a nuestro amor a la montaña, sobre todo, con el principal aliciente de la ilusión.

La primera al Puro y la apertura de la vía Serón-Millán al Pisón son dos de sus grandes logros, pero ¿qué repaso haría de su trayectoria?

Aperturas y escaladas importantes serían la segunda a Peña Sola de Agüero (primer sexto grado de Aragón); la primera al Puro del Pisón, con Bescós y Rabadá; la primera a la vía directa al Pisón, en Riglos; la vía Serón-Millán, en 1957, de la que Rainier Munsch, malgrado guía de Pau, diría «que hasta la fecha, en ninguna de las dos vertientes del Pirineo (española y francesa) se había realizado nada tan difícil, acaso en Dolomitas (Italia)». Otra vía, hoy día muy asegurada y popular, sería la vía Edil a la Aguja Roja, con Rabadá. En 1954 hice segundas ascensiones al Puro de Vadiello y al Huevo de San Cosme, así como numerosas aperturas en Guara, Mezalocha y algo en Morata del Jalón. He escalado en varios macizos españoles, como diferentes rutas al Naranjo de Bulnes, entre otras, su cara Oeste, en la época en que no estaba equipada; en el Peñón de Ifach; varias rutas también en Gredos, en Puig Campana, en Pirineos (sobre todo, en Ordesa y, en Francia, en el Midi de Ossau y las Agujas de Ansabere), muchas veces en Montserrat... También hice algunos pequeños intentos en vías clásicas de los Alpes, entonces sin tiempo y sin éxito. En realidad me he dedicado más a nuestro Pirineo y, en especial, a la escalada en roca.

¿Cómo valora lo mucho que ha evolucionado la escalada?

He visto una enorme evolución en el montañismo y en la escalada, conozco todo lo realizado desde 1953 hasta la fecha en nuestro país. Hoy en día, la juventud y los no tan jóvenes, con más medios técnicos, mucha dedicación y entrenamiento, han superado casi hasta lo infinito lo que hacíamos en nuestra época.

Esa pulsión de la que hablábamos se mantiene viva, y usted sigue en activo.

Sí, con 77 años aún me dura y, dentro de dificultades medio-bajas, sigo con bastante actividad.

PRAMES

NOTICIAS DEPORTIVAS

■ CURSO

Monitor base de alta montaña

Hasta el 22 de marzo, está abierto el plazo de inscripción para el curso de Monitor Base de Alta Montaña (bloque específico), dirigido a aquellos deportistas interesados en pertenecer al colectivo de monitores (amateur, benévolo o voluntario) de la EAM. Su ámbito de actuación se encuentra en las actividades organizadas por clubes de montaña y la FAM. Las plazas convocadas son un mínimo de 4 y un máximo de 12 inscritos. El curso tendrá lugar en el refugio de Pineta, los días 6, 7, 13 y 14. Bases e inscripciones: www.fam.es.

■ CURSO

Trazadores de esquí de montaña

La Escuela Aragonesa de Montañismo abre el plazo de inscripción para la realización del curso de Trazadores de Esquí de Montaña, destinado a dotar a las competiciones de esquí de montaña del equipo técnico adecuado para preparar los recorridos, siguiendo las directrices reglamentarias, de manera que estos sean seguros y atractivos para los competidores. Está dirigido a deportistas, árbitros de esquí de montaña y organizadores de competiciones de esquí de montaña, interesados en pertenecer al colectivo de técnicos de la EAM. El curso tendrá lugar el 23 y 24 de marzo en las aulas de la Escuela de Montaña de la Guardia Civil de Candanchú. Plazas: entre 6 y 18. Bases e inscripciones: www.fam.es.

■ CORTOMETRAJE

Medicina de montaña



El próximo día 11 de marzo, a las 11.00, tendrá lugar la presentación del cortometraje 'Un hospital entre el cielo y la tierra' en el CTA (Centro de Tecnologías Avanzadas; Avda. Alcalde R. Sainz de Varanda, 15, de Zaragoza). Se trata de una realización del director aragonés Javier Calvo y del director de fotografía Sergio de Uña, a partir de una idea de José Ramón Morandeira y María Antonia Nerín, que trata la medicina de montaña y el rescate medicalizado en Aragón y en Nepal. La financiación ha corrido a cargo de los Cuemum (Cursos Universitarios de Especialización en Medicina de Urgencia en Montaña) de la Universidad de Zaragoza, con el patrocinio del Departamento de Industria e Innovación del Gobierno de Aragón. El acto, que también será un homenaje a José Ramón Morandeira, será presentado por el Consejero de Industria e Innovación del Gobierno de Aragón y presidente del IAF, Arturo Aliaga. Habrá una segunda proyección el mismo lunes 11, a las 19.00. Entrada libre hasta completar aforo.

■ LITERATURA DE MONTAÑA

Agustín Faus

El próximo miércoles, 6 de marzo, a las 19.30 tendrá lugar la presentación del libro 'La larga excursión', del veterano montañero y escalador Agustín Faus. El acto será en la sede de Montañeros de Aragón (Gran Vía, 11, bajos, de Zaragoza) y en él participarán el presidente del club, Ramón Tejedor, Celedonio García y el propio autor.



ARAGÓN, en tu mano.

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



ARAGÓN

**check in
aragon**

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...



EXCURSIÓN | El PR-TE 152 conduce hasta la cima más famosa de la comarca del Matarraña



Vista aérea de La Caixa, uno de los espacios naturales más importantes de la comarca del Matarraña. J. L. RODA

La Caixa, históricamente conocida como Peña de Aznar Lagaya, es un referente dentro de la comarca del Matarraña. Su silueta tabular se aprecia desde muchos lugares de este territorio y sirve como punto de referencia. Lo cierto es que esta atalaya ha tenido su importancia desde antiguo, encontrándose en ella restos cerámicos de origen íbero y, suponiendo que ha sido siempre un punto estratégico, aunque a nivel más popular, es conocida la costumbre de subir hasta ella el ganado para que se alimentara de sus ricos pastos.

Se plantea una agradable excursión a pie que nos llevará hasta este promontorio rocoso para poder disfrutar de una de las mejores vistas panorámicas del territorio comarcal.

A lo largo del recorrido y de la ascensión a La Caixa podremos apreciar gran parte del macizo de Els Ports y sus espectaculares formaciones. Podremos fijarnos en la capacidad de adaptación del mundo vegetal a condiciones durísimas, ya que toda la ascensión discurre por una ladera rocosa, casi sin existencia de sue-

LA FICHA

REFERENCIA DEL MATARRAÑA

Distancia: 5,9 km (solo ida).

Desnivel: 480 m.

Duración: entre 1 h 30 min y 2 h.

Dificultad: la ruta (PR-TE 152) es relativamente corta y no entraña dificultad hasta llegar a la cumbre del Perigüñol. No obstante, hay que recordar que la subida es intensa y que si se trepa a la mole de La Caixa se precisa de cierta precaución, ya que

se debe escalar una pequeña pared.

Consejos: en época estival, realizar la ascensión por la mañana temprano, ya que la senda discurre por una cara sur y no está muy protegida por la vegetación. Ir provistos de buen calzado y agua abundante.

Texto adaptado de: José Luis Roda (coord.), 'Matarraña/Matarranya' (col. Red Na-

tural de Aragón, 5), Gobierno de Aragón, 2006.

Club amigo: el Club de Montaña Matarraña Ports (Zaragoza, 2, 48580 Valderrobres, Teruel; tel. 678 756 745/978 850 063; email: matarrana-ports@gmail.com) son la mejor referencia montañera para pedir información sobre las muchas y intensas rutas montañeras que ofrece la comarca de Matarraña.



Cabras monteses. J. L. RODA

lo, aunque hay plantas que consiguen desarrollarse. El contraste se acentúa cuando lleguemos a la cresta, donde queda patente la diferencia de la vegetación entre la solana y la umbría. También podremos observar cómo el hombre, en otras épocas de mayor necesidad, fue capaz de crear bancales en lugares inverosímiles, para sacar adelante míseros cultivos.

Nuestro punto de partida es la

población de Beceite (553 m). Aquí, a la entrada del pueblo, junto al puente sobre el Matarraña y la ermita de Santa Ana, siguiendo las indicaciones de la ruta, tomaremos la pista asfaltada que nos conduce al embalse de Pena. Con bonitos muros de piedra a los lados, discurremos por el conocido como camino dels Olivars, nombre que recibe de los muchos olivares que lo bordean.

Tenemos por delante 2,7 km de pista que va llaneando y ascendiendo suavemente entre granjas y cultivos, hasta llegar a la parte más alta, un collado, desde el que divisamos el embalse. Hasta aquí, la aproximación puede hacerse en coche, aunque lo recomendable es hacer todo el recorrido a pie.

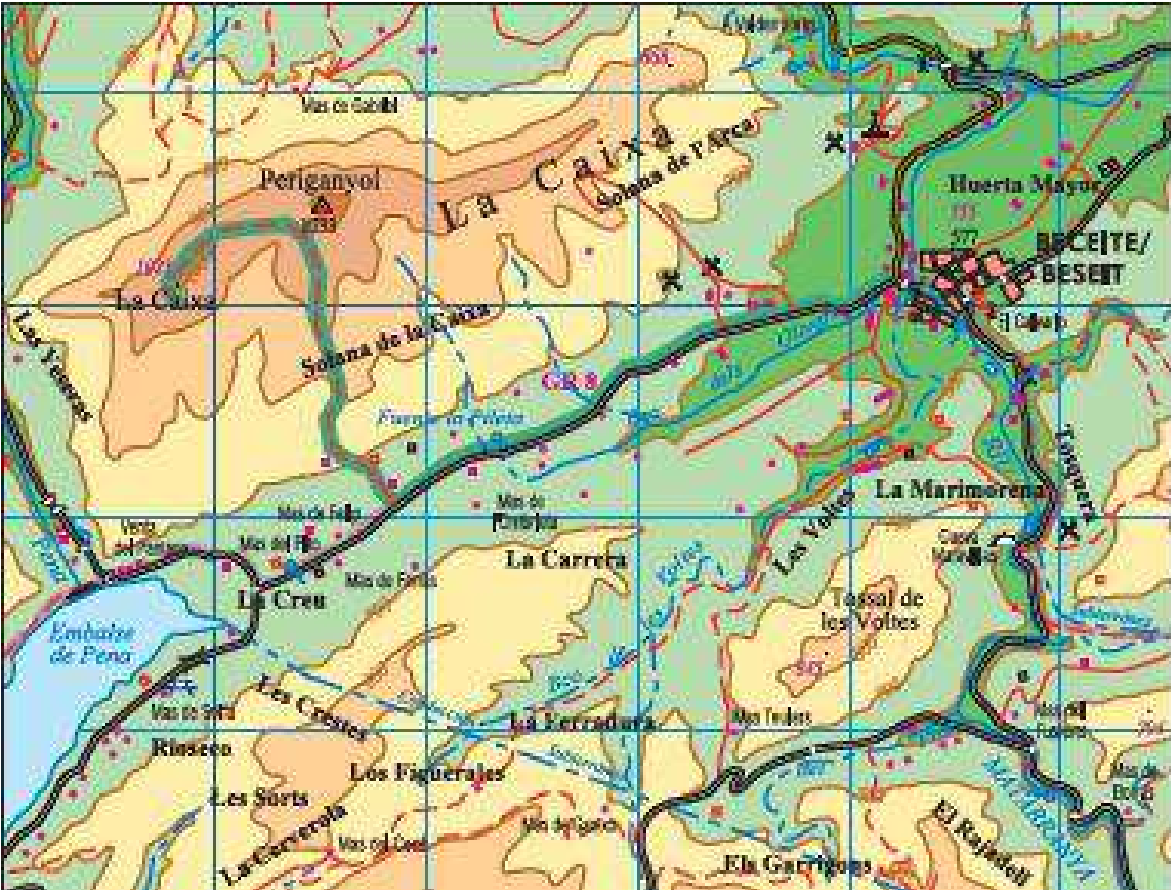
A la altura del estrecho del río Pena, donde se construyó la presa del embalse del mismo nombre, confluyen los términos municipales de Beceite y Valderrobres. Se construyó en la década de 1920 y supuso todo un movimiento económico y social en los pueblos de Beceite, Fuentespaldá y Valderrobres, aunque algunas masías fueron inundadas.

Extensas panorámicas

Las vistas del embalse de Pena, de las tierras que se pierden hacia Castellón y Tarragona, de Els Ports, el cauce del Matarraña, Beceite, el macizo de Peñagallera, Valderrobres... hacen de La Caixa un impresionante mirador.

Prudencia en los últimos metros

Una pequeña y fácil trepada por una pared de unos 15 m precede a la cima de La Caixa. Aunque equipada con una cuerda fija, de no estar acostumbrados, se aconseja buscar la compañía de algún guía o desistirse, si uno no se ve capaz.



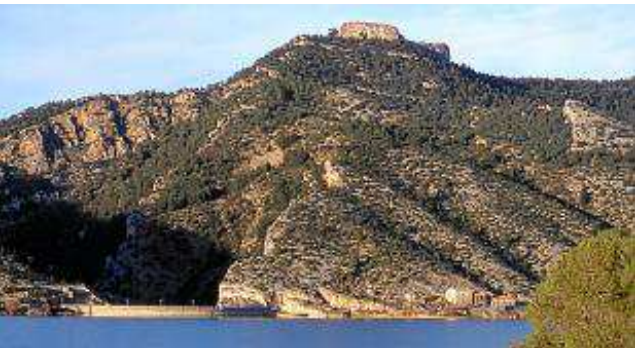
Mapa del recorrido. PRAMES

ALOJAMIENTOS RECOMENDADOS

ALBERGUE BARRANC SERRA

Término municipal: Fuentespalda.
Propiedad y gestión: Pilar Barberán Gil.
Dirección postal: Ctra. Calaceite-Monroyo, km 34,200 (44587 Fuentespalda, Teruel) Tel./fax: 978 856 217/686 641 920. Email: info@barrancdela-serra.com. Web: www.barrancdela-serra.com.
Temporada: abierto todo el año.

Plazas: 35.
Servicios: duchas, agua caliente, calefacción, mantas, dos cocinas-comedor totalmente equipadas para su uso libre, chimenea, colección de juegos, lavadora y sala de estar. Dispone de ropa de cama. Se permiten animales domésticos. En el exterior cuenta con barbacoa, huerta, jardín con mobiliario, terraza y zona de aparcamiento.



Vista de la presa del embalse de Pena, a los pies de La Caixa.

PRAMES

Desde el collado (675 m), sin llegar a bajar al embalse, tomaremos el camino marcado a la derecha, que nos llevará a la base de la ladera de La Caixa. Continuaremos por la sinuosa senda entre pedregales y algún bosque aislado, en constante ascenso. Pasaremos por un pequeño llano donde hay una balsa de arcilla, la Basa del Quinto, aprovechada como abrevadero ocasional por distintos animales. Seguiremos ascendiendo hacia Perigañol (1.033 m), cumbre máxima de toda esta sierra, donde encontramos una caseta forestal de vigilancia de incendios. En cinco minutos desde el poste indicativo podemos subir hasta este impre-

sionante mirador. Resultará fácil ver cabras si no hacemos mucho ruido y también siluetas de buitres sobrevolándonos. Después de hacer un alto y de regreso al poste, nuestro objetivo está apenas a 10 minutos al oeste. Siguiendo la senda por la cresta llegaremos hasta el pie del impresionante paredón norte de La Caixa. Entre el bosque de pino laricio, con hermosos ejemplares, recorreremos la base del escarpe hasta el final, donde encontramos el único acceso practicable para subir a la plataforma cimera. Es una pared de unos 15 metros que tiene una cuerda fija, fácil de subir gracias a este equipamiento y a los resaltes rocosos, aunque se

PARA VISITAR

BECEITE

La villa está declarada Bien de Interés Cultural en la categoría de Conjunto Histórico. Su casco urbano suma cinco de sus antiguos portales, callizos, lavaderos y casas tradicionales, y edificios monumentales como el ayuntamiento, renacentista y con lonja, la ermita de Santa Ana, gótico-renacentista, y la iglesia de San Bartolomé, barroca. También hay que citar los antiguos molinos de papel conservados y rehabilitados, testimonio de lo que fue una importante actividad en el pueblo y los fuertes carlistas sobre el río Matarraña. Beceite, además, cuenta con el magnífico patrimonio natural que son los Puertos o Els Ports, con zonas como el Parrisal, y sus espectaculares 'Estrets,' o el valle del Ulde-mó.

aconseja ser siempre prudentes a la hora de acometer esta pequeña trepada. Por supuesto, quien no esté acostumbrado a este tipo de ascensiones que venga equipado y, si es posible, con algún guía titulado. O desistirse, si no se ve capaz. Una vez en la cumbre (1.023 m) podemos relajarnos y disfrutar de las vistas: el embalse de Pena, los límites de Teruel y las tierras que se pierden hacia Castellón y Tarragona, Els Ports, el cauce del Matarraña, Beceite, el macizo de Peñagallera, Valderrobres, la cuenca del río Tastavins... Ya solo nos queda deshacer el camino, ahora en sentido descendente.

PRAMES

SKI
OPERA
ESPECIAL



¡Os presentamos los días locos de Aramón!

Ahora puedes esquiar cualquier día de la semana en nuestras estaciones a un precio increíble con los Días Locos de ARAMON.



Lunes en
Valdelinares
20€

Martes en
Javalambre
20€

Miércoles
en Formigal
28€

Jueves en
Cerler
24€

Viernes en
Panticosa
21€

Adquiere tu forfait en
www.aramon.com/diaslocos
o directamente en taquillas

No es válido para días de temporada alta

ANDADAS POPULARES Todo listo para una marcha de 22 km por plenos Monegros zaragozanos

Tercera edición Barranco de Osera



Participantes de la edición pasada, en el primer tramo de la marcha. OS ANDARINES

El próximo 23 de marzo, a las 8.00, dará comienzo la tercera edición de la andada Barranco de Osera, organizada por Os Andarines d'Aragón en colaboración con el Ayuntamiento de Osera de Ebro. Esta andada es puntuable para la 8ª Liga de Senderismo Popular de Aragón, organizada por la Federación Aragonesa de Montañismo.

El recorrido, de 22 km, comienza en el pabellón de la localidad zaragozana de Osera, dando la vuelta a dicho pabellón hacia la derecha. Transcurre en su inicio por una pista que nos lleva por las huertas y campos de regadío de la localidad, junto a la ribera del Ebro. Poco a poco, vamos girando al norte para introducirnos en la desembocadura del barranco, abandonando la pista y siguiendo por su lecho, y cruzando la N-II y la AP-2 por sendos pasos inferiores. Aquí nos encontramos con el primer avituallamiento (km 4).

A continuación, nada más atravesar la AP-2, giramos a la izquierda y comenzamos la ascensión de una loma por una estrecha y empinada senda. Si el día está claro podremos disfrutar de unas bonitas vistas de la depresión del Ebro y veremos cómo el cruce de las dos vías asphaltadas, como si de una línea fronteriza se tratara, nos ha transportado de la zona húmeda del regadío al seco más árido de los Monegros.

También comienzan una serie de toboganes que nos llevan por antiguas trincheras de la guerra Civil. La senda nos acerca a una finca vallada, la cual iremos bordeando dejando la cerca a nuestra izquierda. La senda desemboca en una pista más ancha que sigue acompañando a la valla y que nos conducirá hasta la caseta El Aladro de pupilos (km 10), en donde repondremos fuerzas con un rico avituallamiento preparado por la organización.

Retomaremos la pista que traía-

mos para continuar hasta un cruce en el que giraremos a la derecha, abandonando la valla a nuestra espalda. Seguiremos por distintas pistas, todas ellas señalizadas, por un paisaje carente de vegetación y bordeando antiguas parideras abandonadas.

Tras superar una pequeña pendiente, llegamos al monte Viejo, encontrándonos con un pequeño bosque de pinos y un nuevo avituallamiento (km 15). Aquí comenzaremos el descenso por un estrecho sendero que discurre por el fondo del barranco, flanqueado por pinos y paredes que en algunos recodos son verticales e infranqueables. Este es el tramo más bonito de todo el recorrido y también el más complicado, pero de fácil caminar si se presta un poco de atención. Su joya principal es un enorme pino con nidos de rapaces en su copa, que se encuentra en mitad del descenso.

El barranco abandona el pinar antes de desembocar en otro

DATOS DE INTERÉS

SERVICIOS

Desayuno, avituallamientos a lo largo del recorrido, recorrido balizado, personal de la organización abriendo y cerrando el recorrido, vehículos de evacuación del personal, servicio de ambulancia y recuerdo del evento. Además, el Ayuntamiento de Osera pone a disposición de los participantes las

instalaciones de las piscinas para poder ducharse y asearse. Y el broche final será la comida en el pabellón municipal. **Información e inscripciones:** www.osandarines.com, osandarines@osandarines.com o tel. 976 061 514 y 615 972 697. Solo se admiten 350 participantes.

más ancho, donde giramos hacia la izquierda, siguiendo su cauce seco, hasta volver a cruzar por debajo de la AP-2 y la N-II en los mismos puntos que hicimos anteriormente.

Una vez cruzada la N-II tomamos una pista que gira a la izquierda, abandonando el lecho

del barranco. Dicha pista, que discurre paralela a la carretera, nos conduce a Residencial El Verol, donde nos refrescaremos (km 19). Desde aquí, hasta Osera, seguiremos la pista que traíamos, ahora toda asphaltada.

JOAQUÍN BORDONABA
Os Andarines d'Aragón

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 Boffa
- ☐ Hotel Reina Felicia de Jaca
- ☐ Hospederías de Aragón
- ☐ Hotel Meliá Zaragoza
- ☐ Hotel Barceló Jaca Golf & Spa
- ☐ Hotel Baleario Sercotel Alhama de Aragón

por solo **125 €**



HERALDO
DE ARAGÓN

Hotel Barceló
Monasterio de Boffa

★★★★★



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 Cid



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

Bombones 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 para adultos (bebidas)

Masaje con chocolate 20 minutos

Café Premium con Chocolate y Jugo de Naranja

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 Baleario
Sercotel
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 Aquilama

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

RESCATE | Salvar una vida puede depender de nuestro conocimiento del manejo combinado del ARVA, la sonda y la pala

Cómo trabajar con el ARVA

1 Comprobar nuestro ARVA El jueves pasado, en estas páginas, explicábamos qué es el ARVA (Appareil de Recherche de Victimes d'Avalanche) o DVA (Detector de Víctimas de Avalancha). Antes de iniciar una actividad por terreno nevado debemos comprobar en casa las baterías y el funcionamiento de nuestro ARVA, que pondremos lo más próximo a nuestro cuerpo, entre la primera y la segunda capa y siempre en posición de emisión.

2 Inicio de la búsqueda En el caso de que un compañero sea sepultado por un alud, lo primero que haremos será marcar el lugar donde lo hemos visto por última vez, ya que este será el punto de inicio de la búsqueda. Tras poner nuestro ARVA en posición de recepción, iniciaremos el rastreo realizando eses por toda la zona del alud desde el punto de inicio, dejando 20 m de distancia entre lazadas y 10 m hasta el borde de la zona del alud.

3 Zona de máxima recepción El ARVA emite ondas electromagnéticas, y son estas señales las que debemos encontrar y seguir. Dependiendo de nuestro modelo de ARVA (de una o varias antenas), realizaremos la búsqueda de estas ondas fijándonos en las señales acústicas o numéricas de nuestro aparato. Recientemente se ha comprobado que, con ARVA de una antena, se obtienen mejores resultados con una búsqueda lineal de la onda que con la clásica búsqueda de cruces. En cualquier caso debemos estar entrenados previamente.

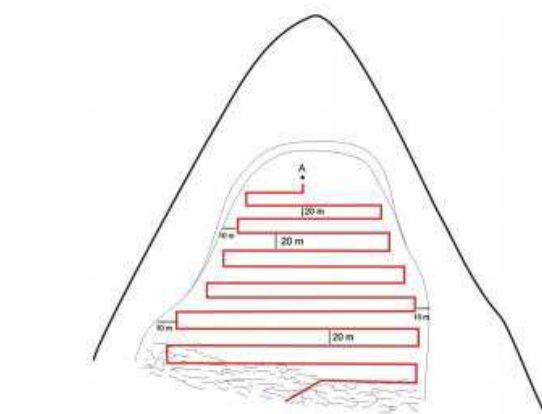
4 Localización y sondeo Después de localizar la zona de máxima recepción iniciaremos una tercera fase, rastreando la zona con el ARVA lo más próximo al suelo posible, en posición vertical, hasta definir el punto donde podría estar la víctima. Marcaremos dicho punto y comenzaremos las labores de sondeo, introduciendo la sonda lo más perpendicular posible al terreno, para que alcance la máxima profundidad, y a espacios no superiores a 25 cm, trazando círculos concéntricos.

5 Detección y rescate Una vez detectada la víctima, bajaremos por la pendiente una distancia equivalente a multiplicar por 1,5 la profundidad a la que se halla la víctima, indicada por la sonda, e iniciaremos la retirada de la nieve hasta alcanzar una profundidad similar. Desde ese punto palearemos hacia la zona donde se encuentra el sepultado. La zanja tendrá 2 metros de ancho si hay varios rescatadores o 1,25 metros si hay un solo rescatador. Una vez llegados al sepultado, deberemos localizar sus vías respiratorias y proceder según su estado.

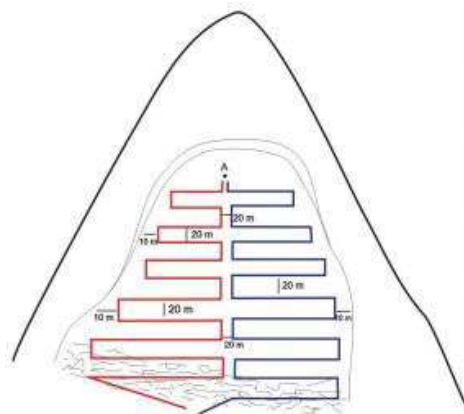
6 Y recuerda Si son varios los rescatadores es muy importante avisar cuanto antes a los equipos de rescate y, uno de ellos, debe situarse como observador para avisar al resto de nuevas avalanchas. Y siempre es mejor prevenir.

MARIANO ADÁN

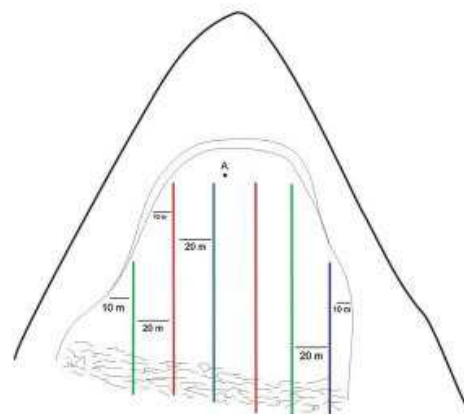
Iniciación y Comunicaciones de la FAM



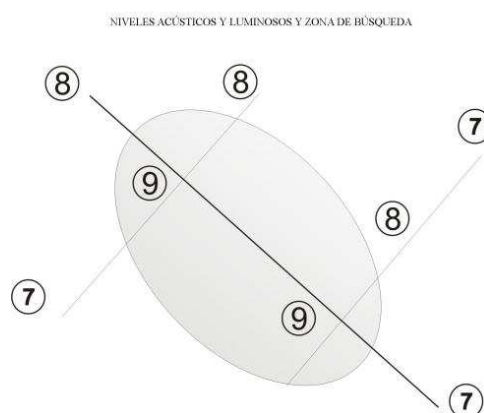
Fase 1 del rastreo con ARVA por una persona (A: lugar en el que hemos visto al compañero por última vez).



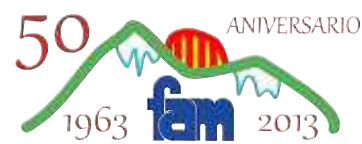
Fase 1 del rastreo con ARVA por dos personas (A: lugar en el que hemos visto al compañero por última vez).



Fase 1 del rastreo con ARVA por varias personas (A: lugar en el que hemos visto al compañero por última vez).



Fase 2 del rastreo con ARVA. GRÁFICOS: M. ADÁN



AGENDA DEPORTIVA

■ Club de Montaña Exea

Pº de la Constitución, s/n. 50600. Ejea de los Caballeros. Tel.: 976 660 932. cmexea@hotmail.com

Montañismo

Fecha: 10 de marzo.

Lugar: Agüerri

■ CM Tertulia

Albada

Monte Perdido, 52, 4º B.

50015. Zaragoza.

Tel. 636 174 633

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>

<http://tertuliaalbada.blogspot.com.es/>



Hoces del Piedra. PRAMES

■ Montañeros de Aragón

Gran Vía, 11. 50006. Zaragoza. Tel.: 976 236 355. Fax: 976 236 439.

www.montanerosdearagon.org

administracion@montanerosdearagon.org

Senderismo

Fecha: 9 de marzo.

Lugar: pinares de Zuera.

Fecha: 10 de marzo.

Lugar: GR 90 Talamantes-Pico morrón-Purujosa.

■ CM As Cimas

Idelfonso Manuel Gil, 8 bajos. 50015. Zaragoza. Tel.: 976 736 141.

club@ascimas.com. www.ascimas.com

Senderismo

Fecha: 9 de marzo.

Lugar: Selva deOza-Zuriza

■ Centro Excursionista Ribagorza

Miguel Cuervo, 13, 1º. 22430. Graus (Huesca). Tel.: 974 540 546 090.

info@centroexcursionistaribagorza.com

www.centroexcursionistaribagorza.com

Senderismo

Fecha: 10 de marzo.

Lugar: Asín de Broto-Punta Suerio-Cajol-Sasé-Fiscal.

■ CM Virgen del Carmen

Pº María Agustín, 10. 50004. Zaragoza. Tel.: 646 946 623.

clubmonc@terra.es

Senderismo

Fecha: 10 de marzo.

Lugar: Boltaña-Escalona.

■ Club Alpino Universitario

Servicio de Actividades Deportivas. Pabellón Polideportivo

Universitario. C/ Pedro Cerbuna, 12. 50009. Zaragoza.

Tel.: 976 762 297.

info@clubalpinouniversitario.com

www.clubalpinouniversitario.com

Senderismo

Fecha: 10 de marzo.

Lugar: Puyfonguera (Cinco Villas).

■ CM Isuara

Mortero, 12. 50257. Gotor (Zaragoza). Tel.: 976 820 995.

cmisuara@hotmail.com

Senderismo

Fecha: 10 de marzo.

Lugar: senderismo comarcal.

■ Peña Guara

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

www.p-guara.com. p-guara@p-guara.com

Senderismo

Fecha: 10 de marzo.

Lugar: Casa Estebañón-ermitas de Fabana-San Cosme-Vadiello.