



# Montes Malditos (Pico del Alba, Delmás, Aneto...)

Del 13 al 15 de agosto de 2011

Actividad que se realiza en el macizo de la Maladeta o de Montes Malditos.

A principios del s.XIX se tiene constancia de las primeras incursiones en el macizo de la Maladeta, que con este nombre se viene conociendo en la actualidad el largo e imponente cresterío rocoso que domina los glaciares de Maladeta, Cregüeña, Aneto, Barrancs o Coronas. Maladeta es deformación de Mala eta o Malahetta, que significa "Montaña más alta". La mala traducción de este término ha dado origen al término de Montes Malditos, con que también se viene a conocer el macizo en la actualidad.

El nombre de Montes Malditos ha tenido éxito gracias a una remota leyenda. Según cuenta, estas montañas eran un auténtico vergel de prados que daba gran felicidad a los pastores de la zona. Un día llegó un mendigo a estos lugares demandando comida y resguardo, pero los huraños pastores se negaron a socorrerle pese a gozar en la abundancia. Este mendigo, que se dice que era Jusucristo, lanzó una maldición que transformó los pastos en grandes masas de hielo, y los pastores y sus rebaños en piedras. Son pues, los montes de la maldición, los montes malditos por la codicia del hombre. Y han sido muchos los que se han acercado a la base de la montaña para contemplar estupefactos los ganados petrificados...

## PROGRAMA

### Viernes 12

Llegada al albergue de El Run (Huesca), en el valle de Benasque.

Alojamiento. No incluye la cena del viernes, pero si el desayuno del sábado.

### Sábado 13

Viaje en coche hasta el Hospital de Benasque, donde dejaremos los coches y cogeremos el autobús hacia la Besurta.

La Besurta (1.970 m) – refugio de la Renclusa (2.140 m) – Ibon de Paderna (2.380 m) – Collado Superior de Alba (3.081 m) – **Punta Delmás** (3.170 m) – vuelta al refugio de la Renclusa (2.140 m).

Desnivel: 1.270 m. 14 km. 9,30 h.

MIDE: 4-3-5-4.

Alternativa valle Vallibierna, **Pico Vallibierna y Tuca de Culebras**. En este caso, el autobús deberá cogerse dirección Senarta-Vallibierna.

Puente de Coronas (1.970 m) - Camino de Llosás - Barranco de Culebras - Canal de Vallibierna - Col Arnau (2.909 m)- Pico de Vallibierna (3.056 m) - Tuca de Culebras (3.051 m) - Collado de Culebras (2.789 m)- Barranco de Culebras - Camino de Llosás - Puente de Coronas (1.970 m).

Desnivel: 1.100 m. 16,5 km. 6 h.

MIDE: 4-3-4-4.

Alternativa, **Aguja Argarot y Franqueville**. En este caso, el autobús deberá cogerse dirección Senarta-Vallibierna.

Refugio de Vallibierna (1.950 m) - ibonet de Coronas (2.230 m) - Ibón Inferior de Coronas (2.620 m) - brecha Inferior de Llosás ( 2.833 m) - Argarot Sur (3.030 m)- Aguja Argarot (3.035 m) – bajada bordeando la Aguja Tchihatcheff, llegando a la brecha con la aguja Franqueville - aguja Franqueville ( 3.065 m) – vuelta por brecha Sup. de Llosars (3.056 m) – Collado de Coronas (3.196 m) – Portillon superior (2.908 m) - refugio de la Renclusa (2.140 m). Desnivel: 863m aproximación. 650m de cresta en total 1700 m de recorrido global. Dificultad:AD / D. Hay un paso de IV por encima de la brecha superior y las agujas se pueden escalar de manera directa haciendo más interesante su recorrido

Desnivel: acumulado 1.700 m. 18 km., 3h 30 min aproximación. Cresta 6-7h.

MIDE: 4-4-5-5.

### Domingo 14

Refugio de la Renclusa (2.140 m) – Coll de la Renclusa (2.295 m) - Cruzamos el plan de Aiguallut (2.033 m) - Colladeta de Barrancs (2.497 m) - Collado de Salenques (2.807 m) – **Forca d'Estasen (3.028 m)** – vuelta hasta el refugio de la Renclusa (2.140 m)

Desnivel: subiendo: 1.314 m, bajando: 1.331 m, 16 km., 6 h 20 min

MIDE: 4-3-4-3

Opciones: Aneto o Madaletas

### Lunes 15

Refugio de la Renclusa (2.140 m) – Lago de Paderna (2.240 m) – cresta de la Tuca Blanca (2.936 m) – **Pico del Alba (3.107 m)** – brecha cresta de la Tuca Blanca (2.936 m) – Ibons d'Alba (2.300 m) – Canal del Turonet (1.975 m) – Hospital de Benasque (1.750 m)

Desnivel: 1.218 m, 14Km., 5-6h

MIDE: 4-3-4-4

## MATERIAL

Ropa de abrigo y de verano. Crampones y piolet. Casco; y además para la ascensión y descenso de Aguja Argarot y Franqueville, y posiblemente de la Punta Delmás, arnés, descendedor, y cintas planas. Organizaremos cuerda.

## ALOJAMIENTO

El viernes 12, pernoctaremos en Albergue El Run (<http://www.albergue-elrun.com/>).

Dispondremos de mantas y almohadas. Hay que llevar, saco sábana o saco, y toalla.

Desde el Sábado, hasta la mañana del Lunes 15, nos alojaremos en el Refugio La Renclusa (<http://www.fam.es/web/index.php/listarefug/renclusa>), donde hay mantas, y necesitamos llevar saco sábana o saco, además de toalla.

## TRANSPORTE

En vehículo particular el viernes 12 de agosto. El coordinador de la salida puede recoger información sobre disponibilidad de vehículos y facilitar dicha información a los inscritos que la requieran, para ponerse ellos mismos en contacto.

## PRECIO

Federados 73 € No federados 98,50 €

Incluye, pernocta del viernes y desayuno el sábado en El Run, pernocta sábado y domingo, desayuno el domingo y lunes, y cena el sábado y domingo en La Renclusa, más 2,50 € de gastos de gestión y 2,50 € de seguro por día de actividad a los “no federados”.

## INSCRIPCIONES

- Directamente en la web
- Javier Jiménez – jjvillar7@yahoo.com – a partir de las 20 h, 657 68 52 03

Ingresar la totalidad del precio, en la cuenta del club 2054 1202 24 9158585367. Concepto: Nombre + “PICOALBA”

De no hacer efectiva esta cuota de inscripción, se considerará anulada la pre inscripción.

Hemos reservado 20 plazas. El día 1 de agosto tenemos que confirmarlas.

## ANULACIONES

Las bajas que se produzcan posteriores a la fecha del cierre de la lista de inscripción (1 de agosto), conllevarán la no devolución de la cuota de inscripción si ello supone una penalización económica sobre la reserva de plazas efectuada por el Grupo de Montaña Pegaso. Apartado 7 del “PROTOCOLO DE PARTICIPACIÓN DE ACTIVIDADES” ([http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo\\_de\\_participacion.pdf](http://www.montanapegaso.com/el-club/protocolo_de_participacion.pdf))

## CÓMO LLEGAR

El Albergue El Run se encuentra a las puertas el valle de Benasque a 14 Km de esta localidad y a un solo 1 km de Castejon de Sos, pueblo que cuenta con todo tipo de servicios.

<http://maps.google.es/maps?>

[saddr=madrid&daddr=Albergue+el+Run+@42.503925,0.475695&hl=es&ll=42.332154,0.156555&spn=0.771559,1.653442&sll=42.509881,0.486145&sspn=0.024043,0.05167&geocode=FbO1aAldh4nH\\_ynJZjc4fShCDTF9mVDtwJxGrQ;FfWOiAldL0IHAA&mra=ls&z=9](http://maps.google.es/maps?saddr=madrid&daddr=Albergue+el+Run+@42.503925,0.475695&hl=es&ll=42.332154,0.156555&spn=0.771559,1.653442&sll=42.509881,0.486145&sspn=0.024043,0.05167&geocode=FbO1aAldh4nH_ynJZjc4fShCDTF9mVDtwJxGrQ;FfWOiAldL0IHAA&mra=ls&z=9)

Para las actividades del sábado, habrá que coger un autobús en el Hospital de Benasque, que nos llevará hasta La Besurta o Puente Coronas, según opción elegida.

Los horarios son: Servicios DIARIOS del 24 de junio hasta el 11 de septiembre de 2011

Salidas del VADO DEL HOSPITAL A LA BESURTA

5:00 h, 5:30 h y desde las 8:00 h, el servicio funciona ininterrumpidamente hasta las 20:30 h, con una frecuencia aproximada de 35 minutos.

Salidas de la BESURTA AL VADO DEL HOSPITAL

5:15 h, 6:00 h y desde las 8:00 h el servicio funciona ininterrumpidamente hasta las 21:00 h, con una frecuencia aproximada de 35 minutos.

Salidas BENASQUE- SENARTA – VALLIVIERNA

5:00 h -> 5:15 h -> 6:00 h

7:15 h -> 7:30 h -> 8:15 h

\*\*\*\* 9:15 h -> 10:00 h

\*\*\*\* -> 11:15 h -> 12:00 h

15:00 ->15:15 h -> 16:00 h

\*\*\*\* 17:15 h -> 18:00 h

Salidas VALLIBIERNA – SENARTA – BENASQUE

6:00 h -> 6:45 h -> 7:00 h

8:15 h -> 9:00 h \*\*\*\*

10:00 h -> 10:45 h \*\*\*\*

12:00 h -> 12:45 h -> 13:00 h

16:00 h -> 16:45 h \*\*\*\*

18:00 h -> 18:45 h -> 19:00 h

Mas información en <http://cerler-castanesa.es/2011/06/13/horarios-de-los-autobuses-a-la-besurta-senarta-vallibiernaverano-de-2011/>

## SÁBADO 13 – Ascensión a la Punta Delmás

Llegaremos a la Besurta en autobús, para después dirigirnos hacia el Refugio de La Renclusa. Desde La Renclusa, descendemos al río que cruzamos siguiendo el camino que sube hacia los ibones de Paderna (SO) atravesando de nuevo un río que baja de dichos ibones. También se puede seguir por la otra orilla atravesando el río por el puente de madera que han puesto a la altura del primer lago. Pasamos entre los 2 lagos (40 min) en dirección Oeste hacia el fondo del valle.

Al salir de la cubeta de los ibones llegamos a una zona de grandes bloques de granito que hay que atravesar por donde mejor nos viene, aunque algunos mojones nos señalizan los puntos más cómodos. El camino continúa por una zona plana de gravilla fina que poco a poco se va enderezando, el sendero transcurre inicialmente por la derecha (Izquierda ortográfica) del riachuelo. Más adelante se cruza para pasar a una zona de hierba y piedras donde la pendiente se endereza.

A nuestra derecha va quedando la Tuca de Paderna que la iremos dejando a nuestra espalda conforme vamos ganando unas pendientes de hierba hacia el Sur. Poco a poco el terreno verde va dejando paso a la roca: Varios itinerarios marcados con mojones siguen recorridos casi paralelos por esta zona, los de más a nuestra derecha más tarde se desvían hacia la ruta Normal al pico de Alba. Cogemos los que suben más directos hacia la base de un contrafuerte que desciende del Pico Mir y la Punta Delmás, las vistas sobre el glaciar de las Maladetas y del Pico y Torre Cordier son muy buenas por aquí (2600 m, 1h 30 min).

Al aproximarse a la base de estos picos vamos contorneándolos por un terreno de bloques hacia la derecha del contrafuerte, llegando a un circo formado por el Pico Mir, Punta Delmás y Diente de Alba y donde quedan los vestigios del antiguo glaciar. Entre estos se abre una brecha, el Collado Superior de Alba (3081 m, 2h 50 min), que hay que ganar por terreno penoso de tierra y roca suelta con bastante inclinación. Este collado da paso a la vertiente de Cregueña y desde aquí son accesibles con relativa facilidad hasta 7 cimas de 3000 metros.

Dejamos a nuestra derecha (Oeste) la Muela y el Diente de Alba. Giro a la izquierda (Este) próximo a la cresta y superar una zona de bloques un poco incómodos e inseguros en dirección al pico Mir, cuando la cresta se va aplanando, nos cruzamos al otro lado de la cresta y continuamos por una amplia repisa horizontal que parece que va directa hacia la Punta Delmás, de repente la repisa termina en una zona totalmente infranqueable, así que marcha atrás. Sigo unos metros más por la cresta hacia el Pico Mir y unos metros antes de llegar a la cima Oeste, sale un cordal hacia una aguja separada hacia el Norte del Pico Mir, se desciende hasta una brecha por una zona un poco expuesta que requiere utilizar las manos pero con abundantes presas (I-II). Una vez en el fondo de la brecha seguimos por la izquierda de la cresta por una repisa hasta ganar la Punta Delmás (3170 m, 3h 20 min).



Ultimo tramo de la cresta a la Punta Delmás



Desde la cima, vista hacia el collado previo

Desde esta cima tenemos una vista inmejorable de la Torre Cordier y el famoso collado que la separa del contrafuerte Norte del Pico Cordier. Prácticamente parece que no haya desnivel aunque evidentemente si lo hay.

Para descender, por el contrafuerte Norte de la Punta Delmas. Iniciamos el descenso hacia el Norte por zona muy ancha, después nos vamos desviando un poco hacia la izquierda. Antes de llegar a la parte mas baja por unos hitos hacia la izquierda.

Un descenso suave primero en dirección al collado de Alba y luego otra vez hacia el Norte y para llegar a la zona baja, llena de grandes bloques. Ya solo nos queda descender hacia el refugio de La Renclusa.

Información y fotos, obtenida gracias a jesule y luis en Pirineos3000

[http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Punta\\_Delmas--IDASCENSION--9382.html](http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Punta_Delmas--IDASCENSION--9382.html)

[http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Punta\\_Delmas--IDASCENSION--5304.html](http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Punta_Delmas--IDASCENSION--5304.html)

<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=1008es>

### **SÁBADO 13 – Opción Pico Vallibierna (3.056m)– Tuca de Culebras (3.051m) por el coll Arnau**

Al Puente de Coronas se llega, desde Benasque, saliendo por la carretera que remonta el Valle de Benasque; a los 6 km. está el Plan de Senarta, donde hay una zona de acampada y se toma la pista de tierra de Vallibierna que, al cabo de unos 12 km., nos deja en el Puente de Coronas, donde hay un refugio abierto y empieza la ascensión. En julio y agosto, sólo se puede subir el valle en autobús (15,50 ida y vuelta).

Para ascender a esta doble cumbre por la vertiente del Valle de Vallibierna, se sale del refugio de Coronas caminando por el ancho carril que sube hacia la pleta y lagos de Llosás.

En la confluencia de los torrentes de Vallibierna y Llosás cruzamos el río sobre un puente de troncos (2.100 m) (0,30). Después atravesamos el límite del bosque, continuando el ascenso (S.E.) por pendientes con praderas hasta alcanzar el circo superior cubierto de pedreras y neveros perennes. Tras un paso escarpado se gana altura (S.S.E.) por una pendiente de hierba y piedra suelta que lleva al angosto y pronunciado barranco de Vallivierna de tierra negra muy fina, por el que discurre la ascensión.

Remontando una empinada ladera alcanzamos la base del circo ( 2.700 m )(2,00). En ausencia de nieve se superan (E.N.E.) los resaltes escalonados (I) que llevan a la amplia depresión del collado de Arnau ( 2.912 m ), trepando entonces por la cresta S.S.W. hasta el entronque del cordal en la cota del Vallibierna Oriental ( 3.038 m )(2,45). Sólo falta mantenerse sobre la atractiva arista cimera para ganar el pico Vallibierna o Ballibierna ( 3.067 m ) (F.)(3,15)

Para llegar a la Tuca de Culebras desde la cumbre principal, se pierde altura hacia el suroeste por una ligera pendiente de tierra y piedras sueltas, hasta alcanzar el Paso del Caballo: una afilada cuchilla de piedra caliza casi horizontal que se suele pasar a horcajadas (II-). Se puede pasar la primera mitad caminando por una fisura de su lado derecho (N) para encaramarse al filo a continuación para finalizar . El paso es en ligerísima bajada pero llega a notarse: al gatear, la cabeza

te tira hacia delante. Desde cualquiera de ambos picos, como desde toda esta cresta, lo más destacable es la maravillosa perspectiva de la cara sur de todo el Macizo de La Maladeta y el verde tajo del Valle de Vallibierna avanzando hacia el oeste con el fondo de Posets, Perdiguero, etc.

El descenso comienza bajando de la pirámide caliza que es la Tuca de Culebras, destrepando una especie de gradas de su vertiente suroeste (I). Por ellas, se llega a una pendiente de cascajo fino que lleva al Collado de Culebras. Un claro trazo baja hacia el sur siguiendo la margen izquierda del Barranco de Culebras y, llega hasta la confluencia con la Canal de Vallibierna desde donde, por el mismo camino que a la subida, se vuelve al Puente de Coronas.





## Detalle paso del Caballo



Aquí, esperaremos al autobús, para que nos devuelva a la Senarta, donde cogeremos una autobús que nos lleve a La Besurta, para llegar al Refugio de La Renclusa, donde haremos noche el Sábado.

Información obtenida de luiso, en Pirineos3000, y mendikat

[http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/IDASCENSION--550--VOLVER--B--ORDERBY--order by v\\_descmountain asc--ITERACION--1--PESTANA--1--V\\_NOMBRE--null--ALTURA--null--zon--null--prov--null--IDIDIOMA\\_ASC--null--TIPO\\_ASC--null--V\\_IDDIFICULTAD--null--METEO--null--IDMOUNTAIN--180--ORDEN\\_ANTERIOR--v\\_descmountain--BUSUARIO--null--PESTA--tasc--OTRO\\_USUARIO--null.html](http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/IDASCENSION--550--VOLVER--B--ORDERBY--order by v_descmountain asc--ITERACION--1--PESTANA--1--V_NOMBRE--null--ALTURA--null--zon--null--prov--null--IDIDIOMA_ASC--null--TIPO_ASC--null--V_IDDIFICULTAD--null--METEO--null--IDMOUNTAIN--180--ORDEN_ANTERIOR--v_descmountain--BUSUARIO--null--PESTA--tasc--OTRO_USUARIO--null.html)

<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=1064es&radio=10>

### **SÁBADO 13 – Opción aguja Argarot ( 3.035m) - aguja Franqueville ( 3.065m)**

En el Refugio de Vallibierna ( 1.950 m ) ascender por la ruta al Aneto ( 3.407 m ), pasando junto al ibonet de Coronas ( 2.230 m )(0,45) hasta el Ibón Inferior de Coronas ( 2.620 m )(1,45). Se abandona aquí la cuenca de los lagos para remontar (S.E.) el pronunciado e inestable canalón de la brecha Inferior de Llosás ( 2.833 m )(2,15)

Encima de la horcada hay un resalte, que se evita iniciando la trepada antes de alcanzarla o pasando a la vertiente de Llosas. Progresando (N.N.E.) por terreno descompuesto y superando los bloques de la cresta, se alcanza la cota de Argarot Sur ( 3.030 m ). Cruzando una brecha poco profunda pasaremos a la vecina Aguja Argarot ( 3.035 m )/P.D.inf.)(3,00).

Bordeando la aguja Argarot ( 3.035 m ), primero, y la Aguja Tchihatcheff ( 3.052 m ), después, alcanzaremos por terreno rocoso o neveros la brecha ( 3.000 m )(3,00) que separa esta última aguja de la aguja Franqueville ( 3.065 m )

Como el tramo inicial de cresta forma un resalte vertical, es preferible realizar un flanqueo descendente por la vertiente occidental. Trepano luego por terreno inestable se llega enseguida a la Aguja Franqueville ( 3.065 m )

La vuelta se realiza por el Puente Coronas, para volver a la Senarta, de cara a coger una autobús que nos lleve a la Besurta, para tras 2 Km, llegar al Refugio de La Renclusa, donde haremos noche el Sábado.

Mas información disponible en:

<http://misterroresfavoritos.blogspot.com/2008/01/cresterio-de-las-agujas-de-lloss-al.html>

<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=1073es>

<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=1075es>

### **DOMINGO 14 – Ascensión al Forca Estasen**

Desde el Refugio La Renclusa, llegamos al Pla d' Aigualluts. En este singular paisaje pantanoso con islotes y meandros, donde convergen los torrentes La Escaleta y Barrancs, destaca sobre una colina el Refugio de Aigualluts ( 2.050 m )(0,45)

Avanzando (S.) entre rododendros y pinos aislados avanzamos por la orilla derecha del río Barrancs. Al cambiar de margen ( 2.150 m ), se abandona el curso fluvial, progresando por la vaguada continua y llegando a un rellano ( 2.300 m )(1,00) que antecede a la Colladeta de Barrancs ( 2.480 m )(1,30). Ahora es preciso penetrar en la cabecera del Bal del Barrancs. Desde el fondo del circo, cubierto de rocas de aluvión, se remontan (S.) las sucesivas morrenas al borde de una torrentera que cae del glaciar de Tempestades.

Ascendiendo por terreno caótico y aprovechando los neveros para aliviar la progresión, se sigue la ruta del Coll de Salenques ( 2.807 m ) hasta el pie del canalón que le da acceso. Desviándose entonces hacia la derecha (S.W.), un corredor permite evitar la falla horizontal de la base de la muralla. Ya en la vertical de la cumbre, se trepa por rocas inestables, alcanzando el cresterío indistintamente en una u otra brecha de la Forca Estasen ( 3.028 m ) (P.D.inf.)(3,15). El mojón de piedras de la cima facilita su localización.



En la foto se ve la parte izquierda del contrafuerte y la base por la que se contornea

Seguiremos una ruta similar a la siguiente



Información y fotos obtenidas de Luis, en Pirineos3000, atracciondelvacio y mendikat  
[http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Forca\\_Estasen--IDASCENSION--15377.html](http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Forca_Estasen--IDASCENSION--15377.html)  
<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=1086es>  
<http://atracciondelvacio.blogspot.com/2009/12/oct-2009-forca-estasen.html>

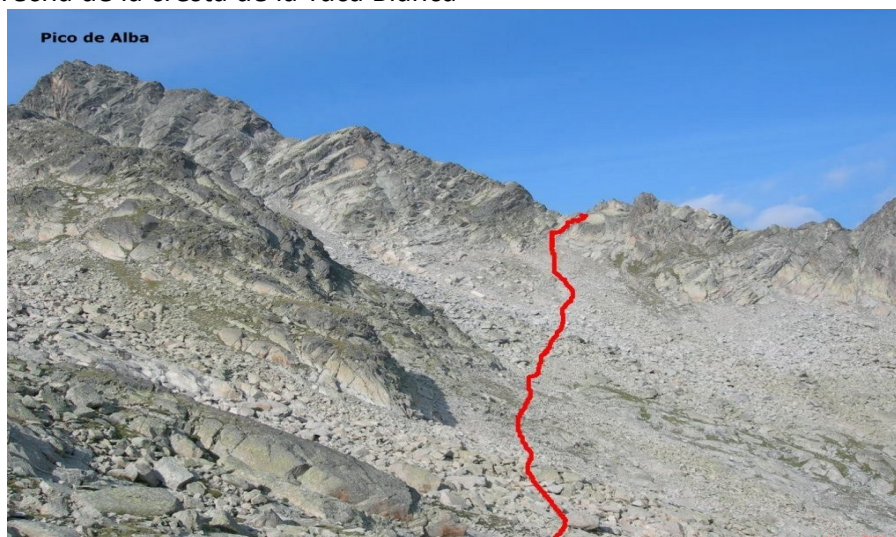
## LUNES 15 – Bajada al Hospital de Benasque pasando por Pico del Alba

Desde el Refugio de La Renclusa, tomamos (W.) el sendero del Torrente del Alba que superando una ladera sembrada de rododendros alcanza el Lago de Paderna (2.240 m) (1,00). El terreno se suaviza; caminando por pedreras, siempre al borde del agua, y permaneciendo preferentemente en la orilla derecha, recorreremos un angosto barranco hasta el fondo de un circo (2.400 m) (1,30).

Dejamos entonces la ruta del Collado de Paderna ( 2.535 m ), elevándonos por la difusa cresta que desde él sube al Pico del Alba. El itinerario, marcado con abundantes hitos, asciende (S.S.W.) por pequeñas praderas y entre grandes rocas que no obstaculizan el avance a un promontorio situado al pie del cresterío principal.

Ahora flanqueamos (W.) una pedriza con el fin de alcanzar la base de la Cresta de la Tuca Blanca. Aunque se puede trasponer por cualquiera de sus brechas es preferible remontar una vira descompuesta, llegando a la segunda de las horcadas (2.936 m) (F.)(3,00) situadas bajo los desplomes de la cumbre. Los hitos nos conducen a la más evidente, un pequeña hendidura en el farallón. Para llegar a culminarlo hay que subir por una rampa de 30-40º con buenos agarres prestando atención a algunas piedras que se mueven. La subida no es complicada pero es necesario echar las manos en algún paso. Ya en la vertiente del Valle del Alba un difuso sendero nos aproxima a la torre superior, alcanzando por una canal la arista cimera del Pico del Alba (3.118) (F.) (3,30)

Detalle de la brecha de la cresta de la Tuca Blanca



Descendemos por la misma cresta, hasta la brecha por la que hemos ascendido, bajando por el valle hacia los ibones d'Alba, bordeándolos por el norte, para pasar por el canal del Turonet, y llegar al Hospital de Benasque, donde recogeremos los coches.

Información y fotos obtenidas de garsanca, en Pirineos3000 , y mendikat  
[http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Pico\\_de\\_Alba--IDASCENSION--9528.html](http://www.pirineos3000.com/servlet/DescripcionAscension/MONTANA--Pico_de_Alba--IDASCENSION--9528.html)  
<http://www.mendikat.net/monte.php?numero=133es>

## **MÁS INFORMACIÓN**

Para los pre inscritos: a través del correo electrónico para cualquier modificación o aviso.