



GRUPO DE MONTAÑA PEGASO SALIDA EXTRAORDONARIA VERANO 2014 "TOUR DEL CERVINO"

Sábado 26 de Julio a Lunes 4 de Agosto

Presentación

El Cervino o Matterhorn con sus 4.478 metros de altitud es una de las montañas más emblemáticas de los Alpes por su peculiar forma de pirámide. Se sitúa en la frontera entre Suiza e Italia, entre las localidades de Zermatt, en la vertiente suiza, y Breuil-Cervinia en la italiana.

El tour del Cervino es un trekk que permite adentrarse en algunos de los más bellos alrededores suizos e italianos del Cervino. Bordea la mayor concentración de cuatromiles de los Alpes.

Es un circuito circular en **8 etapas** sin complejidad técnica pero **las etapas son largas** con grandes desniveles a superar. La ruta tiene **dos pasos de glaciares** no difíciles pero que requiere precaución.

Algunos de los finales de etapas se efectúan en pequeños pueblos de los Alpes bien dotados con todo tipo de alojamientos, tiendas, supermercados, etc. Lo que facilita en gran medida el recorrido de varios días.

Para realizar este trekk se pueden encontrar varias opciones, **realizarlo íntegramente a pié** o acortar las etapas utilizando, a veces, los teleféricos, autobuses o taxis, y aun así algunas etapas resultarán largas.



Desplazamientos

Será por cuenta de cada participante la compra de los billetes de avión (ida y vuelta).

Lo que se propone y aconseja es:

Salida sábado 26 de julio:

Vuelo de Iberia de las 9:35 h. Madrid- Ginebra, llega a las 11:35 h.

Minibus particular desde Aeropuerto de Ginebra a St. Niklaus (tarda unas 3 horas).

Regreso lunes 4 de Agosto.

Minibús particular desde St. Niklauss a Aeropuerto de Ginebra (tarda unas 3 horas).

Vuelo de Iberia de las 18:45 h. desde Ginebra a Madrid, llega a las 20:55 h.

Sea cual sea el desplazamiento que cada uno elija:

- 1. Todos los participantes deben estar, en el teleférico de St. Niklaus, el domingo 27 de julio a las 8:00 h, día y hora de pistoletazo de salida del Trekk.**
- 2. Todos los participantes pagarán, la usen o no, una plaza del minibús contratado desde el aeropuerto de Ginebra a St. Niklaus y regreso.**

Etapas del Trekk

Sábado 26 Julio		Madrid → St. Niklaus		
Avión Madrid – Ginebra + Bus Ginebra – St. Niklaus				
Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Hotel "La Reserve" (MP)				7:00 h

Domingo 27 Julio		Etapa 1: St. Niklaus → Gruben		
St. Niklaus (1.127 m; 0 Km) – Posibilidad de teleférico a → Jungu (1.958 m; 0 Km) – Augstbordpass (2.894 m; 7,800 Km; 3 h) - Gruben (1.818 m; 14 Km; 5 h).				
Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Hotel Schwarzhorn en Gruben (MP)	14 Km	+ 940 m +1770 m	- 1.100 m	5:00 h 7:00 h

Lunes 28 Julio		Etapa 2: Gruben → Zinal		
Gruben (1.818 m; 0 Km) - Meide Mittlere Stafel (2.273 m; 2 Km; 1:10 h) - Meidpass (2.790 m; 5,500 Km; 3 h) - Caserío de Tounot (2.210 m; 9 Km; 4 h) – Hotel Weisshorn (2.335 m; 10,800 Km; 4:30 h)- Monticulo (2.425 m; 13,700 Km; 5:30 h) – Alpage de Barneuzza (2.211 m; 18 Km; 6:20 h) - Zinal (1.675 m; 21,450 Km; 7:30 h).				
Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Auberge Alpina en Zinal (MP)	23 Km	+ 1.187 m	- 1.300 m	7:30 h

Martes 29 Julio		Etapa 3: Zinal → La Ville → Arolla		
Zinal (1.675 m; 0 Km) - Posibilidad de teleférico a → Sorebois (2.438 m; 0 Km) - Collado de Sorebois (2.836 m; 3,200 Km; 1 h) - Lago de Moiry (2.250 m; 6,500 Km; 2 h) - Alpage Torrent (2.500 m; 9,600 Km; 3 h) - Lac des Autannes (2.650 m; 11,600 Km; 3:30 h) - Coll de Torrent (2.916 m; 13,120 Km; 4 h) - La Ville (1.735 m; 20 Km; 5:45 h).) → Posibilidad de bus a BREUIL-CERVINIA				
Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Hotel du Glacier en Arolla	20 Km.	+ 1.064 m o +1.824 m	- 1.770 m	8:00 h o 12:00 h

Miércoles 30 Julio		Etapa 4: Arolla → Glaciar → Ref. Prarayer		
Bajo Glaciar de Arolla (2.085 m; 0 Km) - Zona de fraccionamiento del glaciar (2.630 m; 5 Km; 2h) - Coll Collon (3.082 m; 12 Km; 4:20 h) - Neveros (2.828 m; 15 Km; 5:45 h) - Refugio de Prarayer (2.010 m; 21 Km; 7h).				
Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Refugio Prarayer en Prarayer	21 Km	+ 1.100 m	- 1.100 m	7:45 h

Jueves 31 Julio		Etapa 5: Refugio Prarayer → Perreres → Breuil-Cervinia		
Alpage (45 min; 2.165 m; 1,600 Km) - Collado Valconer (3.066 m; 5 Km; 3:15 h) Refugio de Peruca (2.910 m; 6,500 Km; 3:45 h) - Alpage Chevalier (2.312 m; 11 Km; 5h) - Finistra di Gignana (2.441; 12,500 Km; 5:20 h) Vistas del Cervino (2.390 m; 13 Km; 5:30 h) - Perreres (1.820 m; 17 Km; 6:30 h) → Posibilidad de bus a BREUIL-CERVINIA				
Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Hotel Breithorn en Cervinia	17 Km	+ 1.200 m	- 1.400 m	6:30 h

viernes 1 Agosto		Etapa 6: Breuil-Cervinia → Testa Grigia → Zermatt		
Posibilidad de teleférico a → Testa-Grigia (3.400 m; 0 Km) - Trockener Steg (2.939 m; 7,260 Km; 1:30 h) - Furi (1.829 m; 14 Km; 3 h) - Zermatt (1.606 m; 17 Km; 4 h).				
Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Hostel Youthhostel Zermatt	17 Km	+ 1000 m	- 1.900 m	4:00 h

Sábado 2 Agosto Etapa 7: Zermatt → Teleférico Sunnegga → Europahütte

Posibilidad de teleférico a → Sunnegga (2.288 m) - Tufteren (2.215 m; 2 Km; 20 Min) – Ottavan (2.214 m; 9 Km; 2 h) - Europahütte (2.220 m; 19 Km; 5 h).

Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Refugio de Europahütte	19 Km	+ 500 m	- 500 m	5:00 h
		+ 1182 m		7:00 h

Domingo 3 Agosto Etapa 8: Europahütte → St. Niklaus

Refu. Europahütte (2.220 m; 0 km) - Misboden (2.280 m; 2 km; 30 min) – Cuarta comba (2.680 m; 7 km; 2:30 h) - Estatua de San Bernardo (2.460 m; 10 Km; 3:30 h) - Gasenried (1.659 m; 12, 500 Km; 4:35 h) - St. Niklaus (1.127 m; 18 km; 5:20 h).

Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Hotel "La Reserve" (MP)	18 Km	+ 460 m	- 1.553 m	5:20 h

Lunes 4 Agosto St. Niklaus → Madrid

Tren St. Niklaus - Ginebra + Avión Ginebra – Madrid

Alojamiento	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Tiempo
Madrid				

Resumen Etapas

Lugar	Etapas	Distancia	Desnivel (+)	Desnivel (-)	Nivel
Suiza-Italia	8+2	150 km	7.500 m (o 11.000 m)	11.000 m	Alta

NOTAS:

EL recorrido de las etapas anteriormente descritas puede ser alterado a criterio del coordinador si las condiciones climatológicas o técnicas fuesen adversas.

Todos los horarios **son orientativos y pueden variar sustancialmente** en función de las condiciones meteorológicas existentes o de otros incidentes que se puedan presentar.

Coste orientativo:

	Francos Suizos (x 0.82 a €)	Euros
Etapa 0. 26 de julio: Madrid - Ginebra – St. Niklauss.		
Gastos de Gestión		30
Avión Madrid-Ginebra *		62
Minibus Ginebra -St. Niklaus	44	36
Alojamiento en St. Niklaus: Hotel “La Reservé”	75	62
Etapa 1. 27 de julio: St. Niklaus → Gruben.		
Teleférico St Niklaus a Jungu	11	9
Alojamiento en Gruben: Hotel Schwarzhorn (MP)	63	52
Etapa 2. 28 de julio: Gruben → Zinal.		
Alojamiento en Zinal: Aubergue Alpina (MP)	50	41
Etapa 3. 29 de julio: Zinal → La Ville → Arolla. 29 julio		
Teleférico Zinal a Sorebois	14	12
Bus La Ville (Evolene) a Arolla	7,40	6
Alojamiento en Arolla: Hotel du Glacier (MP)	69	57
Etapa 4. 30 de julio: Arolla → Glaciar → Ref. Prarayer. 30 julio		
Alojamiento Refugio Prarayer (MP)	-	42
Etapa 5. 31 de julio: Ref. Prarayer → Perreres → Breuil-Cervinia		
Bus Perreres a Breuil/Cervinia		5
Alojamiento en Cervinia: Hotel Breithorn (MP)		65
Etapa 6. 1 de Agosto: Breuil-Cervinia → Testa Grigia → Zermatt .		
Teleférico a Testa Grigia		21
Alojamiento en Zermatt: Hostel Youthostel (MP)	57	47
Etapa 7. 2 de Agosto: Zermatt → Europahütte.		
Teleférico desde Zermatt a Sunnegga	16	13
Alojamiento Refugio Europahütte (MP)	70	58
Etapa 8. 3 de Agosto: Europahütte → St. Niklaus 3 agosto		
Alojamiento en St. Niklaus: Hotel “La Reservé”	75	62
Etapa regreso. 4 de Agosto: St. Niklauss – Ginebra - Madrid		
Minibus St. Niklaus – Ginebra **	44	36
Avión Ginebra – Madrid *	-	62
TOTAL		778 € **

Otros gastos no incluidos y a prever por cada participante:

- Comidas y bebidas durante las etapas o viajes (10 comidas)
- Bebidas en alojamientos

*El billete de avión deberá ser adquirido por cada participante, el precio puede variar considerablemente dependiendo de la fecha se compra (el indicado es el obtenido a fecha 15 de enero de 2014 sin incluir equipaje, unos + 15 € maleta por trayecto)

**El precio de la salida es orientativo, en el caso de que por circunstancias imprevistas sea necesario realizar pagos extras, estos serán a cargo de los participantes. Por lo tanto toda persona que solicite la inscripción en esa actividad acepta dicha circunstancia.

Los gastos de gestión en esta actividad son más altos de lo habitual debido al coste de las transferencias internacionales que se tiene que realizar para las reservas de alojamientos.

Mapa:

Nuestra primera etapa será la que aparece en este mapa como 3.



Condiciones físicas/nivel técnico

Es necesario estar acostumbrado a caminar en montaña salvando, durante varios días, desniveles medios de 2.400 m. acumulados (+1.200 y -1.200).

Atravesaremos 2 glaciares, fáciles técnicamente, por lo que deberemos estar acostumbrados al uso de crampones.

Las etapas son más largas y más exigentes que en el tour de Mont Blanc, y el terreno es más abrupto.

Es importante tener en cuenta el nivel requerido para participar en este trek, si no se adapta a tus condiciones físicas y nivel técnico podrían verse frustradas tus expectativas y las del resto de compañeros que integran el grupo.

Seguros

Es obligatorio disponer de un seguro específico con cobertura europea o mundial.

Equipo y material mínimo recomendado

Vestimenta

- Botas de Trekking montaña.
- Chaqueta y cubre pantalón de GoreTex o similar.
- Pantalón técnico de montaña tipo Schoeller o similar.
- Forro polar o chaqueta tipo Soft Shell.
- Camiseta térmica y recambio.
- Calcetines finos y gruesos y recambio.
- Guantes y recambio.
- Gorro, gorra, gafas de sol.
- Frontal con recambio de pila.

Material Técnico

- Bastones telescópicos.
- Mochila de entre 45 litros a 60 litros
- Cantimplora de al menos 1,5 litros.
- **Crampones** (Hay quien lleva solo los de puntas delanteras y lo considera suficiente)
- Mapa y brújula y GPS (Se entregarán los tracks de todas las etapas)
- Móvil y cargador.

Botiquín personal

- Analgésicos.
- Anti-Inflamatorios.
- Anti-diarreicos.
- Pomada antibiótica y anti-inflamatoria
- Desinfectante.
- Gasas, esparadrapo, tiritas, vendas.
- Sales minerales para el agua
- Crema protectora solar y protector labial.

Importante

La actividad se realiza en un entorno natural protegido. Respétalo y no dejes huella de tu paso.

Deben respetarse las instrucciones del coordinador para disfrutar de la actividad con la mayor seguridad y, al mismo, tiempo, aprender de ella.

Se debe consultar la previsión meteorológica el día anterior a cada etapa.

No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador de la salida.

Ningún participante debe separarse de los grupos. Si, voluntariamente, así lo hiciera debe comunicar esta decisión al coordinador de la actividad.

Todos los grupos deben contar, al menos, con mapa y brújula o GPS.

Cada participante debe conocer los datos y características de la etapa a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.

Por las distancias de las etapas se hace obligatorio llevar frontal con pilas cargadas para su posible uso.

Los participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto. **Es un largo recorrido que exige una buena preparación física previa y experiencia en la montaña.** Por su longitud no es recomendable para personas que no cumplan estas premisas.

El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.

Normas de Inscripción

La inscripción se abre a las 9:00 h del día 20 de enero para todos los socios del club.

Todas las plazas (16), dadas las especiales características de esta actividad (art. 3.4.1 normas de participación), quedan reservadas para coordinadores hasta el 2 de febrero. Una vez transcurrido dicho plazo estarán a disposición de cualquier socio, respetando el orden de inscripción (fecha y hora de recepción del email solicitando plaza).

Cómo realizar la inscripción:

1º Contactar por email con el coordinador joseam66@gmail.com solicitando la inscripción en la actividad.

2º El coordinador confirmará al interesado la disponibilidad de plazas e inscribirá al participante, a través de la web, en la actividad.

3º Una vez inscrito (el sistema de la web envía un email confirmando la inscripción) la reserva de la plaza se formalizará, antes de transcurridos 5 días desde la inscripción, pagando **200 €**. Si no se paga la reserva en el plazo indicado se pondrá la plaza a disposición de la siguiente persona que, estando la lista de espera, hubiera solicitado la inscripción. **Tened en cuenta que debéis comprar el billete de avión en este plazo.**

El pago deberá hacerse preferentemente mediante tarjeta en la pasarela de pago de la web del club. En su defecto mediante ingreso en c/c del Grupo nº **2100 5522 72 2100264522** de "La Caixa", indicando la persona que realiza la actividad y el concepto

Nombre y apellidos + "CERVINO"

Enviando justificante de la transferencia al coordinador en el plazo indicado.

5º Esta actividad se registrará por el protocolo de Participación en actividades del club Montaña Pegaso que se puede consultar en www.montanapegaso.com.

El resto del precio del viaje, unos 388 € (no se incluye avión ni teleféricos ni autobuses), se realizará 15 días antes del inicio del viaje o antes si fuera necesario para cubrir las peticiones de los alojamientos y transporte.

DESCRIPCIÓN DE LAS ETAPAS.

Etapa 1. St. Niklaus → Teleférico a Jungu → Gruben

Distancia: 14 Km. | Desniveles: + 940 m (o +1770 m) - 1100 m. | Tiempo: 05:00 h. (o 7:00 h)

NOTA: En esta etapa se puede usar el telecabina desde St. Niklaus hasta Jungu (9 € aprox.), que quita 2 h de caminata y un buen desnivel (+830 m)

Salimos de St. Niklaus (1.127 m.) y nos dirigimos hacia la estación del tren. Atravesamos las vías por un paso subterráneo y andamos hacia la derecha para coger un teleférico (o no) que nos llevará hasta Jungu (1.958 m). De esta manera evitamos un primer desnivel con poco atractivo.

Si no cogemos el telecabina: seguimos subiendo por un sendero dirección Jungu entre bosques de Alerces y un bonito sendero cruzando algunas regatas. En unas 2 horas estamos.

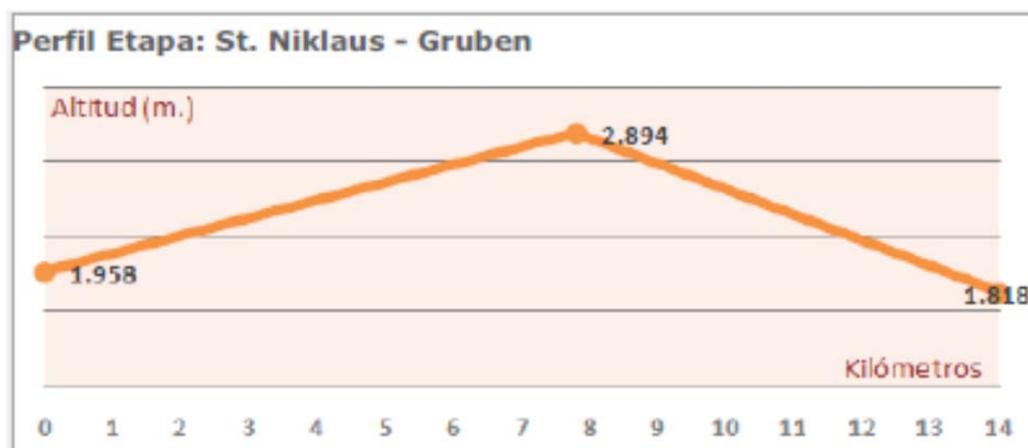
Jungu se encuentra a 1.958 metros de altitud y es un caserío típico suizo con un restaurante. Desde aquí tenemos una vista perfecta del Dom, la montaña más alta en territorio suizo, y más lejana del Monte Rosa.

Desde Jungu se sube en zig-zag rápidamente abandonando el valle Mattertal, donde se encontraba St. Niklaus. Después pasaremos por una zona de piedras, descenderemos un poco hacia el río y lo cruzaremos para empezar a subir de forma rápida hacia el Augstbordpass que se encuentra a 2.894 metros de altitud, tras unas 3 horas y unos 7,800 Km de caminata, y donde dejamos definitivamente el Mattertal para entrar en el valle Turtmanntal.

Iniciamos el descenso siguiendo las marcas por una pedrera dejando una pequeña charca a nuestra derecha. Entramos en una zona de pastos desde donde vemos el collado por el que pasaremos en la siguiente etapa: Meidpass. Empezamos una bajada con más pendiente hacia Gruben (1.818 m; 14 Km; 5 h), antiguo alpage en el valle más solitario del tour.

Perfil de la etapa:

St. Niklaus (1.127 m; 0 Km) - Jungu (1.958 m; 0 Km) – Augstbordpass (2.894 m; 7,800 Km; 3 h) - Gruben (1.818 m; 14 Km; 5 h).



Mapa de la etapa:

1308 St. Niklaus 1:25.000 Office Federal de topographie swisstopo.

Etapa 2. Gruben → Zinal

Distancia: 23 Km. | Desniveles: + 1187 m. - 1300 m. | Tiempo: 07:30

Salimos de Gruben por la carretera remontando el valle, a la derecha vemos un puente de madera para cruzar el río. El camino que cogeremos nos lleva a los pasos de la Forcletta y el Meidpass, ambos de más de 2.800 metros de altitud. Al pasar junto a unas casas cogeremos el sendero de la derecha que nos lleva al Meidpass.

Atravesamos un bosque y llegamos a un alpage con una fuente, el Meide Mittlere Stafel (2.273 m; 2 Km; 1:10 h). Aquí podemos ver una señal que nos indica nuestro próximo destino, el hotel Weisshorn, al que llegaremos después cruzar el Meidpass. Pasamos una zona con pequeños lagos y una fuerte pendiente final nos lleva al Meidpass (2.790 m; 5,500 Km; 3 h). Desde aquí podemos ver por última vez el Dom y ya se adivinan los pequeños pueblos del valle de Anniviers. También vemos al fondo el hotel Weisshorn.

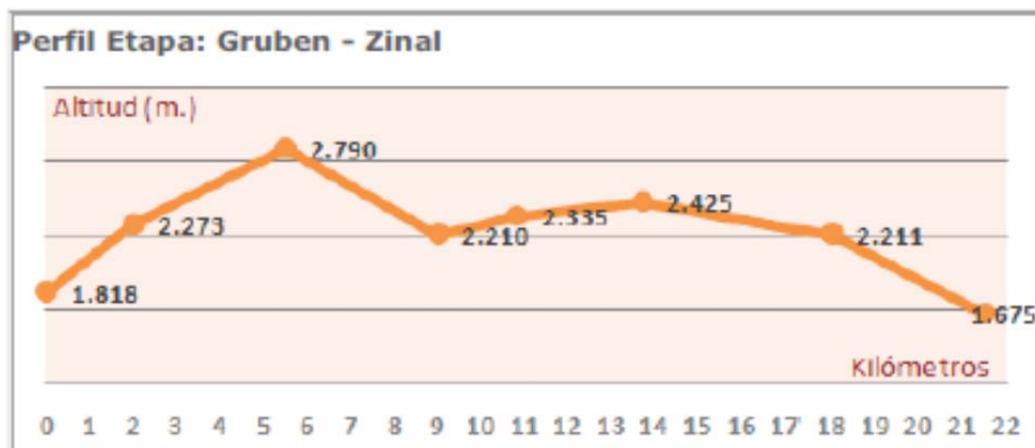
Bajamos del Meidpass siguiendo las indicaciones hacia el hotel por un largo descenso hacia la izquierda y hasta una pista justo en el caserío de Tounot (2.210 m; 9 Km; 4 h).

A partir de este punto el camino sube hacia el hotel al cual llegaremos en media hora (2.335 m; 10,800 km; 4:30 h). El hotel construido en 1882 merece una visita a sus conservados salones de la época.

Salimos del hotel y tomamos un estrecho sendero en clara subida hasta 2.425 metros de altitud (13,700 Km; 5:30 h). El camino ahora desciende suavemente hacia el alpage de Barrneuzza (2.211 m; 18 Km; 6:20 h) y sigue planeando con esplendidas vistas sobre el valle de Anniviers hasta llegar al inicio de un bosque a partir del cual empieza un fuerte descenso que finalizará en la población de Zinal (1.675 m; 21,450 Km; 7:30 h).

Perfil de la etapa:

Gruben (1.818 m; 0 Km) - Meide Mittlere Stafel (2.273 m; 2 Km; 1:10 h) - Meidpass (2.790 m; 5,500 Km; 3 h) - Caserío de Tounot (2.210 m; 9 Km; 4 h) – Hotel Weisshorn (2.335 m; 10,800 km; 4:30 h)- Montículo (2.425 m; 13,700 Km; 5:30 h) – Alpage de Barrneuzza (2.211 m; 18 Km; 6:20 h) - Zinal (1.675 m; 21,450 Km; 7:30 h).



Mapa de la etapa:

1307 Vissoie 1:25.000 Office Federal de topographie swisstopo.

Etapa 3. Zinal → Teleférico a Sorebois → La Ville → Bus a Arolla.

Distancia: 20 Km. | Desniveles: + 1064 m (o +1827m). - 1770 m. | Tiempo: 8:00 h (o 12:00 h)

NOTA: En esta etapa se puede

1. Usar el telecabina Zinal - Sorebois (12 € aprox.).
2. Cogér un autobús desde Zinal a Lac de Moiry (recomendable)
3. Cogér, al final de la etapa, un Bus desde Les Hauderes a Arolla (6 € aprox.).

*****ATENCIÓN ETAPA MUY EXIGENTE FÍSICAMENTE*****

La etapa entre Zinal y Arolla **es muy larga**, por lo que podemos (o no) aprovechar medios mecánicos para acortarla.

En Zinal (1.671 metros de altitud) nos dirigimos hacia el telecabina que nos llevará hasta Sorebois a 2.438 metros. Aquí empieza nuestra etapa a través de unas pista de esquí hasta alcanzar el collado de Sorebois (2.836 m; 3,200 km; 1 h) desde aquí tenemos una fabulosa vista de los cuatro miles de la zona.

Empezamos a descender por un sendero estrecho en gran pendiente hacia el Lago de Moiry, de un llamativo color esmeralda. Atravesamos una zona de pastos y alpages en la que es habitual encontrar rebaños de vacas hasta llegar al lago (2.250 m; 6,500 km; 2 h). Hasta este punto se puede llegar en coche por lo que es un lugar muy concurrido.

Cruzamos la presa y cogemos la pista hacia la izquierda que abandonaremos por un camino a la derecha siguiendo la indicación del Coll de Torrent. Vamos ascendiendo y pasamos por el alpage Torrent (2.500 m; 9,600 km; 3 h). Aquí encontraremos una fuente y más adelante el Lac des Autannes (2.650 m; 11,600 km; 3:30 h).

Finalmente llegamos hasta el Coll de Torrent (2.916 m; 13,120 Km; 4 h) desde donde tenemos unas espectaculares vistas que en días claros pueden llegar hasta el Mont Blanc.

Empezamos a descender por una zona pedregosa hasta llegar a otra de pastos, siguiendo la dirección de La Ville, La Sage y Les Haudères.

Una vez llegados a Les Haudères (1.735 m; 20 Km; 5:45 h), para ahorrarnos un tramo largo (11 km) junto a la carretera podemos (o no) tomar un autobús que nos llevará hasta la población de Arolla.

Perfil de la etapa:

Zinal (1.675 m; 0 Km) - Sorebois (2.438 m; 0 Km) - Collado de Sorebois (2.836 m; 3,200 km; 1 h) - Lago de Moiry (2.250 m; 6,500 km; 2 h) - Alpage Torrent (2.500 m; 9,600 km; 3 h) - Lac des Autannes (2.650 m; 11,600 km; 3:30 h) - Coll de Torrent (2.916 m; 13,120 Km; 4 h) - La Ville (1.735 m; 20 Km; 5:45 h).



Mapa de la etapa: 1327 Evolène 1:25.000 Office Federal de topographie swisstopo.

Etapa 4. Arolla → Refugio de Prarayer

Distancia: 21 Km. | Desnivel: + 1100 m. - 1100 m. | Tiempo: 07:45 h

****** Cruce de Glaciar de Arolla en esta etapa ******

Empezamos nuestra etapa caminando (45 minutos) junto a la carretera hasta donde se inicia el sendero hacia el Bajo Glaciar de Arolla que dejaremos a nuestra derecha.

El sendero comienza justo al final de la carretera antes de cruzar el río a través de un puente (2.085 m). Se va ganando altura rápidamente con unas espléndidas vistas sobre el Bajo Glaciar de Arolla que va quedando a nuestra derecha.

Dejamos varios caminos que se dirigen a instalaciones eléctricas y zonas de estudio del glaciar. Después de pasar una roca en la que hay una estatua de una virgen pasamos una zona en la que debemos ayudarnos de una cadena para superar el desnivel. El camino gira a la derecha y ante nosotros aparece el Alto Glaciar de Arolla, al cual nos dirigimos por un sendero que discurre por el margen izquierdo del río.

Llegamos a la zona de fraccionamiento del glaciar (2.630 m; 5 Km; 2h) y comenzamos a ascender por la morrena izquierda en sentido ascendente. Unos trípodes azules y blancos nos indican el camino a seguir por el glaciar. Enseguida caminamos sobre el glaciar con el Monte Collon enfrente. Las marcas nos indican que el camino a seguir se dirige hacia la derecha cruzando el glaciar en su totalidad y dirigiéndonos hacia el último tramo que nos llevara al Coll Collon (3.082 m; 12 Km; 4:20 h) antes deberemos atravesar una zona de grietas que no revisa ninguna dificultad.

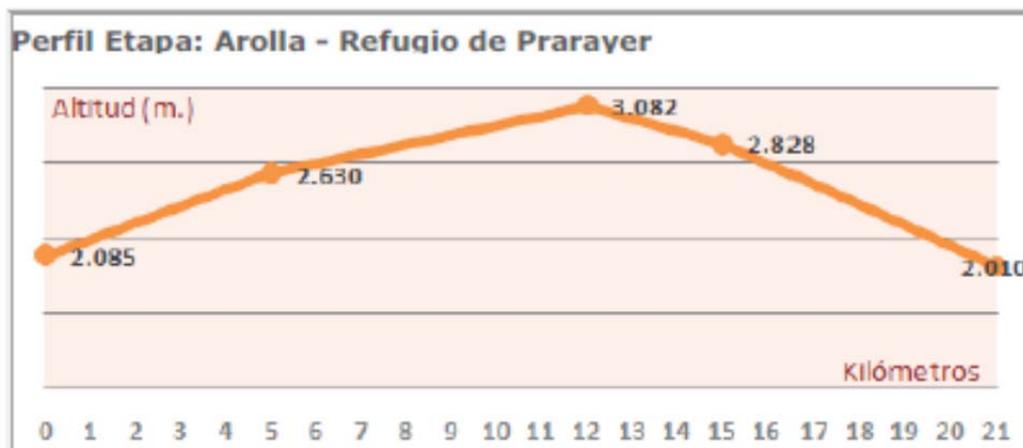
A partir del collado entramos en Italia y el paisaje cambia radicalmente. La nieve deja paso a una zona pedregosa que habrá de descender con precaución. Seguimos las indicaciones hacia el refugio Collon y el refugio Nacamuli al cual llegaremos después de atravesar dos neveros (2.828 m; 15 Km; 5:45 h).

El camino sigue descendiendo y atravesamos una zona con gran pendiente en la que hay instalados unas cadenas y peldaños metálicos que nos ayudan en el descenso.

Finalmente el camino se hace más llano siempre con el cauce del río a nuestra derecha. Atravesamos varios granjas y casetas para guardar ganado. Cruzamos el torrente y seguimos descendiendo hasta que vemos el lago Di Place Moulin, hacia el que nos dirigimos. Un camino a la izquierda nos llevará hasta el refugio de Prarayer situado en la cabecera del lago (2.010 m; 21 Km; 7h).

Perfil de la etapa:

Bajo Glaciar de Arolla (2.085 m; 0 Km) - Zona de fraccionamiento del glaciar (2.630 m; 5 Km; 2h) - Coll Collon (3.082 m; 12 Km; 4:20 h) - Neveros (2.828 m; 15 Km; 5:45 h) - Refugio de Prarayer (2.010 m; 21 Km; 7h).



Mapa de la etapa: Cervino Matterhorn e Monte Rosa 1:50.000 Istituto Geografico Centrale.

Etapa 5. Refugio de Prarayer →Perreres→Bus a Breuil-Cervinia

Distancia: 17 Km. | Desnivel: 1200 m. - 1400 m. | Tiempo: 06:30 (o 7:30 h)

Salimos del refugio de Prarayer siguiendo las indicaciones de la ruta número 12, que nos dirigirá hacia el Collado de Valconera. Atravesamos el río por un puente y entramos en un bosque que pasaremos en 45 minutos para llegar a un alpage (2.165 m; 1,600 Km).

Seguimos subiendo en dirección al glaciar que queda el final del valle hasta llegar a una indicación en una roca que nos indica el camino hacia la izquierda que se dirige al collado. A partir de aquí la pendiente se hace más pronunciada y en ocasiones nos ayudaremos de escalones y cadenas para poder superarla.

A continuación llegamos a una pedrera que nos conducirá hasta el Collado de Valconera. Varios neveros pueden facilitarnos el avance por esta incomoda pedrera. Seguiremos las marcas para encontrar el paso más cómodo hasta que lleguemos al Collado (3.066 m; 5 km; 3:15 h).

Desde el collado tenemos que descender hacia el Refugio de Peruca (2.910 m; 6,500 Km; 3:45 h), al cual llegaremos después de pasar una zona algo complicado por ser un terreno con mucha pendiente y resbaladizo en el que hay una cuerda que nos ayudará.

Desde el refugio el camino sigue descendiendo, pasando junto a una espectacular cascada para seguir zigzagueando hasta llegar al alpage Chevalier (2.312 m; 11 Km; 5h).

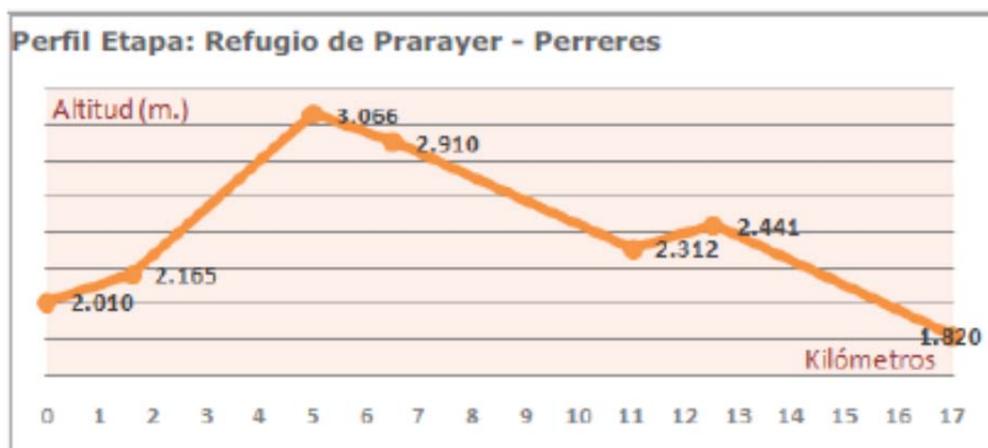
A partir de aquí seguiremos la ruta 109 hasta Breuil-Cervinia y empezaremos a remontar un pequeño collado, la Finistra di Gignana (2.441; 12,500 Km; 5:20 h).

Salimos del collado por un camino que indica a Perreres, nuestro destino. El sendero planea hasta llegar a un punto en el que tenemos las primeras impresionantes vistas del Cervino desde la vertiente italiana (2.390 m; 13 Km; 5:30 h).

Seguimos descendiendo sin abandonar el sendero que nos dirige a Perreres (1.820 m; 17 Km; 6:30 h). Cuando lleguemos a la carretera podemos utilizar un servicio de autobuses nos llevará hasta Breuil-Cervinia ahorrándonos un final de etapa sin interés especial.

Perfil de la etapa:

Alpage (45 min; 2.165 m; 1,600 Km) - Collado Valconer (3.066 m; 5 km; 3:15 h) Refugio de Peruca (2.910 m; 6,500 Km; 3:45 h) - Alpage Chevalier (2.312 m; 11 Km; 5h) - Finistra di Gignana (2.441; 12,500 Km; 5:20 h) Vistas del Cervino (2.390 m; 13 Km; 5:30 h) - Perreres (1.820 m; 17 Km; 6:30 h) – Bus a Cervinia (



Mapa de la etapa:

Cervino Matterhorn e Monte Rosa 1:50.000 Istituto Geografico Centrale.

Etapa 6. Breuil-Cervinia →Teleférico a Testa Grigia →Zermatt

Distancia: 17 Km. | Desnivel: +100 m (+900) - 1800 m. | Tiempo: 4:00 (7:40 h)

NOTA: En esta etapa se pueden usar los telecabinas de Cervinia – Plan Maison y Trockener Steg -Zermatt. Telecabina Cervinia – Plan Maison (10 € aprox.).

****** Cruce de Glaciar en esta etapa ******

Salimos de Breuil-Cervinia y nos dirigimos al telecabina (opcional) que después de dos trasbordos nos dejará en Testa-Grigia (3.400 m). De esta manera nos ahorramos una subida monótona entre los remontes de una pista de esquí.

Desde aquí empezamos el descenso por el glaciar, pasando cerca del collado de Theodulpass y dirigiéndonos hacia Trockener Steg (2.939 m; 7,260 Km; 1:30 h) donde finaliza el glaciar y desde donde volvemos a tener magnificas vista de la montaña del Cervino.

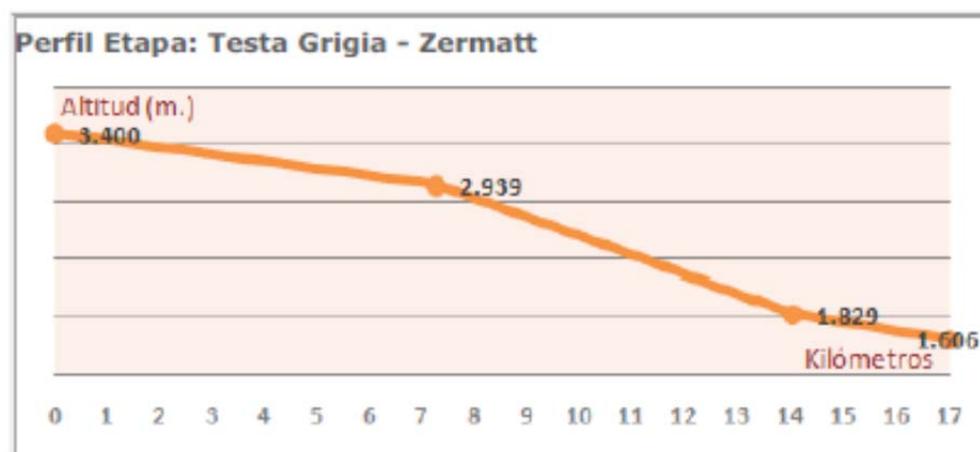
Desde aquí cogemos un camino que se dirige hacia Zermatt pasando por Furgg y Furi (1.829 m; 14 Km; 3 h). A partir de Furi la pendiente se suaviza y varios caminos se dirigen hacia Zermatt.

Nosotros tomamos el que pasa por el pueblo de Zum See, típico pueblo de la zona con numerosos restaurantes y cafeterías.

Seguimos nuestro camino hasta que llegamos por un cómodo y transitado sendero a Zermatt (1.606 m; 17 Km; 4 h).

Perfil de la etapa:

Cervinia () -Testa-Grigia (3.400 m; 0 Km) - Trockener Steg (2.939 m; 7,260 Km; 1:30 h) - Furi (1.829 m; 14 Km; 3 h) - Zermatt (1.606 m; 17 Km; 4 h).



Mapa de la etapa:

Cervino Matterhorn e Monte Rosa 1:50.000 Istituto Geografico Centrale.

Etapa 7. Zermatt →Teleférico a Sunnegga → Europahütte

Distancia: 19 Km. | Desnivel: + 500 m (+1182 m) - 500 m. | Tiempo: 5:00 h (7:00 h)

NOTA: En esta etapa se puede usar el telecabina de Zermatt - Sunnegga (12 € aprox.).

Para abandonar Zermatt tomaremos (o no) el funicular que sale junto al río y que nos subirá en pocos minutos hasta Sunnegga (2.288 m). En este punto ya encontramos la primera señal que nos indica el Europaweg que seguiremos en tu totalidad durante las dos próximas etapas.

Un camino ancho nos llevará hasta Tufteren (2.215 m; 2 Km; 20 Min). Desde este pequeño caserío el camino se estrecha y sigue planeando por el valle. Durante el recorrido pasamos varios caminos que nos posibilitan la bajada hasta el valle.

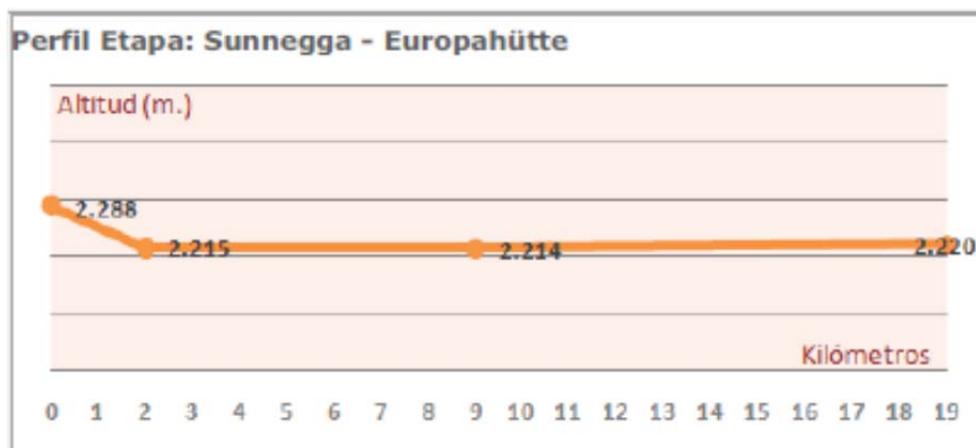
Llegamos al caserío de Ottavan (2.214 m; 9 Km; 2 h) en el que hay un refugio donde podemos comer o incluso pasar la noche. Seguimos el camino y pasamos por una zona de pedreras con gran riesgo de avalanchas. Para pasar sin riesgo se han habilitado unas marquesinas que protegen de las piedras y cuatro túneles para salvar los pasos con más peligro.

Pasamos por un puente y una zona aérea con cuerdas que nos aseguran el paso. Un último túnel equipado con luz eléctrica nos lleva al punto donde el sendero parece cortado por una avalancha que se produjo en 2005. Tenemos dos alternativas, seguir el camino indicado que desciende para finalmente remontar un último tramo que nos llevará hasta el refugio de Europahütte en una hora o bien seguir el camino cortado pasando por una zona donde el sendero ha desaparecido y el avance se ha de realizar con suma precaución.

Nosotros tomaremos, si las condiciones lo permiten, esta última opción y pasaremos por una cascada que cae sobre el camino y que hay que sortear pasando por detrás. Finalmente llegamos al refugio de Europahütte (2.220 m; 19 Km; 5 h).

Perfil de la etapa:

Zermatt (1.606 m)- Sunnegga (2.288 m) - Tufteren (2.215 m; 2 Km; 20 Min) – Ottavan (2.214 m; 9 Km; 2 h) - Europahütte (2.220 m; 19 Km; 5 h).



Mapa de la etapa:

1348 Zermatt 1:25.000 Office Federal de topographie swisstopo.

1328 Randa 1:25.000 Office Federal de topographie swisstopo.

Etapa 8. Europahütte → St. Niklaus

Distancia: 18 Km. | Desnivel: + 460 m. - 1553 m. | Tiempo: 5:20 h

NOTA: En esta etapa desde **Gasenried** podemos usar transporte público para llegar a St. Niklaus (cuando la ruta está peligrosa o cerrada hay varios senderos que descienden al valle).

Salimos del refugio Europahütte por un camino que baja y cuando llegamos a Misboden (2.280 m; 2 km; 30 min) empezamos a ver los glaciares del Dom. Pasamos un puente tipo himalayo bastante largo que nos ayuda a pasar la primera comba del total de 7 que tendremos en esta jornada. Después de pasar esta comba llegaremos a la segunda en subida por una arista larga y llena de piedras. La tercera comba es menos expuesta y luego llegaremos a la cuarta que dispone de cuerdas para ayudarnos a pasar (2.680 m; 7 km; 2:30 h).

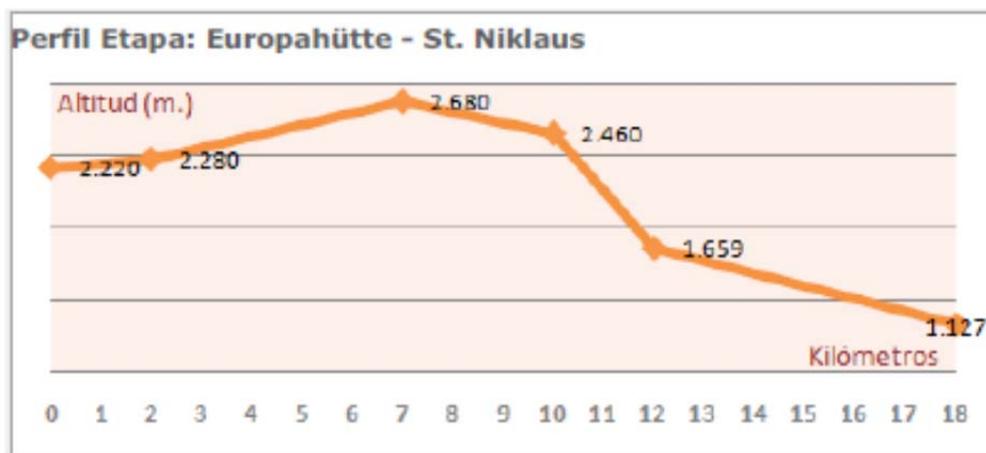
Pasamos por una zona de piedra y grandes bloques en la que el camino se desdibuja pero es muy fácil seguir nuestro recorrido por que hay numerosas marcas que nos indican el camino.

Seguimos el sendero hasta la estatua de San Bernardo (2.460 m; 10 Km; 3:30 h). Desde aquí tenemos unas vistas espectaculares, el glaciar del Ried y de todo el valle.

A partir de aquí empieza una larga bajada entre coníferas y rododendros hasta que llegamos a Gasenried (1.659 m; 12, 500 Km; 4:35 h). Aquí una indicación nos marcará el camino hacia St. Niklaus. Seguimos descendiendo con fuerte pendiente por un bello bosque hasta que empezamos a encontrar algunas casas aisladas para llegar finalmente a St. Niklaus (1.127 m; 18 km; 5:20 h).

Perfil de la etapa:

Europahütte (2.220 m; 0 km) - Misboden (2.280 m; 2 km; 30 min) – Cuarta comba (2.680 m; 7 km; 2:30 h) - Estatua de San Bernardo (2.460 m; 10 Km; 3:30 h) - Gasenried (1.659 m; 12, 500 Km; 4:35 h) - St. Niklaus (1.127 m; 18 km; 5:20 h).



Mapa de la etapa:

1328 Randa 1:25.000 Office Federal de topographie swisstopo.

1308 St. Niklaus 1:25.000 Office Federal de topographie swisstopo.

INFORMACIÓN SOBRE TRANSPORTES

RESUMEN

Etapa	Transporte	Horario	Precio (€)	Comentario
0	Tren Zermatt-Saint Niklaus	6:13, 7:39, 8:39, 9:39, 10:39, 11:13, 11:39, 12:13	9,84	35 minutos
1	Teleférico St.Niklaus-Jungen	6:30, 7:00, 8:15, 9:00, 9:30, 10:00, 10:30, 11:00	9,00	
3	Telecabina Zinal-Serebois	8:00, 8:30, 9:00, 9:30, 10:00, 10:30, 11:00	11,50	
3	Autobús Villa(Evolène)-Arolla	14:45, 16:45, 17:45	6,00	
5	Autobus Perreres-Cervinia	13:16, 14:56, 16:26, 17:26, 19:01, 20:41, 21:41		4,7 Km
6	Teleférico Cervinia-Testa Grigia	Los que estime la empresa	20,50	16,50 € para+5
7	Teleférico Zermatt-Sunnegga	Desde 8:00-18:00 cada 10-20 minutos	13,12	3 minutos

ETAPA 0 y REGRESO (26 julio sabado – 4 de Agosto) Madrid – Ginebra – St. Niklaus

1. Vuelos de Iberia.

- Ida: sale de Madrid-Barajas a las 9:35 h y llega a Ginebra a las 11:35 h
- Regreso: sale de Ginebra a las 18:45 h y llega a Madrid a las 20:55 h.

2. Minibús particular Aeropuerto de Ginebra- St. Niklaus –Aeropuerto de Ginebra.

- Horarios: Nos recoge a la llegada de avión.
- 88 CHF / 73€ (Ida y vuelta)

ETAPA 1 (27 julio domingo) St. Niklaus - Gruben

1. Teleféricos Saint Niklaus-Jungen

<http://www.jungenbahn.ch/fahrplan.html>

- Horarios 8-Juni/8 septiembre de 2013:
- 06.30, 07.00, **08.15**, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00
- 13.00, 14.30, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, **19.40
- Precio 11 CHF (9€)
- El teleférico es de una especie de cooperativa, telecabinas de 4 personas.

ETAPA 3 (29 julio martes) Zinal - La Ville - Arolla

1. Telecabina para subir de Zinal (1.671m) a Serebois (2.438m)

<http://www.rma.ch/anniviers/suisse/ski-valais/dates-horaires-ete.html>

**Son horarios del verano de 2013

Zinal - Téléphérique Sorebois

Consulter les tarifs

DATES	HORAIRES
15.06 - 30.06 mercredi - dimanche	8h00 / 9h00 / 10h00 / 11h00 / 12h00 12h30 / 13h00 / 14h00 / 15h00 / 16h00
01.07 - 31.08 lundi - dimanche	8h00 / 8h30 / 9h00 / 9h30 / 10h00 / 10h30 / 11h00 / 11h30 12h00 / 12h30 / 13h00 / 13h30 / 14h00 / 15h00 / 16h00
01.09 - 20.10 mercredi - dimanche	8h00 / 9h00 / 10h00 / 11h00 / 12h00 12h30 / 13h00 / 14h00 / 15h00 / 16h00

Dernière montée pour Sorebois 16h00
Dernière descente pour Zinal 17h00

Precio subida 14 CHF (11'50€) (10% descuento para grupos de 15 o más personas + 10% de descuento para compras por internet realizadas con 30 días de antelación o 5% de descuentos si se compra con 15 días de antelación)

2. Autobús La Ville (Evolène) - Arolla

Prés de Villa es un grupo de casas a menos de 1 Km andando de Evolène y a 4'4Km de Les Haudères. La línea de autobuses Sión-Arolla pasa por Evolène y Les Haudères. Hay un autobús que va de Villa a Les Haudères que pasa a las 17:40.

Mejor que coger dos autobuses es bajar andando hasta Evolène y allí tomar el autobús directo hasta Arolla.

<http://fahrplan.sbb.ch/bin/query.exe/fn?>

Línea 4 Sión- Evolène -Arolla se coge en el pueblo de Evolène. Hay 14,7 Km paralelos a la carretera hasta Arolla.

Horarios 2014 en Evolène: 14:45, 16:45, 17:45

Precio: 7'40 CHF (6€)

ETAPA 4 (30 julio miércoles) Arolla - Glaciar - Ref. Prarayer

Etapa crítica. En otras etapas se puede tomar autobús, coche o tren, acortar o saltarse totalmente la etapa. En esta es casi imposible, sería: Sión, Martigny, Chamonix, Courmayeur, Aosta, refugio Prarayer. Total 207 Km.

ETAPA 5 (31 de julio jueves) Ref. Prarayer - Perreres - Breuil - Cervinia

<http://www.vitagroup.it/datapage.asp?id=3&l=1>

Línea Chatillon-Breuil/Cervinia

Pasa por Perreres: 13:16, 14:56, 16:26, 17:26, 19:01, 20:41, 21:41

La distancia desde Perreres al centro de Cervinia/Breuil es de sólo 4'7 Km.

Precio: ¿?? €

ETAPA 6 (1 de agosto viernes) Breuil/Cervinia-Testa Grigia-Zermat

http://www.cervinia.it/pages/Tronchi_i_es/1209

Sube desde Breuil hasta Plateau Rosà (Testa Grigia) en tres tramos en los que se invierte casi una hora. Altura 3.400 m.

Precio: 20'50€ hasta mayo del 2014, para grupos de 5 o más personas 16'50€

Horarios: Los que estime la empresa. ¡Italia es diferente, no España!

ETAPA 7 (2 de agosto sábado) Zermatt-Teleférico Sunnegg-Europahütte

Zermatt-Sunnegga funciona desde las 8:00-18:00, con intervalos entre 10-20 min.

http://www.zermatt.ch/en/page.cfm/experience/peaks/sunnegga_paradise

Precio: 16 CHF (13,12€)

Sube en 3 minutos hasta los 2.288 m.