



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO PIRINEOS OSCENSES: CULFREDA

A. INFORMACIÓN GENERAL.

Este fin de semana desarrollaremos nuestras actividades en los Pirineos Oscenses. Valle de Chistau para ascender al Pico Batoua (Culfreda) el sábado. Parte del grupo de alojara en el Refugio de Viadós y parte del grupo en un Hostal en San Juan de Plan. El domingo hacer la excursión al Ibón de Millares.(opcionalmente al Ibón de Plan para los alojados en el Hostal).

Para acceder a dicho refugio, una vez llegemos a Plan, tomaremos la pista que siguiendo el río Cinqueta hasta su final, eludiendo el desvío al refugio de Tabernes. El refugio de Viadós se encuentra en el Valle de Añes Cruces, donde disfrutaremos de las vistas de los macizos de Posets y Eristes..



Valle de Chistau,

<https://www.turismodearagon.com/ficha/valle-de-gistain/>
https://es.wikipedia.org/wiki/Valle_de_Gistau

El valle de Gistau (en aragonés Bal de Chistau) es un valle pirenaico situado en la comarca aragonesa de Sobrarbe, y que se extiende por la parte alta del río Cinqueta. Al oeste, el puerto de la Cruz de Guardia comunica el valle con Bielsa; al norte, los puertos de Plan y de Pez, lo ponen en contacto con Francia. Finalmente, por el este, el puerto de Sahún, a 2.000 metros de altitud, conduce al valle de Benasque.

El valle se encuentra rodeado de cumbres de entre 2.000 y 3.000 metros de altitud, entre los que destaca la Tuca Llardana (o Posets), que con 3.375 m. es la segunda cumbre más alta del Pirineo; además, cuenta con abundantes ibones, como los de Millares, Barbarisa y Basa de la Mora (o ibón de Plan).

El valle de Gistau se encuentra formado por tres municipios: Plan, San Juan de Plan y Gistaín, que totalizan 663 habitantes. El municipio de Plan incluye también los núcleos de Saravillo, Señes (deshabitado) y Serveto. Además, encontramos Sin, que forma parte, junto con otros núcleos en la ribera del río Cinca, del municipio de Tella-Sin. Los núcleos de Sin, Señes y Serveto forman el pequeño valle lateral de La Comuna. La mayor parte de la población se dedica a la ganadería, la agricultura y a la explotación forestal. En este valle se habla un dialecto del aragonés llamado chistabino, que es también el gentilicio de sus habitantes.

B. PROGRAMA DE LA ACTIVIDAD

MUY IMPORTANTE El cartel de la actividad resume ésta, y agrega mapas y tracks útiles para su desarrollo pero de los cuales el club no se hace responsable. Las condiciones metereológicas del día de la actividad son únicas y a ellas se debe adaptar la actividad.

B1. SÁBADO, CULFREDA

Descripción Actividad Sábado 12.

Saldremos del refugio de Viadós en busca del refugio de Tabernes, desde donde siguiendo el Curso del río de Cinqueta de la Pez, llegaremos a un desvío a nuestra izquierda, hay letrero Indicador, para iniciar la subida al Puerto de la Madera. Una vez en el Puerto, daremos vista A la vertiente francesa del valle de Riomajou. Desde el puerto tomaremos la cresta divisoria dirección norte, pasando por la cumbre del Pico Cauarére (2901m), y tras perder un poco de altura y continuando a plena cresta, llegaremos a las cumbres del Batoua (3034m).

Las descripciones siguientes corresponden a subidas a la cumbre de Culfreda en verano. En la fecha programada, las condiciones metereológicas y de estado del itinerario pueden variar sustancialmente.



Información detallada se puede encontrar aquí:

<https://www.komandokroketa.org/Culfredas/Culfredas.html>

B2. DOMINGO Millares

Descripción Actividad Domingo 13.

La ruta propuesta es visitar los Ibones de Millares a los pies del collado de Eriste. Esta ruta es de unos diez km ida y vuelta, con setecientos metros de desnivel, se podría hacer en unas seis horas. La excursión comienza en el refugio bajando al río en busca del puente de la Palanca, iniciando la subida por el barranco de la Ribereta, hay carteles, hasta un desvío a la derecha que nos lleva al Ibón de Millares (2353m).

B3. DOMINGO Ibón de Plan

https://conunparderuedas.com/ibon_de_plan_desde_plan_trekking/

→ ITINERARIO LINEAL La ruta parte del pueblo de Plan y sube por la senda del Barranco del Ibón, señalizada como PR HU-87, que gana altura hasta el cruce del GR-15. Después de dar la vuelta al ibón, regresa a Plan por el mismo camino.

→ DURACIÓN Entre 5 y 7 horas.

→ COTA MÁS ALTA 1.928 metros.

A. ALOJAMIENTO Y CONDICIONES

Ver el cartel.

B. TRANSPORTE Y LOGÍSTICA.

El transporte se realizará mediante vehículos particulares, organizados por los participantes con la ayuda del coordinador. La logística será la siguiente:

C. PRECIO E INSCRIPCION

Precio, es el indicado en el cartel, e incluye los gastos de gestión establecidos (2 €) y los días de seguro para los no federados (3 €/día) , establecidos por el club.

Inscripciones, directamente en la web del club, www.montanapegaso.com, a partir de la fecha en ella establecida.

Pago, Ingreso del precio total correspondiente mediante tarjeta a través de la web del club.

Condiciones, de acuerdo al Protocolo de Participación en Actividades del club, y lo aquí establecido.

<https://www.montanapegaso.es/club/protocolo-participacion-en-actividades>

- De no hacer efectivo el pago en el plazo de 6 horas desde el apunte, se considerará anulada la preinscripción.
- Las anulaciones quedarán sujetas al apartado correspondiente del Protocolo de Participación en Actividades
- Cualquier circunstancia excepcional deberá ser autorizada por el responsable de actividades del Club.

D. COORDINADOR

Ver el cartel.

NORMAS GENERALES DE SEGURIDAD. ADVERTENCIAS.

- **El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**
- Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios programados estará sujeta a la decisión de los organizadores (coordinador y/o responsables de seguridad) que informarán a los participantes, antes o durante la actividad, si esta se podrá realizar o no bajo el amparo del Club.
- No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador lo indique.
- **Ningún participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los responsables de la actividad, su decisión de apartarse del programa y asumirá todas las consecuencias de su decisión.
- Todos los grupos deben contar, al menos, con mapa, brújula, altímetro (o GPS) y emisora.
- El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, protección solar,) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse.
- Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida.
- Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.
- Los participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
- Si durante la marcha algún participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los organizadores (Coordinador) o, de no ser posible, a cualquier integrante de la marcha, ya que es la única forma de poder ayudarlo antes de que se pueda producir un accidente.
- Todo participante en la marcha, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar a los organizadores cualquier incidente que observe y que, a su entender, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades, en el auxilio de cualquier integrante del grupo.
- Todo participante deberá ir provisto del material designado como obligatorio para el desarrollo de la actividad, en adecuado estado para su uso y poseyendo los conocimientos necesarios para su correcta utilización.
- **El notorio incumplimiento de estas premisas por parte de alguna participante reserva a los organizadores el derecho a rehusar de su participación en ella.**

DECALOGO COVID PEGASO

Cada socio es responsable de cumplir las siguientes normas:

- 1. OBLIGATORIAMENTE.** Los socios llevaremos **MASCARILLAS Y GEL DESINFECTANTE** en cantidad suficiente para el viaje o actividad deportiva.
- 2. DURANTE EL VIAJE.** E obligatorio el uso de mascarilla mientras dure el viaje en el autobús y/o en el coche.
- 3. REFUGIOS Y ESPACIOS CERRADOS.** Antes de viajar, leer las condiciones COVID de los refugios y resto de alojamientos, así como llevar mascarillas, saco, almohada propia, chanclas propias, etc.
- 4. ESPACIOS AL AIRE LIBRE.** Si la DISTANCIA DE SEGURIDAD es menor de 2 metros, nos pondremos la mascarilla.
- 5. TRANSPORTE.** Debemos cumplir las normas COVID de las compañías de autobuses. El/la conductor/a o el/la coordinador/a se encargarán de explicarlas al inicio del viaje.
- 6. ALOJAMIENTO.** Leer antes de entrar las **NORMAS DE PREVENCIÓN** del refugio u hotel; que tendremos que cumplir rigurosamente.
- 7. AGLOMERACIONES.** En el alojamiento evitaremos aglomeraciones, sobre todo, en el momento de la entrega de llaves, siendo los coordinadores quienes se encargarán de distribuir las.
- 8. ESTERILIZACIÓN Y MEDIDAS HIGIÉNICAS.** Recomendamos el **LAVADO DE MANOS** frecuente con jabón o líquido desinfectante hidroalcohólico. Siempre que sea posible, **mantener la ropa y calzado utilizados en bolsas estanco o custodiadas en un lugar separado de la habitación** en su defecto.
- 9. DURANTE LA ACTIVIDAD.** Mantendremos siempre la distancia de seguridad de al menos 2 metros y, si en algún momento no podemos hacerlo nos pondremos la mascarilla.
- 10. INTERCAMBIO.** No intercambiaremos objetos ni material de uso personal con otros participantes, tales como agua, cantimploras, bastones, teléfonos móviles, vasos y demás artículos de uso propio.

¡¡MUY IMPORTANTE!!

Las personas que presente síntomas compatibles con la infección por coronavirus, deben renunciar a asistir al viaje.

Si la aparición de síntomas se produce durante el transcurso el viaje: el/la afectado/a deberá comunicárselo inmediatamente al/la coordinadora/a. Se separará del grupo y acudirá a los servicios sanitarios urgentemente.