

Descubriendo los PIRINEOS Verano 2011

Centro de senderismo y deportes en la naturaleza
en Esterrí d'Àneu. Pallars Sobirà. Lleida

instalaciones abiertas desde el **25 de Junio** al **10 de Septiembre**
programas de vacaciones para **siete** o **catorce días** de sábado a sábado

Hace **treinta años** que un grupo de aficionados a la montaña, que procedíamos de distintos lugares de la península, comenzamos a conocer los privilegiados paisajes de estos territorios, a explorar sus rutas, a recorrer y preparar las travesías y las distintas actividades de aventura, y a organizar los primeros grupos.

Desde entonces, nuestro principal activo es la **experiencia** que hemos acumulado, y la visión de conjunto necesaria para seleccionar, en cada uno de los **programas** que **ofertamos**, los puntos de interés en función de las expectativas de cada excursionista; desde montañeros y quienes realizan habitualmente el senderismo, a los entusiastas de los deportes de riesgo controlado, como barrancos o rafting, hasta quienes quieren recuperar una vieja afición o iniciarse en la práctica saludable del montañismo. Para todos y todas hemos confeccionado unos **combinados** diferentes de rutas y actividades de distinto **nivel**, que siempre podrán completarse con otras opcionales, durante los días de estancia.

Todos estos "planes a la carta" no son ajenos, sino que contribuyen, después de un día activo donde cada participante ha disfrutado con sus guías de lugares y de

*distintas sensaciones, a que toda experiencia se ponga en **común** y se participe del buen ambiente que la montaña proporciona, así como de otras iniciativas complementarias que durante la tarde/ noche acontecerán.*

*Si todo ello os mueve la curiosidad, estas páginas servirán para que podáis definir cuál de las propuestas es la que mejor se adecua a vuestro actual estado de forma o deseos de **experimentar**; pensad que a mayor esfuerzo, lugares más inéditos o sensaciones más gratificantes serán posibles; además nuestra función como guías y responsables del Centro-Base, será siempre animaros a que vayáis **un poco más allá...** Las únicas condiciones que os pediremos serán: respeto al **medio** y respeto al **grupo** con el que compartáis el programa.*

*El conjunto de propuestas que aquí ofrecemos están sólo pensadas para **participantes adultos**. Pero podéis venir con vuestros hijos o familiares más jóvenes. Ellos no interferirán en el desarrollo de vuestro programa; ellos o ellas tienen sus propios combinados **según su edad**, que desarrollarán con otros monitores o guías de actividades, simultáneamente a las vuestras; a mediodía o por la noche ya os contarán sus aventuras...*

*Así que **leed**, reflexionad e inscribiros si pudiera representar una opción para vuestras vacaciones. La ficha técnica se compone de **dos documentos**; uno es éste, con todos los datos "turísticos" y una sencilla relación de las actividades; el otro aporta los datos más "técnicos", con la descripción de las actividades **incluidas y opcionales** para decidir el programa concreto.*

Es un lugar privilegiado

En la entrada del **Parque Nacional de Aigües Tortes y estany San Mauricio** con paisajes espectaculares; grandes LAGOS bajo paredes de granito, BOSQUES naturales de abeto y pino negro; praderas de alta montaña por donde vierten ríos y cascadas...

Junto al desconocido y escasamente humanizado, **Parque Natural de l'Alt Pirineu**, donde se encuentran las mayores cumbres de Cataluña, VALLES COLGADOS, circos de montaña de origen GLACIAR...

En el interior de los valles del **Alto Àneu**, donde se conservan pueblos con arquitectura tradicional de piedra e iglesias románicas, en armonía con atractivos BARRANCOS de abundante caudal de agua, que desembocan en el **río Noguera Pallaresa**, de los mejores de Europa para descensos de RAFTING...

Y al pie del impresionante puerto de La Bonaigua, que es la puerta del **Valle de Arán**
Su privilegio: una gran diversidad de hábitats y paisajes bien conservados.

Y un espléndido espacio de encuentros

Con una oferta de **actividades y excursiones** a la medida de cualquier participante. Con itinerarios de **senderismo** de varios niveles, desde sendas y caminos tradicionales que se disfrutan con poco esfuerzo, a travesías de alta montaña que cruzan parajes sobrecogedores.

Con **deportes de montaña** fáciles de practicar y de fuertes emociones, como el **rafting** o los **descensos de cañones** realizados de forma divertida y por monitores especializados.

Con varias propuestas de **agroturismo**, usos tradicionales, **talleres** participativos y una singular oferta con propuestas de animación.

Y después de un día activo y de buenas experiencias, nunca faltará la diversión, la fiesta y otros descubrimientos...

presentación del lugar

El Parque Nacional de **Aigües Tortes y Lago San Mauricio**

Es el único Parque Nacional de Catalunya; fue creado en 1955. Actualmente su superficie es mayor de 40.000 ha., repartidas entre dos zonas de protección: la **interna**, que es la que conlleva la categoría estricta de Parque *-algo más de 14.000 ha.-* y la **periférica** destinada a crear un nivel de protección gradual con el exterior. Está dividido en dos vertientes: la *occidental* o de **Aigües Tortes**, accesible desde la Vall de Boí, cuyo río principal es el San Nicolau, tributario de la Noguera Ribagorçana, mantiene un clima atlántico de alta montaña; y la *oriental* *-en la que nos encontramos-* que integra el lago **San Mauricio**, los valles que vierten en él y el circo de **Peguera**; todos ellos son accesibles desde el pueblo de Espot, vierten las aguas en el río Escrita, afluente del Noguera Pallaresa, pero es en cambio de clima continental.

Una cuerda de cumbres separa ambas vertientes, en donde un collado ha sido desde antiguo el mejor acceso entre ambas: el Portarró d'Espot; es un buen paso para caminantes, que fue un camino de herradura transitable para caballerías que transportaban a las gentes del Pallars al balneario de Caldes de Boí. En el interior del Parque existen cerca de **doscientos lagos** *-o estanys-* de origen glaciar; las zonas más bajas *-a partir de los 1.500 m.-* se encuentran bosques caducifolios *-fresno, abedul, avellano...-*; alrededor de los 2.000 m. domina el pino negro, el abeto y arbustos como el rododendro y el arándano; y por encima de los 2.300 m. se encuentran los pastos alpinos con numerosas especies de flora de alta montaña. Abundan los rebecos, corzos, gamos, jabalíes, zorros, martas, marmotas y ardillas.

Lo recorre un gran batolito granítico y grandes formaciones de pizarra, unos materiales muy antiguos que se elevaron desde el fondo del mar durante la orogenia alpina *-en la era terciaria-* que dio lugar a los actuales Pirineos. En la era cuaternaria se cubrieron estas montañas de extensos glaciares de decenas de kilómetros de longitud; su acción erosiva ha modelado los actuales circos y valles en forma de "U", apareciendo lagos, cascadas, crestas vertiginosas, collados aplanados, cubetas, meandros, etc., que constituyen hoy un magnífico ejemplo relictual de las viejas glaciaciones, donde el agua ha sido el protagonista.

El Parque Natural de l'**Alt Pirineu**

Comprende una buena parte del Pirineo axial catalán; con casi 70.000 ha., es el más extenso de la Comunidad y en él se localizan las máximas altitudes de éste tramo alpino: la Pica D' Estats, la cumbre más alta de Catalunya *-3.143 m.-*, el Sotlló *-3.084 m.-*, el Pic Baborte *-2908 m.-*, el Mont-Roig *-2.847 m.-*... Acoge en su territorio los términos municipales del tramo noroccidental de la comarca del Pallars Subirà, hasta el fin de la cadena montañosa que limita con Francia. Es de una gran complejidad orográfica, con diversidad de paisajes, pisos vegetales, ecosistemas y hábitats.

En las zonas altas, permanece la huella glacial en las profundas simas, valles colgados y en más de **ciento veinticinco lagos** de alta montaña. En estas altitudes predominan los prados alpinos y bosques de pino negro y abetos; el Parque está rodeado de numerosas zonas boscosas en las que, aparte de las coníferas, existen numerosos bosques caducifolios, como los abedulares, fresnedas, robledales, alamedas... Entre las especies animales que cruzan el parque, aparte de los rebecos, corzos, martas, ciervos, ardillas, jabalíes y zorros, se encuentra ya completamente reintroducido el oso pardo.

Sus valles de alta montaña están poco humanizados, lo que hace que sea uno de los espacios naturales mejor conservados del Pirineo Catalán; en muchos de los pueblos aún se conserva el típico encanto Pirenaico, con calles y plazas recogidas y peculiares, todavía alejadas de las nuevas urbanizaciones. Aun prevalecen viejas leyendas de brujas que se reúnen en las altas praderas para celebrar sus aquelarres...

Permanecen elementos arquitectónicos de carácter histórico, como fraguas, aserraderos, molinos hidráulicos, ermitas visigóticas, iglesias altomedievales, restos de castillos y viejos muros de piedra seca.

El río Noguera Pallaresa

Nace en la Pla de Beret, en el Alto Aran, a pocos metros del nacimiento del río Garona que se dirige hacia el atlántico a través de Francia. Atraviesa la comarca del Pallars Sobirà y desciende hacia el sur abriendo desfiladeros como los de Collegats y Terradets, tan abruptos que hasta el siglo XVIII no se abrió por sus acantilados ningún camino.

En escasamente treinta kilómetros el río tiene que salvar más de **200 m. de desnivel**; el descenso, aunque es gradual a lo largo del valle, genera con el fuerte caudal rápidos con pasos continuos de todo tipo, olas y contras bellísimas que hacen de él un río muy divertido tanto para palistas como para el descenso en lanchas neumáticas *-el conocido rafting-*.

En primavera, época de los grandes deshielos que provienen de las cumbres, la fuerza del agua está asegurada; al llegar el verano, las centrales hidroeléctricas en los tramos anteriores a LLavorsí, sueltan el agua por la mañana, asegurando durante unas horas un caudal suficiente para las actividades deportivas. Aun así, es un río noble, sin rebufos peligrosos o sifones, que permite los descensos sin mayor riesgo, siendo de los más bellos de Europa. Son la cara actual, más turística, de sus precursores, los antiguos "raiers", que transportaban los troncos de las montañas a través del río hasta las aguas del Ebro.

Sobre la actividad del rafting

El término proviene del inglés: **raft -balsa-** y fue una actividad iniciada en las aguas del río Colorado en EEUU que buscaba combinar el deporte-aventura con los intereses turísticos; las primeras embarcaciones eran similares a las piraguas, pero para permitir descensos más prolongados y seguros se probaron unos botes neumáticos del ejército, que aportaron mayor estabilidad y maniobrabilidad, a la vez que propiciaba el trabajo en equipo; aquéllas embarcaciones fueron las precursoras de las actuales. En España ya se realizaba el descenso de ríos con fines industriales, cuando se transportaban trenes de troncos cortados y atados en estos mismos valles pirenaicos, que se gobernaban con grandes remos, uno a proa y otro a popa; este trabajo precisaba que los remeros o "raiers" tuvieran gran experiencia y dosis de habilidad, en un quehacer no exento de riesgo. Fue en los años ochenta cuando deportistas franceses, que aprendieron estas técnicas en Canadá, introdujeron la actividad en Europa; es en primavera, con el deshielo, cuando los ríos obtienen su mayor caudal, y los niveles de destreza más exigentes. En verano, el tramo del Noguera donde habitualmente se practica, está regulado por varias centrales hidroeléctricas, que aportan en las primeras horas del día producción de energía y caudal al río.

Los caminos Reales

Eran los caminos que antiguamente unían los pueblos entre sí, que eran los más usados e importantes para mantener comunicado el territorio; y por esta razón precisaban de mayor protección. La denominación de Reales no era porque "pertenećieran" a la corona, sino porque ésta se comprometía a protegerlos y asegurar el tránsito de animales y personas, aunque la propiedad de estos caminos fuera de los vecinos o de los ayuntamientos. Por tanto, en un camino Real, la jurisdicción dependía de la justicia Real, que era la que debía de perseguir a los asaltantes y bandoleros; en algunos puntos estratégicos se establecían fortalezas o pequeños castillos donde las guarniciones tenían como objetivo la protección de los viajeros. La recuperación de estas vías representa un importante patrimonio cultural, histórico y turístico

actividades dirigidas...

Por profesionales titulados y gente experimentada, como guías de montaña, técnicos deportivos en diferentes especialidades, y monitores de ocio y tiempo libre; todos ellos combinarán los aspectos deportivos, la interpretación del medio natural y valores del entorno, con otras iniciativas más lúdicas o de ocio, dentro de un saludable ambiente de montaña.

Fechas de los programas

temporada baja, con descuentos especiales:

25 junio-2 julio, 2-9 julio, 9-16 julio

temporada media:

16-23 julio, 23 julio-30 julio,

temporada alta:

30 julio-6 agosto, 6-13 agosto, 13-20 agosto y 20-27 agosto;

temporada baja, con descuentos especiales:

27 agosto-3 septiembre, 3-10 septiembre,

estancias y hospedaje

Todos los programas comienzan con la **comida** del **sábado** y finalizan con el **desayuno** del **sábado** que corresponda *-siete pensiones completas-*

Las estancias están definidas para bloques de **siete días**; para las de **catorce días**, se pueden combinar dos programas distintos de cuantos realizamos, acogiéndose uno de ellos a los **descuentos** señalados para **segunda semana**.

ALOJAMIENTOS Y CARACTERÍSTICAS

A.- En **HOTEL (**)**, habitación para dos personas, en Esterri d'Àneu.

B.- En **HOSTAL (**)**, habitación para dos personas, igualmente en Esterri d'Àneu; y **habitaciones con baño** en la Base de similares características.

C.- En **APARTAMENTOS o CASAS DE PUEBLO**, de dos o tres habitaciones, para cuatro o seis personas, con baño compartido, en Esterri d'Àneu; y **bungalows** de madera nórdica en la Base, de similares características.

D.- En **CAMPING**, con tienda instalada en la propia Base de Senderismo, incluyendo tienda canadiense con doble techo y cubeta hermética (2x3'35 m.) para dos personas, con colchón, estante y accesorios; hay también **caravanas** y algunas **cabañas** con baño compartido; todo ello se encuentra muy cerca de los módulos de servicios y duchas.

(*) La población de Esterri d'Àneu se encuentra a trescientos metros de la instalación.

(*) En los apartamentos, bungalows y habitaciones en la Base no se incluye la limpieza diaria. Se entregarán limpios y preparados con ropa de cama.

seis combinados *-niveles-* de actividades:

*Principalmente con excursiones de **Media Montaña** y algunas sencillas de Alta Montaña*

La montaña al alcance de todos, con excursiones cortas por los valles próximos, de escaso desnivel, dando prioridad al disfrute sosegado de los caminos Reales y sendas tradicionales, con itinerarios generalmente de medio día

Programa 1 **Pirineos Básico**

Todas las mañanas se propone un sendero guiado de unas tres horas de duración, alternando distintos paisajes; incluye dos excursiones un poco más largas de día completo, pero de escasa dificultad, una por el Parque Nacional de Aigües Tortes y San Mauricio, y otra por el Parque Natural de l'Alt Pirineu, seleccionando alguno de sus desconocidos circos glaciares; se completa con una gymkhana histórica, un circuito de orientación, visitas autoguiadas, tiro con arco... *(ver sinopsis)*

Programa 2 **Rincones y leyendas de los Pirineos**

Los itinerarios del programa anterior se completan con algunas de las actividades deportivas más sencillas: hacer un rápel volado en un puente para luego practicarlo en un barranco de iniciación, una ruta llana en bici todoterreno...; el último día se realiza una espectacular ruta en 4x4 a dos mil metros de desnivel que finaliza con la degustación de platos típicos del Pallars; se compaginará todo ello con los senderos guiados de medio día y las excursiones de día completo del programa Básico en los Parques Nacional y Natural; igualmente se participa en una gymkhana histórica, visitas autoguiadas, tiro con arco... *(ver sinopsis)*

*Más montañeros, con itinerarios de **Alta Montaña** y algunos deportes de aventura*

Excursiones de senderismo y travesías de montaña con mayores desniveles, para lograr algo más de profundidad y alcanzar las proximidades de los circos glaciares, ascender collados, incluso hacer cumbres; aunque los itinerarios están diseñados para realizarlos sin grandes dificultades, solo caminando, dosificando el esfuerzo y, en algún caso, ayudándose con las manos; se alternan con los principales deportes de aventura.

Programa 3 **Parques pirenaicos, nivel Medio;**

Durante todos estos años ha sido el programa **estrella**; está orientado a aquéllos participantes dispuestos a conocer rincones singulares e impactantes con algo más de esfuerzo, aunque se podrá elegir, entre los circuitos y travesías de alta montaña seleccionados para cada semana, el que mejor se adapte a las características físicas de cada persona; una de las sensaciones más inolvidables es hacer noche en algunos de los refugios que hay al pie de los lagos de montaña junto a las paredes de los circos glaciares...; se experimentarán algunos de los reconocidos deportes de aventura: rafting, barrancos, ruta en bicicleta todoterreno...; se realizará el circuito de orientación, tiro con arco, gymkhana histórica... *(ver sinopsis)*

Programa 4 **Parques pirenaicos, nivel Medio/Alto;**

Para gente acostumbrada a hacer senderismo con algo más de nivel, o que al menos conserven un aceptable estado de forma por practicar otros deportes; se tratará de llegar a parajes menos frecuentados, a mayor altura, llegando a hacer cumbre, aunque de los circuitos seleccionados los hay de mayor o menor dificultad, atendiendo a la progresividad de las ascensiones, relieves, características del terreno y pasos de montaña; los deportes de aventura tendrán algo más de duración y complejidad: el descenso de cañones propuesto es algo más técnico y precisa haber realizado ya alguno anteriormente; el itinerario en bicicleta de montaña es un descenso impresionante por un bosque alta montaña; el rafting en vez de en barcas se hace en canoas de tres personas...; se realizará también el circuito de orientación, tiro con arco, etc. *(ver sinopsis)*

Dando prioridad a los deportes de aventura combinándolos con rutas de alta montaña

En estos dos programas se pone el acento en las actividades deportivas, tanto en las de agua o río, en el primero de ellos, o en un combinado de todas las más frecuentes en el segundo, integrando la btt, el caballo, las cuerdas... Respecto a las rutas de senderismo y travesías de montaña, se puede decidir duración e intensidad según la programación presentada y motivación personal.

Programa 5 Paredes y barrancos

Para entusiastas de los ríos y barrancos; comienza con una experiencia de escalada y rápel, y luego se programan tres barrancos, dos de ellos además de dos tramos: comienza con uno doble de nivel iniciación, el siguiente -también doble- es de mayor nivel técnico con un rápel de cuarenta metros, y el último superdivertido, muy acuático, con multitud de saltos; se completa con unos talleres de aprendizaje a las técnicas básicas y recursos principales de la escalada.

Programa 6 Multiaventura

Una inmersión en la mayor parte de los deportes más conocidos de río y montaña; en aguas bravas, empezarán con el rafting, para luego soltar adrenalina con el hidrospeed *-sólo frente al río-*; continúa con una buena selección de otras actividades y deportes de aventura, realizando una por día: , el descenso en btt por un bosque, el descenso de cañones, la ruta a caballo, el rápel volado...; respecto a las excursiones de alta montaña, se puede elegir el nivel y la duración, pero se propone además alguna excursión interesante y con perspectiva; y además, el circuito de orientación, la gymkhana histórica, la travesía por el Parque nacional, etc.

sinopsis de los programas

Una descripción pormenorizada de cada una de las actividades se encuentra en un segundo documento: (2) Descubriendo los Pirineos Verano 2011 ficha-descripción

El orden de las actividades es de carácter **orientativo**, en función del número de participantes, climatología, etc.

Cuando se proponen varios itinerarios de senderismo, los guías podrán **elegir** el que mejor se adecue a las circunstancias de climatología, perfil del grupo, etc.

programas 1 y 2; principalmente con excursiones de Media Montaña

- **Sábado** (tarde): toma de contacto:

Prog. 1 Básico

Senderismo de media jornada: despoblado de Árreu y la Mare de Déu de las Neus. MM01; *itinerario: circular; desnivel: 220 m.; duración: dos horas.*

Alternativas: por las riberas del Noguera Pallaresa hasta Escaló. MM02; *itinerario: lineal; desnivel: inapreciable; duración: dos horas y media; de Llavorre a la ermita de San Roc. MM03; itinerario: lineal; desnivel: 120 m.; duración: dos horas y media, ida y vuelta.*

Prog. 2 Rincones y leyendas

Experiencia de rápel y escalada: puente sobre el Noguera Pallaresa en la carretera de Isil. AM01; *duración de la actividad por persona: media hora aprox*

Alternativa: las rutas de senderismo del nivel básico

(noche) presentaciones, celebración y fiesta popular .

- **Domingo:** (mañana) amanece en el valle

Prog. 1 Básico

Senderismo de media jornada: los dos valles de Baisca. MM04; *itinerario: circular; desnivel: 200 m.; duración: dos horas aprox.*

Alternativa: de Isabarre a Sorpe regresando por el embalse de Borén. MM05; *itinerario: circular parcial; desnivel: algo menos de 300 m.; duración: dos horas y media.*

Prog. 2 Rincones y leyendas

Descenso de un barranco de nivel iniciación: Berrós Normal. DA01b; *tiempo en el agua: mínimo una hora*

(tarde) los caminos del valle

Prog. 1 Básico

Itinerarios sencillos “autoguiados” para realizar por los participantes, utilizando planos y comentarios: el ábside de San Joan de Isil desde la otra orilla; la espectacular iglesia románica de Son y sendero del camino del Calvari; el camino tradicional de Escallarre a Burgo por el “Castello”; las viejas salinas y la ermita de Arboló por el camino Real desde Gerri; las casas negras de Aineto desde Tavascán; el inexpugnable valle de Escart y la ermita de la Mare de Deu de la Roca. IA01-IA06

Prog. 2 Rincones y leyendas

Itinerario en bicicleta de montaña: -nivel iniciación- circunvalación a la cubeta glaciaria de Esterri. RB01; *ruta circular y de escaso desnivel; duración: hora y media.*

Alternativa: Descubierta de leyendas e historias de tradición oral: las casas de Alós y las Fallas de Isil -se entrega documentación con datos históricos y fotos antiguas de estos lugares-

(noche) observación de estrellas.

- **Lunes:** (mañana y tarde) la experiencia de las travesías de alta montaña

Prog. 1 Básico; Prog. 2 Rincones y leyendas

Travesías de alta montaña de jornada completa: lagos del Gerber. TM1d01; *itinerario: lineal; desnivel: poco más de 400 m.; duración: cuatro horas y media, ida y vuelta;* Bosques del Gerdar y de La Mata en el valle de Cabanes. TM1d02; *itinerario circular parcial; desnivel: setecientos cincuenta metros; duración: cinco horas y media aprox.*

Alternativas para ambos niveles: Travesías de alta montaña de jornada completa: estanys Noarte y Certescan. TM1d03 (*suplemento por acceso en 4x4*); *desnivel: 150 m. de ascenso y 250 de descenso; duración: 4 horas;* Circo de los Tres Estanys y cubeta de los estanys dels Buixets con ascensión opcional al Pic Ventolau. TM1d04 (*suplemento por acceso en 4x4*); **Opción A:** subiendo el Ventolau; *itinerario: circular; desnivel: ochocientos cincuenta metros; duración: seis horas.;* **Opción B:** sin subir el Ventolau; *itinerario: circular; desnivel: quinientos metros; duración: cuatro horas aprox.*

(noche) juego de pistas nocturno.

- **Martes** (mañana) los caminos del tiempo, buscándolos con mapa y brújula

Prog. 1 Básico; Prog. 2 Rincones y leyendas

Senderismo e itinerario de orientación de media jornada: por el entorno del Castillo de Llort. MM08; *itinerario: circular; desnivel: 180 m.; duración: dos horas y media.*

Alternativa: bosques, ermitas y refugio de Virós. MM09; *itinerario: circular; desnivel: 180 m.; duración: dos horas y media.*

(tarde) descubrir, con viejas fotos, la historia a través del tiempo

Prog. 1 Básico; Prog. 2 Rincones y leyendas

Gymkhana en torno al patrimonio histórico de Esterri: al encuentro de la "Dona d'Aigua". IA08 -descubrir, con viejas fotos, la historia a través del tiempo-; *duración tres horas aprox.*

(noche): fiesta-carnaval veraniego.

Miércoles: (mañana) la vida de los lugares olvidados

Prog. 1 Básico; Prog. 2 Rincones y leyendas

Senderismo de media jornada: de LLavorre al despoblado de Dorve. MM10; *desnivel: doscientos metros de ascensión y ciento cincuenta de descenso, siendo a la inversa en el regreso; duración: dos horas y media/tres horas.*

Alternativa: itinerarios de senderismo de media jornada por el Valle de Unarre: de Unarre a Cerbi. MM11; *itinerario circular; desnivel: algo más de doscientos metros; duración: dos horas;* y de Cerbi a la ermita de Sant Beado. MM12; *itinerario lineal de ida y vuelta; desnivel: doscientos metros; duración: dos horas.*

(tarde) una piscina que es mirador sobre tres valles

Prog. 1 Básico; Prog. 2 Rincones y leyendas

Visita guiada: villa fortificada de Tirvia y las huellas de la historia. MM13; *duración: dos horas*

(noche) cena-barbacoa y fiesta en la discoteca

- **Jueves:** (mañana y tarde) en el interior del Parque Nacional

Travesías de alta montaña de jornada completa: por itinerarios de distinto nivel dentro del Parque Nacional de Aigües Tortes y Lago San Mauricio

Prog. 1 Básico; Prog. 2 Rincones y leyendas

1 Circuito del Mirador. TM1d10; *itinerario circular parcial; desnivel: 500 m.; duración: cinco horas y media aprox*

2 Circuito Ratera, Amitges y Coma de l'Abeller. TM1d11 (*suplemento por acceso en 4x4*); *itinerario prácticamente circular; desnivel: 650 m. de ascenso y 900 de descenso acumulados; duración: seis horas y media aprox.*

(noche) música en vivo/cantautor con algunos temas para bailar

Viernes: (mañana) los últimos lugares para el recuerdo

Prog. 1 Básico:

Senderismo de media jornada: ascensión a las bordas de Arnuí. MM14; *itinerario circular parcial; desnivel: algo menos de trescientos metros; duración: tres horas.*

Alternativa: Visita a un taller de elaboración artesanal de queso de vaca: en la población de Altrón. IA09; *duración dos horas y media aprox.*

Prog. 2 Rincones y leyendas

Itinerario en vehículos todoterreno: la ruta de los pastores o Transpallaresa, de Espot a Llesuí. AM06; *duración de la actividad: tres horas y media, sin incluir la comida.*

Alternativa: valle de Santa Magdalena y bosques de San Juan L'Erm. AM07; *duración de la actividad: cuatro horas, sin incluir la comida.*

Al finalizar ambas: degustación de platos tradicionales pallareses en un restaurante de montaña.

(tarde) actividades de despedida

Prog. 1 Básico:

Actividad de tiro con arco: en las instalaciones del Centro. AM06; *duración de la actividad: entre una hora y hora y media por grupo de participantes.*

Itinerarios sencillos “autoguiados” para realizar por los participantes, utilizando planos y comentarios: el ábside de San Joan de Isil desde la otra orilla; la espectacular iglesia románica de Son y sendero del camino del Calvari; el camino tradicional de Escalarre a Burgo por el “Castello”; las viejas salinas y la ermita de Arboló por el camino Real desde Gerri; las casas negras de Aineto desde Tavascán; y el inexpugnable valle de Escart y la ermita de la Mare de Deu de la Roca: IA01-IA06

Prog. 2 Rincones y leyendas

Excursión en kayak doble en aguas tranquilas: Embalse de la Torrassa. AM08; *duración: una hora.*

(noche) la despedida con ron “cremat” y fiesta popular

• **Sábado** (mañana): salida y fin de los servicios

programas 3 y 4; rutas de Alta Montaña y algunos deportes de aventura

• **Sábado** (tarde): toma de contacto:

Prog. 3 Nivel Medio

Descenso de un barranco de nivel iniciación: Berrós Normal. DA01b; *tiempo en el agua: mínimo una hora*

Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Experiencia de rápel y escalada: puente sobre el Noguera Pallaresa en la carretera de Isil. AM01; *duración de la actividad por persona: media hora aprox.*

(noche) presentaciones, celebración y fiesta popular .

- **Domingo:** (mañana) puesta a punto y preparación de las travesías

Prog. 3 Nivel Medio

Senderismo de media jornada: desde Esterri subiendo hacia Jou, por bosques de umbría, y desde Son regresando a Esterri. MM06; *itinerario: circular; desnivel: cuatrocientos metros; duración: tres horas y media.*

Alternativa: Senderismo de media jornada: desde Esterri a Isavarre regresando por Valencia d'Àneu. MM07; *itinerario: circular; desnivel: trescientos metros; duración: tres horas.*

Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Descenso de un barranco de nivel medio/superior: Estarón Bajo. DB02b; *desnivel: doscientos metros; duración: en torno a las tres horas.*

(tarde) los caminos sobre ruedas

Prog. 3 Nivel Medio

Experiencia de rápel y escalada: puente sobre el Noguera Pallaresa en la carretera de Isil. AM01; *duración de la actividad por persona: media hora aprox.*

Se combinará con: itinerario en bicicleta de montaña: -nivel iniciación- circunvalación a la cubeta glaciar de Esterri. RB01; *ruta circular y de escaso desnivel; duración: hora y media.*

Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Itinerario en bicicleta de montaña: -nivel medio- desde Pla de la Font a Son, con **vehículo de apoyo.** RB02; *desnivel de descenso: seiscientos metros; duración: alrededor de hora y media más transfer*

(noche) observación de estrellas.

- **Lunes y Martes:** (mañana y tarde) la experiencia de las travesías de alta montaña

Prog. 3 Nivel Medio

Travesías de alta montaña con noche en refugio: circos glaciares de Gerber y Saboredo. TM2d05; *itinerario: circular; desnivel: primera jornada 550m. de ascenso, y segunda jornada 900 m. de descenso y 450 m. de ascenso acumulados; duración: primera jornada, cuatro horas aprox. y segunda jornada, entre seis horas y media y siete horas y media; circos del Muntanyó d'Àrreu, Rosari y Airoto. TM2d06; itinerario lineal en un solo sentido, incluyendo recogida y transfer; desnivel: primer día, ochocientos metros de ascensión y quinientos de descenso acumulados; segundo día, doscientos metros de ascensión y mil trescientos de descenso; duración: entre seis y media, y siete horas y media, cada uno de los dos días.*

Alternativa: Travesía de alta montaña con noche en refugio: Certescan/ Pla de Boavi. TM2d07 (suplemento por acceso en 4x4); *itinerario: en herradura; desnivel: 400 m. de ascenso y 800 de descenso; duración: 3 horas el primer día y 4 horas el segundo*

Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Travesía de alta montaña con noche en refugio: ascensión al Mont-roig y estanys de la Gallina. TM2d08 (acceso en 4x4 incluido); *itinerario: circular parcial; desniveles, primer día: ochocientos cincuenta metros de ascenso y seiscientos de descenso; segundo día: algo más de trescientos metros de ascenso -sin subir el Ventolau, que, de realizarse, se llegaría hasta los seiscientos-, y seiscientos de descenso.*

Alternativa: Travesía de alta montaña con noche en refugio: Baborte/ Pica d'Estats. TM2d09 (acceso en 4x4 incluido); itinerario: circular; primer día hasta el refugio: desnivel: 600 m.; duración: cuatro/ cinco horas; segundo día, desnivel acumulado: 850 m. de ascenso y 1.350 m. de descenso; duración: nueve horas aprox.

(noche del martes): fiesta-carnaval veraniego.

Miércoles: *(mañana)* la experiencia de las aguas bravas

Prog. 3 Nivel Medio

Rafting en el Noguera en lanchas neumáticas: desde Llavorsí a Rialp. AM03; tramo de río: catorce kilómetros, duración en el río: hora y media aprox.

Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Rafting en el Noguera en canoas neumáticas desde Llavorsí al Pont de Gulleri. AM04; tramo de río: ocho kilómetros, duración en el río: hora/ hora y media.

(tarde) una piscina que es mirador sobre tres valles

Prog. 3 Nivel Medio; Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Visita guiada: villa fortificada de Tirvia y las huellas de la historia. MM13; duración: dos horas

(noche) cena-barbacoa y fiesta en la discoteca

• **Jueves:** *(mañana y tarde)* en el interior del Parque Nacional

Travesías de alta montaña de jornada completa: por itinerarios de distinto nivel dentro del Parque Nacional de Aigües Tortes y Lago San Mauricio

Prog. 3 Nivel Medio; Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

1 Circuito del Mirador. TM1d10; itinerario circular parcial; desnivel: 500 m.; duración: cinco horas y media aprox

2 Circuito Ratera, Amitges y Coma de l'Abeller. TM1d11 *(suplemento por acceso en 4x4)*; itinerario prácticamente circular; desnivel: 650 m. de ascenso y 900 de descenso acumulados; duración: seis horas y media aprox.

3 Circuito Mirador, Coll y Pic del Portarró. TM1d12; itinerario principalmente lineal integrando el recorrido circular del Mirador; desnivel: 1.100 m.; duración: ocho horas -haciendo cumbre-

4 Circuito Presa de Lladrés, estanys Tort y Negre de Peguera y descenso del río Peguera. TM1d13 *(suplemento por acceso en 4x4)*; itinerario lineal; desnivel: 550 m. de ascenso y 1.100 m. de descenso; duración: siete horas

(noche) música en vivo/cantautor con algunos temas para bailar

Viernes: *(mañana)* los últimos lugares para el recuerdo

Prog. 3 Nivel Medio; Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Senderismo e itinerario de orientación de media jornada: bosques, ermitas y refugio de Virós. MM09; itinerario circular; desnivel: cuatrocientos metros; duración: tres horas

Alternativa: Senderismo de media jornada: ascensión a las bordas de Arnú. MM14; itinerario circular parcial, con formato en "P"; desnivel: algo menos de trescientos metros; duración: tres horas.

(tarde) actividades de despedida

Prog. 3 Nivel Medio; Prog. 4 Nivel Medio/ Alto

Actividad de tiro con arco: en las instalaciones del Centro. AM09; duración de la actividad: entre una hora y hora y media por grupo de participantes.

Se combinará con: **gymkhana en torno al patrimonio histórico de Esterri:** al encuentro de la "Dona d'Aigua". IA08 -descubrir, con viejas fotos, la historia a través del tiempo-; duración tres horas aprox.

(noche) la despedida con ron "cremat" y fiesta popular

- **Sábado** (mañana): salida y fin de los servicios

programas 5 y 6; los deportes de aventura con rutas de Alta Montaña

- **Sábado** (tarde): toma de contacto:

Prog. 5 Paredes y barrancos

Experiencia de rápel y escalada: puente sobre el Noguera Pallaresa en la carretera de Isil. AM01; duración de la actividad por persona: media hora aprox.

Prog. 6 Multiaventura

Descenso de un barranco de nivel iniciación: Berrós Normal. DB01b; tiempo en el agua: mínimo una hora

(noche) presentaciones, celebración y fiesta popular .

- **Domingo:** (mañana) puesta a punto y preparación de las travesías

Prog. 5 Paredes y barrancos

Descenso de un barranco de nivel iniciación: dos tramos, Berrós Normal y Berrós Anterior. DB01a; Tramo anterior, duración: cuarenta y cinco minutos; Tramo normal, tiempo en el agua: mínimo una hora

Prog. 6 Multiaventura

Senderismo de media jornada: desde Esterri subiendo hacia Jou, por bosques de umbría, y desde Son regresando a Esterri. MM06; itinerario: circular; desnivel: cuatrocientos metros; duración: tres horas y media.

Alternativa: Senderismo de media jornada: desde Esterri a Isavarre regresando por Valencia d'Áneu. MM07; itinerario: circular; desnivel: trescientos metros; duración: tres horas.

(tarde) los caminos sobre ruedas

Prog. 5 Paredes y barrancos

Itinerario en bicicleta de montaña: -nivel iniciación- circunvalación a la cubeta glaciar de Esterri. RB01; ruta circular y de escaso desnivel; duración: hora y media.

Prog. 6 Multiaventura

Itinerario en bicicleta de montaña: -nivel medio- desde Pla de la Font a Son, con **vehículo de apoyo**. RB02; desnivel de descenso: seiscientos metros; duración: alrededor de hora y media más transfer

(noche) observación de estrellas.

- **Lunes (y Martes):** (mañana y tarde) la experiencia de las travesías de alta montaña

Los participantes de ambos programas pueden realizar indistintamente tanto una travesía de **jornada completa** como una con **noche en refugio**.

Prog. 5 Paredes y barrancos; Prog. 6 Multiaventura

Sólo lunes

Travesías de alta montaña de jornada completa: lagos del Gerber. TM1d01; itinerario: lineal; desnivel: poco más de 400 m.; duración: cuatro horas y media, ida y vuelta; Bosques del Gerdar y de La Mata en el valle de Cabanes. TM1d02; itinerario circular parcial; desnivel: setecientos cincuenta metros; duración: cinco horas y media aprox.

Alternativas para ambos niveles: Travesías de alta montaña de jornada completa: estanys Noarte y Certescan. TM1d03 (suplemento por acceso en 4x4); itinerario: en herradura; desnivel: 150 m. de ascenso y 250 de descenso; duración: 4 horas; Circo de los Tres Estanys y cubeta de los estanys dels Buixets con ascensión opcional al Pic Ventolau. TM1d04 (suplemento por acceso en 4x4); **Opción A:** subiendo el Ventolau; itinerario: circular; desnivel: ochocientos cincuenta metros; duración: seis horas; **Opción B:** sin subir el Ventolau; itinerario: circular; desnivel: quinientos metros; duración: cuatro horas aprox.

O lunes y Martes

Travesías de alta montaña con noche en refugio: circos glaciares de Gerber y Saboredo TM2d05; itinerario: circular; desnivel: primera jornada 550m. de ascenso, y segunda jornada 900 m. de descenso y 450 m. de ascenso acumulados; duración: primera jornada cuatro horas aprox. y segunda jornada entre seis horas y media y siete horas y media; circos del Muntanyó d'Árreu, Rosari y Airoto. TM2d06; itinerario lineal en un solo sentido, incluyendo recogida y transfer; desnivel: primer día, ochocientos metros de ascensión y quinientos de descenso acumulados; segundo día, doscientos metros de ascensión y mil trescientos de descenso; duración: entre seis y media, y siete horas y media, cada uno de los dos días.

Alternativa: Travesía de alta montaña con noche en refugio: Certescan/ Pla de Boavi. TM2d07 (suplemento por acceso en 4x4); desnivel: 400 m. de ascenso y 800 de descenso; duración: 3 horas el primer día y 4 horas el segundo; ascensión al Mont-roig y estanys de la Gallina. TM2d08 (suplemento por acceso en 4x4); Itinerario: en herradura; desniveles, primer día: ochocientos cincuenta metros de ascenso y seiscientos de descenso; segundo día: algo más de trescientos metros de ascenso -sin subir el Ventolau, que, de realizarse, se llegaría hasta los seiscientos-, y seiscientos de descenso.

(noche) juego de pistas nocturno.

- **(Martes)** los caminos del tiempo, buscándolos con mapa y brújula

Prog. 5 Paredes y barrancos; Prog. 6 Multiaventura

Senderismo e itinerario de orientación de media jornada: por el entorno del Castillo de Llort. MM08; itinerario: circular; desnivel: 180 m.; duración: dos horas y media.

Alternativa: bosques, ermitas y refugio de Virós. MM09; *itinerario:* circular; *desnivel:* 180 m.; *duración:* dos horas y media.

(tarde) profundizar en el medio

Prog. 5 Paredes y barrancos

Taller de escalada (1): prácticas en roca en una zona entre Escaló y Escart. AM02; *duración:* dos horas y media

Prog. 6 Multiaventura

Gymkhana en torno al patrimonio histórico de Esterri: al encuentro de la “Dona d’Aigua”. IA08 -descubrir, con viejas fotos, la historia a través del tiempo-; *duración* tres horas aprox.

(noche): fiesta-carnaval veraniego.

Miércoles: (mañana) la experiencia de los deportes de agua

Prog. 5 Paredes y barrancos

Descenso de un barranco de nivel medio/superior: dos tramos, Estarón Bajo y Estarón Alto. RB02a; *Tramo alto, desnivel: no llegará a los cien metros; duración: en torno a las dos horas o dos y media; Tramo bajo o normal, desnivel: doscientos metros; duración: en torno a las tres horas.*

Prog. 6 Multiaventura

Rafting en el Noguera en lanchas neumáticas: desde Llavorsí a Rialp. AM03; *tramo de río: catorce kilómetros, duración en el río: hora y media aprox.*

(tarde) una piscina que es mirador sobre tres valles

Prog. 6 Multiaventura -antes de ir a Tirvia-

Experiencia de rápel y escalada: puente sobre el Noguera Pallaresa en la carretera de Isil. AM01; *duración de la actividad por persona: media hora aprox.*

Prog. 5 Paredes y barrancos; Prog. 6 Multiaventura

Visita guiada: villa fortificada de Tirvia y las huellas de la historia. MM13; *duración: dos horas*

• **Jueves:** (mañana y tarde) por el Parque Nacional/ por el agua al sur del Parque

Prog. 5 Paredes y barrancos

Descenso de un barranco de nivel medio/superior: Viu de Llevata. RB03; *desnivel: 120 metros; longitud: dos kilómetros y medio; duración: alrededor de tres horas.*

Prog. 6 Multiaventura

Travesías de alta montaña de jornada completa: por itinerarios de distinto nivel dentro del Parque Nacional de Aigües Tortes y Lago San Mauricio

1 Circuito del Mirador. TM1d10; *itinerario circular parcial; desnivel: 500 m.; duración: cinco horas y media aprox*

2 Circuito Ratera, Amitges y Coma de l’Abeller. TM1d11 (*suplemento por acceso en 4x4*); *itinerario prácticamente circular; desnivel: 650 m. de ascenso y 900 de descenso acumulados; duración: seis horas y media aprox.*

3 Circuito Mirador, Coll y Pic del Portarró. TM1d12; *itinerario principalmente lineal integrando el recorrido circular del Mirador; desnivel: 1.100 m.; duracion: ocho horas -haciendo cumbre-*

4 Circuito Presa de Lladrés, estanys Tort y Negre de Peguera y descenso del río Peguera. TM1d13 (*suplemento por acceso en 4x4*); *itinerario lineal; desnivel: 550 m. de ascenso y 1.100 m. de descenso; duración: siete horas*

(noche) música en vivo/cantautor con algunos temas para bailar

Viernes: (mañana) las últimas actividades para el recuerdo

Prog. 5 Paredes y barrancos

Taller de escalada (y 2): prácticas en roca en una zona entre Escaló y Escart. AM02; *duración: dos horas y media*

Prog. 6 Multiaventura

Hidrospeed en el Noguera sobre hidrotineos flotantes: desde Llavorsí al Pont de Gulleri. AM05; *distancia: unos ocho Km.; duración en el agua: en torno a una hora, aunque la actividad completa entre preparación y retorno sea de dos horas aprox.*

(tarde) la despedida

Prog. 5 Paredes y barrancos

Actividad de tiro con arco: en las instalaciones del Centro. AM09; *duración de la actividad: entre una hora y hora y media por grupo de participantes.*

Se combinará con: gymkhana en torno al patrimonio histórico de Esterri: al encuentro de la "Dona d'Aigua". IA08 -descubrir, con viejas fotos, la historia a través del tiempo-; duración tres horas aprox.

Prog. 6 Multiaventura

Excursión a caballo desde Llavorsí: por las el camino Real a Tirvia y al pie del Pic Vallalta. AM10; *duración: dos horas*

(noche) la despedida con ron "cremat" y fiesta popular

• **Sábado** (mañana): salida y fin de los servicios

actividades complementarias durante la semana: talleres de masaje, estiramientos y relajación *-antes de cenar-*; talleres de bailes latinos y de salón *-después de cenar-*; y por las **noches**, después de un día activo, se podrá participar en una barbacoa, en la observación de estrellas, en un juego de pistas, en una fiesta de carnaval veraniego, en un concierto de cantautor, en una fogata con "ron "cremat" ...

actividades opcionales: cualquier actividad no incluida en el programa elegido puede después contratarse opcionalmente: algunas de las más frecuentes...

Descensos de tres barrancos de nivel medio/superior: Estarón Bajo y Estarón Alto. DB02a; Cañones del Infierno. DB04; y Viu de Llevata. DB03

Itinerarios en bicicleta de montaña: -nivel medio- desde Pla de la Font a Son, con **vehículo de apoyo. RB02;** y desde Pla de Beret y Montgarri a Alós de Isil, con **vehículo de apoyo. RB03;**

Hidrospeed en el Noguera sobre hidrotrineos flotantes: desde Llavorsí al Pont de Gulleri. AM05 y **Rafting en el Noguera en lanchas neumáticas:** desde Llavorsí a Rialp. AM03;

Taller de escalada: prácticas en roca en una zona entre Escaló y Escart. AM02;

Excursión a caballo desde Llavorsí: por las el camino Real a Tirvia y al pie del Pic Vallalta. AM10.

Hora de llegada a las instalaciones: a partir de las **10 h.** y preferentemente antes de las **13:30 h.;** **reunión de los participantes:** durante la comida del sábado **14 h;** primera actividad: **15:30/16 h.**

Salida de los alojamientos: sábado que corresponda, antes de las **12 h.**

TRANSPORTE Y TRASLADOS

Los precios de los programas están indicados para realizar tanto el **viaje a las instalaciones,** desde los distintos lugares de origen, como el **traslado a los puntos de encuentro para iniciar las actividades,** por **medios propios.**

Se pueden gestionar por Gente Viajera desde Madrid, si se tratara de un grupo, tanto en autocar como en vehículos de alquiler de **8 plazas.**

Pero para individuales, siempre será más cómodo y económico, utilizar el transporte público: hasta Lleida en RENFE-AVE y Lleida-Esterrri en ALSA/ Alsina Graells; o desde Barcelona, en la misma compañía hasta Esterri. En este caso, en la propia Base, se puede contratar los traslados a las actividades por cuenta de la organización: suplemento: **30 €**

Del equipaje...

- **Botas de trekking** o montaña, con suela de relieve en buen estado; imprescindible para realizar las rutas de alta montaña. En su defecto, deberá ser un calzado deportivo o zapatillas de trekking con suela de buen relieve **que no deslice.**
- **Chubasquero** o capa de agua. **Deportivas usadas** para los descensos de barrancos
- **Toalla de baño** y **saco** de dormir (tanto si duermes en el camping como para la travesía del lunes).
- **Mochila** grande y amplia –ideal de **90 litros-** para salidas de dos días con noche en refugio; y mochila de montaña -40/50 litros- más pequeña para las excursiones de un sólo día.
- Útiles higiénicos personales.
- No olvidar al preparar la maleta: **ropa de abrigo, gorra,** pantalón corto (muy cómodo para caminar), **linterna, bañador,** útil chándal y mallas si se tuvieran, cubierto de camping (exclusivamente para travesía de dos días), **cantimplora,** protector solar, tarjeta de la S.S. o sociedades médicas

Cómo llegar...

- Distancia a Lleida por la autovía Madrid-Barcelona (465 km. de Madrid y 156 km. de Barcelona) Salida más recomendable desde Madrid por la autopista de peaje: **Alcarrás** y seguir por la autovía N-II que circunda Lleida por el norte.
- Continuando dirección a Barcelona, se toma a la izquierda comarcal a **Seo de Urgel**. C-13 (La que lleva a Andorra)
- A unos 21 kms a la izquierda queda el cruce a Balaguer; se continúa y a unos 4 km. aprox. se toma el **desvío** hacia **Tremp** (por Camarasa) por la misma C-13. (La que continúa a Seo es la C-26)
- Hay que dejar atrás Cellers, Tremp y el embalse de Talarn.
- Al llegar a **Pobla de Segur**, en una rotonda cruza la N-260 (transpirinaica). No tomarla de frente, que es dirección Senterada- Pont de Suert, **tirar a la derecha** dirección Sort (hay que cruzar el casco urbano).
- Gerri, **Sort**; en este pueblo hay que dejar la N-260 que sigue a la derecha hacia el Port del Cantó cruzando el río Noguera. Se continúa de frente por la C-13.
- **Rialp** y **Llavorsí**, (al pasar por este último pueblo verás a la derecha del río la base de los deportes de aventura). Continúas camino.
- Después de **Escaló** -a 3 km. a la izquierda- dejas el cruce de Espot; (aquí se encuentra la entrada al Parque Nacional). Hay que continuar de frente.
- El desvío que hay definitivamente que tomar para llegar a la Base de Senderismo de Gente Viajera se encuentra 1 km. **antes** de llegar a **Esterri D'Aneu** -a la izquierda después de una gasolinera-, tomar por un camino asfaltado entre el camping La Presalla y la carretera. Seguir las indicaciones. Los recién llegados deberán pasar por la recepción para indicarles el alojamiento

Precios de los programas...

Programa 1 Pirineos Básico (Media Montaña)

nivel	tienda camping	cabaña/ caravanas	bungalows / aptos		habitaciones		
			3 hab	2 hab	Base	Hostal(**)	Hotel(**)
temporada baja	476 €	565 €	582 €	611 €	646 €	653 €	701 €
temp. media/Julio	519 €	609 €	625 €	649 €	704 €	711 €	729 €
temp. alta al 27/8	529 €	627 €	647 €	679 €	718 €	725 €	779 €

Programa 2 Rincones y leyendas de los Pirineos (Media Montaña)

temporada baja	554 €	642 €	660 €	689 €	724 €	730 €	779 €
temp. media/Julio	605 €	695 €	711 €	735 €	790 €	797 €	815 €
temp. alta al 27/8	615 €	713 €	733 €	765 €	804 €	811 €	865 €

Programa 3 Parques pirenaicos, nivel Medio (Alta Montaña)

nivel	tienda camping	cabaña/ caravanas	bungalows / aptos		habitaciones		
			3 hab	2 hab	Base	Hostal(**)	Hotel(**)
temporada baja	521 €	609 €	627 €	656 €	691 €	698 €	746 €
temp. media/Julio	569 €	659 €	675 €	699 €	754 €	761 €	779 €
temp. alta al 27/8	579 €	677 €	697 €	729 €	768 €	775 €	829 €

Programa 4 Parques pirenaicos, nivel Medio/Alto (Alta Montaña)

temporada baja	562 €	659 €	668 €	697 €	732 €	738 €	787 €
temp. media/Julio	614 €	704 €	720 €	744 €	799 €	806 €	824 €
temp. alta al 27/8	624 €	732 €	742 €	774 €	813 €	820 €	874 €

Programa 5 Paredes y barrancos (Deportes de aventura)

nivel	tienda camping	cabaña/ caravanas	bungalows / aptos		habitaciones		
			3 hab	2 hab	Base	Hostal(**)	Hotel(**)
temporada baja	611 €	699 €	717 €	746 €	781 €	788 €	836 €
temp. media/Julio	669 €	759 €	775 €	799 €	854 €	761 €	879 €
temp. alta al 27/8	679 €	777 €	797 €	829 €	868 €	875 €	929 €

Programa 6 Multiaventura (Deportes de aventura)

temporada baja	599 €	687 €	705 €	734 €	769 €	775 €	824 €
temp. media/Julio	655 €	745 €	761 €	785 €	840 €	847 €	865 €
temp. alta al 27/8	665 €	763 €	783 €	815 €	854 €	861 €	915 €

temporada baja: 25 junio-2 julio, 2-9 julio y 9-16 julio, y 27 agosto-3 septiembre, 3-10 septiembre

- En estancias de catorce días, se pueden combinar dos programas diferentes. El descuento de **2º semana** es del **10 %** y se aplicará al programa de menor importe.
- Descuentos especiales a **grupos**. A partir de 12 personas. **5%**; Grupos a partir de 20 personas, **9%** (solo adultos).
- Suplemento habitaciones de **uso individual**:
 en apartamentos 2 habitaciones por semana: **110 € (Julio); 130 € (Agosto)**
 en apartamentos 3 habitaciones por semana: **80 € (Julio); 90 € (Agosto)**.
 en caravanas por semana: **50 € (Julio); 75 € (Agosto)**
 en Hotel (**) por semana: **120 € (Julio); 140 € (Agosto)**
 (En hostel es difícil y en habitaciones Base, según disponibilidad).

PRECIOS de las actividades opcionales

(cuando **no están incluidas** en el programa contratado)

Descenso de barrancos:

nivel iniciación: Berrós	32 €
nivel medio: Infierno y similares	42 €
nivel medio: Viu (grup min. 6 pax)	44 €
nivel alto: Estarón y similares	38 €

Rutas en bici:

ruta llana (Esterra-La Guingueta)	9 €
ruta media (Pla de la Font-Son)	28 €
ruta larga (Pla de Beret-Isil)	38 €
Curso escalada 3 h. (min. 4pax)	32 €

Rafting Llavorsí-Rialp	33 €
Rafting infantil: hasta la Moleta	19 €
Hidrospeed : Llavorsí-Pont Gulleri	44 €
Canoa-rafting :	44 €
Canoas de embalse, en K-2)	10 €
Paseo a caballo (dos horas)	33 €
Excursión todoterreno (S. J. l'Erm)	30 €
Exc. todoterreno + degustación	50 €
Puenting (primer salto)	23 €
Siguientes	18 €

organización y alojamientos

Pirineos 100 lagos

*Camino Real de Esterri s/n
Esterri d'Àneu. Pallars Sobirà. Lleida*

Otros programas

que se ofertan en Pirineos **simultáneamente**:

Caminando por el Parque Natural de l'Alt Pirineu: Caminando por el Parque Natural de l'Alt Pirineu: -especialmente senderista- la franja fronteriza del Pirineo menos humanizada: cumbres, lagos, barrancos y pueblos con arquitectura tradicional de piedra, entre el valle Noguera de Cardós y la Vall Ferrera:

Programa **nivel Medio**: hasta 700 m. desnivel/ día

Programa **nivel Medio/ Alto**: hasta 1.000 m. desnivel/ día

El Valle de los Singles: el verano para personas independientes y familias monoparentales, con un plan de actividades para cada día y una sorpresa para cada noche

Pirineos para niños: Campamento Base un plan de actividades de iniciación a los deportes de montaña, para niños **sin** los padres, a partir de los ocho años *-primer nivel-* y a partir de los trece años *-segundo nivel-*

Pirineos con niños: Papás con peques un plan de actividades, según la edad de los niños, **con** sus padres; mientras éstos realizan el programa que hayan elegido, entre cualquiera de los anteriores, simultáneamente los peques realizan el suyo propio con sus monitores.

Pedaleando por los bosques de Àneu, itinerarios escogidos por caminos forestales para aficionados a la **bicicleta todoterreno**, desde Esterri d'Àneu *-Centro BTT-*

Ruedas de Fuego, itinerarios espectaculares por el cielo del Pirineo en **vehículos 4x4**, para quienes quieran descubrir con su todoterreno, paisajes únicos por encima de **dos mil** metros.

Bailando por los Pirineos: mañanas con **actividades** de naturaleza, rutas de montaña y vacaciones con deportes de AVENTURA; tardes con **talleres** de Baile para aprender y practicar; y noches con **fiestas** originales en PLAZAS DEL PIRINEO con un marco especial

nivel **Montaña BÁSICA**: la montaña al alcance de todos
nivel **Montaña MEDIA**: senderismo y deportes de aventura

Programa JOVEN "de 20 a 30": Pirineos con su propio estilo; realizando rutas divertidas y deportes de aventura; exclusivo para jóvenes comprendidos entre estas edades

ALGUNOS DATOS DE LA INSTALACIÓN

El Centro "**Pirineos cien lagos**" es una instalación turística dedicada a la realización de actividades de **senderismo** y **deportes de montaña**, y tanto los **alojamientos**, como el **uso de los distintos servicios** están destinados **exclusivamente** a los participantes de los programas organizados por Gente Viajera. Dispone de todo cuanto es imprescindible para que los usuarios puedan sentirse cómodos durante los días de estancia, y permita a la organización cumplir los objetivos del programa que se haya elegido.

Tanto los espacios de uso común, como la zona de bungalows, habitaciones y acampada, están totalmente arbolados y el terreno mantiene hierba fresca casi todo el verano. Las dependencias están constituidas principalmente por edificios en **módulos** independientes y grandes **carpas** de lona con suelos de tarima. Contamos con **recepción-bar, terraza cubierta, cocina y comedor** con self-service, dos recintos de **servicios** higiénicos y duchas, área de **equipamiento** para actividades de montaña (bicicletas, neoprenos...), área para **talleres** y actividades, **salón social, discoteca** con escenario, **botiquín**, aparcamiento, equipos de sonorización y **emisora** para enlazar con nuestros vehículos y monitores en ruta, teléfono, etc...

*Siempre hay **otros pirineos** posibles, aunque ya hayas estado*