RAQUETAS DE NIEVE

Valle de Tena – Pirineo Aragonés

Fecha y hora de salida: viernes 2 de febrero a las 7:50 h desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso el martes día 6 a las 19'00 horas aproximadamente.
Desplazamiento: furgoneta y vehículos particulares. **Plazas:** 12
Punto de encuentro y hora: localidad de Gavín, en Biescas (Huesca), a las 18:00 horas. Los participantes podrán acompañar a los monitores durante el trayecto, cada uno en sus vehículos, hasta el punto de encuentro, siendo la salida a las 7:50 h en la puerta del pabellón polideportivo de la Uja.
Alojamiento: en apartamentos totalmente equipados (menaje, utensilios de cocina, toallas y ropa de cama, calefacción, etc).
Incluye: guía-monitor, seguro accidentes, material técnico (raquetas, bastones y crampones) y alojamiento.

<u>Material obligatorio</u>: **IMPORTANTE VER APARTADO AL RESPECTO.**

Para no comprometer la seguridad del grupo, el itinerario podrá ser modificado total o parcialmente por el monitor sin previo aviso. Igualmente podrá determinar qué persona está capacitada para continuar el itinerario o regresar al punto de partida.

PROGRAMA ACTIVIDAD

Viernes 2: Salida de Jaén a las 7'45 horas. Parada en Huesca a las 14:00 horas para el almuerzo (por cuenta del participante). Llegada a Gavín a las 18'00 horas aproximadamente, alojamiento y distribución en apartamentos.

Sábado 3: Itinerario 1: COL DE BIOUS. FÁCIL. 400 mts desnivel. 4 horas. Itinerario agradable que discurre por la vertiente francesa alcanzado la cabecera el circo de Aneous hasta el collado de Bious.

Domingo 4: Itinerario 2: IBONES DE ANAYET. MODERADO. 780 mts desnivel. 5 horas. Partiendo del aparcamiento Anayet de la estación de esquí de Formigal, remontamos el barranco de las Culibillas hasta llegar la gran meseta donde se encuentran los Ibones.

Lunes 5: Itinerario 3: VUELTA AL PIC DU PEYREGET. MODERADO. 800 mts. 5-6 horas. Recorrido circular en el pirineo francés que circunda el Pic de Peureget, de 2479 mts, con impresionantes vistas del Pic Midi d'Osseau y el Pico Anayet.

Martes 6: Salida a las 8'30 horas. Llegada a Jaén a las 19'00 horas aproximadamente.

Información general

Para esta actividad invernal de montaña, no hay que olvidar una serie de consejos:

Material obligatorio: para participar en dicha actividad será OBLIGADO llevar el siguiente material:

- ✓ **Botas de montaña para nieve:** botas resistentes al frío y nieve y adecuadas a la actividad**.**
- ✓ **Protección frente al sol:** gafas de nieve, crema solar para la piel y labios.
- ✓ **Protección frente al frío:** guantes y gorro de abrigo**.**
- ✓ **Durante las travesías:** mochila de montaña de unos 35-40 litros de capacidad para transportar dentro de ella lo necesario (crampones, comida, ropa de abrigo, agua, etc.) y con la posibilidad de colgar fuera de ella SOLO las raquetas.

Por seguridad, todo este material será revisado antes de la salida de Jaén, no permitiendo la participación a quién no cumpla este requisito.

- Para las actividades outdoor se aconseja ir vestido por capas, dando efectividad y versatilidad adaptándonos mejor a los cambios de temperatura.
  Primera capa: camiseta técnica que evacúe el sudor. Evitar prendas de algodón.
  Segunda capa: forro polar que nos aísle térmicamente aprovechando el calor corporal.
  Tercera capa: que nos protejan de la lluvia, del viento y que además sean transpirables (por ejemplo, chaquetas de gore-tex o parecido).
- Los apartamentos están en el pueblo de Gavín, cerca de Biescas, y están equipados con cocina y menaje, ropa de cama, calefacción, etc.
- Durante la actividad podéis llevar alimentos energéticos como frutos secos, chocolate, etc., y el pic-nic para el almuerzo.
- **EQUIPAJE REDUCIDO:** llevar solo lo necesario pues vamos justos de espacio. La comida se comprará en supermercados a nuestra llegada.
- Tanto el programa como los itinerarios podrán ser modificadas o anuladas por el monitor responsable, debido a factores ajenos a la organización (meteorología, estado de la nieve, condiciones adversas, etc). Cualquier otra circunstancia no contemplada será, sólo y exclusivamente responsabilidad del participante.
- **Normas del viaje:** con el fin de evitar situaciones que perjudiquen el desarrollo normal de dicha actividad, se pone en conocimiento las siguientes normas:
  - ✓ La actividad está organizada por el SAFYD de esta Universidad y por tanto no tiene carácter aislado ni individual.
  - ✓ El participante se compromete a realizar las actividades propuestas y obedecer en todo momento las indicaciones del monitor/es, entendiendo que se encuentra en condiciones físicas y técnicas suficientes para desarrollarlo con total normalidad. Para ello, se recomienda consultar la información acerca de las rutas, dificultad técnica y física, etc.
  - ✓ El monitor deberá tener conocimiento de cualquier eventualidad que ocurra y aprobar cualquier acción y/o decisión por parte de los participantes (ausencias y/o desplazamientos a otros lugares, etc). El resto del grupo está en la obligación de informar de cualquier situación o comportamiento que pueda ser perjudicial.

En general deberá evitar situaciones derivadas de sus propios actos que afecten al desarrollo del programa y la imagen de la Universidad, pudiendo ser expulsado al instante de la expedición sin derecho a la devolución del importe.

PARA CUALQUIER DUDA O CONSULTA PONERSE EN CONTACTO CON EL MONITOR RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD (JOSÉ MANUEL LARA: 607 157 983)