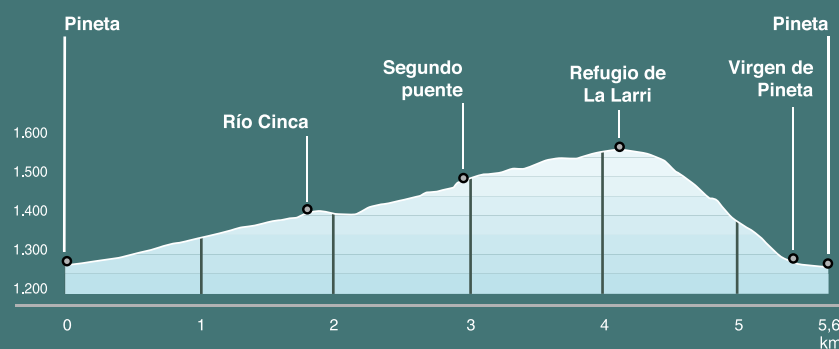


1 Aparcamiento de Pineta – La Larri

Se toma la pista forestal, restringida al tráfico, que nace del aparcamiento (1.280 m) que hay al final del valle de Pineta, antes de llegar al Parador Nacional. La pista asciende entre bosque y praderas y comparte camino con la ruta del Balcón de Pineta y de la cascada del Cinca y Faja Tormosa. Después de pasar junto a la fuente de Esquinarasnos y cruzar la palanca que salva el Cinca (1.400 m), a la izquierda se queda el sendero que se dirige a esos otros destinos. Se prosigue la marcha por la pista forestal, se cruza un segundo puente y tras unas revueltas se llega al refugio libre construido al pie del valle colgado o Plans de La Larri (1.560 m), desde donde se contempla la cara norte del macizo de Monte Perdido.

El retorno se hace por la pista forestal de subida hasta llegar al inicio de las revueltas. Aquí un sendero señalado con marcas rojiblancas del GR 11 desciende a la izquierda por el interior del bosque (es el mismo que corta las lazadas de la pista). El sendero baja culebreante y protegido por la espesura del arbolado hasta abocar a la Ermita de Pineta, junto al Parador Nacional.



MIDE			
severidad del medio natural	1	horario	2 h 20 min
orientación en el itinerario	2	desnivel de subida	390 m
dificultad en el desplazamiento	2	desnivel de bajada	390 m
cantidad de esfuerzo necesario	2	distancia horizontal	5,6 km
		tipo de recorrido	Circular

2 Aparcamiento de Pineta – Cascada Cinca / Faja Tormosa

Esta excursión parte del aparcamiento (1.280 m) que hay al final del valle de Pineta, antes de llegar al Parador Nacional. El primer tramo se aloja sobre la pista forestal de La Larri que asciende entre bosque y praderas y comparte camino con la ruta del Balcón de Pineta. Después de pasar junto a la fuente de Esquinarasnos y posteriormente cruzar la palanca que vadea el Cinca (1.400 m), se abandona a la izquierda por el sendero que asciende entre un bosque de hayas por la margen izquierda del barranco. Atraviesa una zona de helechos o felquera y llega a una bifurcación de senderos (1.700 m). Giramos a la izquierda, dejando el ramal que asciende hacia el Balcón en fuerte pendiente, y nos dirigimos hacia la cascada del Cinca que se precipita desde la planicie glacial del Balcón (2.520 m).

Se puede regresar desandando el camino hecho o alargando la excursión por la Faja Tormosa. Si elegimos esta segunda opción, habrá que cruzar la cascada y empezar a subir (hay un tramo corto habilitado con una cadena por su verticalidad). Sobre los 1.900 m, el sendero continúa de forma mucho más suave y dibuja una larga travesía horizontal por la ladera, salvando algunos barrancos y corredores. De este modo, se conecta con el GR 11 y se emprende el descenso por el interior del bosque en revueltas que se vuelven pendientes y pronunciadas a medida que se pierde altura. Finalmente, el sendero se funde con el camino que procede del Refugio Ronatiza-Pineta (1.240 m), ya en el fondo del valle, y siguiendo el GR 11 por la margen derecha del río Cinca, se regresa al punto de partida.

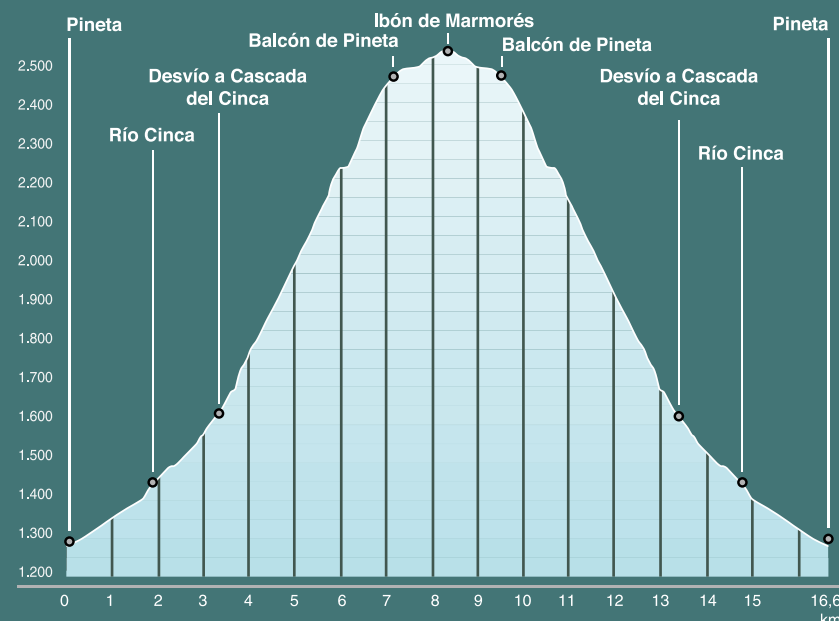


MIDE Pineta - Cascada del Cinca			
severidad del medio natural	1	horario	2 h 45 min
orientación en el itinerario	2	desnivel de subida	420 m
dificultad en el desplazamiento	2	desnivel de bajada	420 m
cantidad de esfuerzo necesario	2	distancia horizontal	7,5 km
		tipo de recorrido	Ida y vuelta

MIDE Pineta - Faja Tormosa - Pineta			
severidad del medio natural	3	horario	5 h 10 min
orientación en el itinerario	3	desnivel de subida	850 m
dificultad en el desplazamiento	3	desnivel de bajada	850 m
cantidad de esfuerzo necesario	3	distancia horizontal	12,3 km
		tipo de recorrido	Circular

3 Aparcamiento de Pineta – Balcón de Pineta

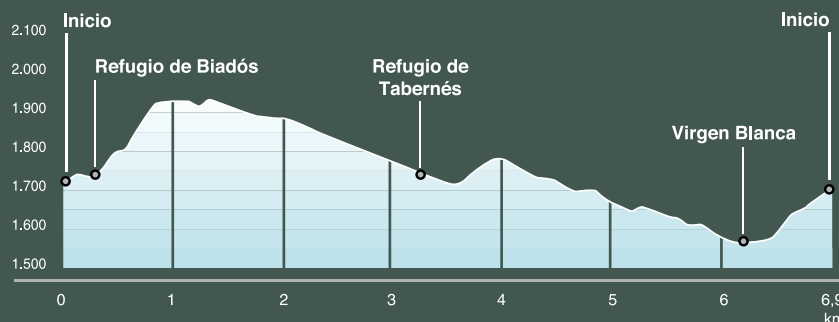
Esta excursión toma la pista forestal que se dirige a La Larri y que arranca en el aparcamiento (1.280 m) que se sitúa al final del valle de Pineta, antes de llegar al Parador Nacional. Sube entre espeso bosque y prados, pasa junto a la fuente de Esquinarasnos y nada más cruzar la palanca que salva el Cinca (1.400 m), se abandona a la izquierda por el sendero que asciende entre un bosque de hayas por la margen izquierda del barranco. Atraviesa una zona de helechos o felquera y deja un ramal a la izquierda (1.700 m) que se adentra hasta la base de la gran cascada del Cinca que desciende desde el Balcón. El sendero prosigue en dura y continua pendiente por terreno pedregoso, pero con un trazo muy marcado. Sigue ascendiendo con fuerte desnivel, zigzagueando y ganando altura rápidamente hasta que rebasa un estrechamiento conocido como "el embudo" (atención a este pasaje pues puede acumular nieve hasta bien entrado el verano, requiriendo en este caso el uso de piolet y crampones para superarlo) antes de alcanzar definitivamente el Balcón de Pineta (2.520 m). Cabe la posibilidad de prolongar 30 minutos más la excursión y acercarse hasta el Ibón de Marmorés (2.590 m). No perderse el espectáculo visual que se disfruta desde esta planicie y mirador natural sobre la grandiosidad del Monte Perdido y la morfología glacial del valle de Pineta o Valle Verde. El regreso se efectúa siguiendo el mismo itinerario de subida.



MIDE			
severidad del medio natural	4	horario	7 h 30 min
orientación en el itinerario	3	desnivel de subida	1.310 m
dificultad en el desplazamiento	3	desnivel de bajada	1.310 m
cantidad de esfuerzo necesario	4	distancia horizontal	16,6 km
		tipo de recorrido	Ida y vuelta

4 Refugio de Biadós – Tabernés – Virgen Blanca - Refugio de Biadós

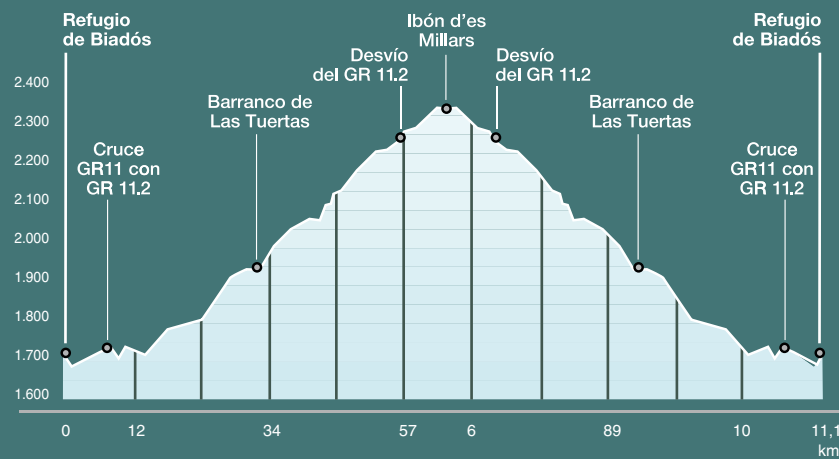
Se inicia la ruta S-8 del Parque Natural Posets-Maladeta en el Refugio de Biadós (1.741 m), accesible por la pista rodada que remonta el valle del Zinqueta desde los pueblos de la Bal de Chistau. Se toma el camino que gana altura rápido y se dirige a Bachimala. Al cabo de un rato se conecta con una pista y sin perder cota al principio progresa hacia los llanos de Tabernés donde se sitúa el refugio libre (1.740 m). Desciende hacia esta cabaña y se dirige a cruzar el puente del río Zinqueta de la Pez donde enlaza con el sendero PR-HU 114 que desciende por la margen derecha del valle paralela al río y que nos conducirá al campamento Virgen Blanca. Una vez en el campamento hay que ascender hasta el punto de inicio siguiendo las marcas blancas y rojas del GR 11 que acorta la pista de acceso al Refugio de Biadós.



MIDE			
severidad del medio natural	1	horario	2 h 45 min
orientación en el itinerario	2	desnivel de subida	440 m
dificultad en el desplazamiento	2	desnivel de bajada	440 m
cantidad de esfuerzo necesario	2	distancia horizontal	6,9 km
		tipo de recorrido	Circular

5 Refugio de Biadós – Ibón d'es Millars

Desde el Refugio de Biadós (1.741 m), accesible por la pista rodada que remonta el valle del Zinqueta desde los pueblos de la Bal de Chistau, se siguen las marcas blancas y rojas del GR 11 que atraviesan las bordas y prados de Biadós. Al llegar a la bifurcación de GR11 y GR11.2 se tuerce a la derecha por esta última a cruzar el Zinqueta d'Añes Cruzes, teniendo como referencia visual en el horizonte la impresionante mole de la Tuca Llardana o pico Posets (3.369 m). El sendero comienza a remontar progresivamente la margen derecha del barranco de La Ribera protegida por la sombra que le procura el bosque. Cruzamos el barranco lateral de Las Tuertas y nos dirigimos hacia la izquierda del Tozal Blanco (2.565 m). Sin llegar a él, sobre la cota 2.280 m se abandona el sendero principal que continúa hacia la Collada de la Forqueta y nuestra senda gira a la derecha hacia una pleta o umbral rocoso a cuya espalda se intuye que descansa el ibón represado d'es Millars (2.353 m), bajo un escarpado circo rocoso. El regreso se efectúa siguiendo el mismo itinerario.

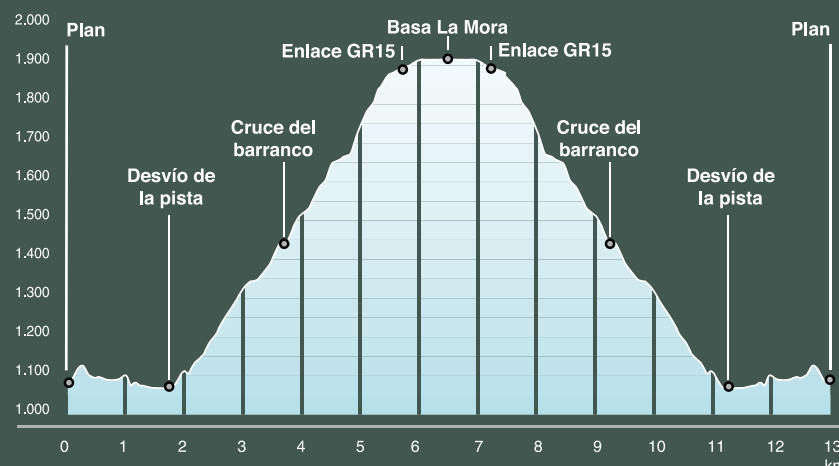


MIDE			
severidad del medio natural	2	horario	4 h 30 min
orientación en el itinerario	2	desnivel de subida	730 m
dificultad en el desplazamiento	2	desnivel de bajada	730 m
cantidad de esfuerzo necesario	3	distancia horizontal	11,1 km
		tipo de recorrido	Ida y vuelta

6 Plan – Basa La Mora

Dirigirse desde Plan (1.120 m) por carretera a las piscinas que se sitúan al otro lado del Zinqueta en dirección al Puerto de Saüc y Chía. Desde este lugar se sigue el PR-HU 37 a través de una cómoda pista que discurre paralela a la margen izquierda del río en dirección al embalse de Plan d'Escún hasta encontrar el entrador del sendero un par de kilómetros después.

El sendero trepa por el interior de la espesura del bosque que puebla las laderas de la Peña d'el Mediodía. En fuerte pendiente el áspero camino va remontando y cruzando el curso del barranco del Ibón. Al salir del bosque, conecta con el sendero GR 15 que procede desde Saravillo y el Refugio de Labasar y continúa al otro lado de la montaña hacia Armeña y Barbaruens. Siguiendo las marcas blanquirojas de este GR se alcanza llanear entre prados este mágico y legendario ibón pirenaico (1.910 m), cobijado en un pequeño valle glacial colgado rodeado de un buen número de puntas y peñas que superan los 2.600 m, en el que la mora encantada se aparece en sus aguas cada noche de San Juan. El regreso se efectúa siguiendo el mismo itinerario.



MIDE			
severidad del medio natural	2	horario	5 h 30 min
orientación en el itinerario	2	desnivel de subida	930 m
dificultad en el desplazamiento	3	desnivel de bajada	930 m
cantidad de esfuerzo necesario	3	distancia horizontal	13 km
		tipo de recorrido	Ida y vuelta

Para disfrutar con seguridad de tus excursiones
3 sigue estos sencillos pasos

PLANIFICA la actividad
EQUIPA tu mochila
ACTÚA con prudencia



¿Y SI ALGO NO SALE BIEN?

En caso de emergencia...

- Analiza la situación con serenidad y actúa con sensatez
- Protege al herido y si estás capacitado, practica los primeros auxilios
- Avisa al 112 de la forma más rápida

Haz un uso responsable del 112, alguien puede necesitarlo más que tú



Señales internacionales de socorro

Señales de pie, inmóvil, brazos extendidos, frente al helicóptero



Mensaje de alerta

Identidad, edad, número de heridos
Lugar del accidente
¿Responde, sangra, respira, tiene dolor?
Condiciones meteorológicas en el lugar del accidente

Teléfonos de interés

- Refugios de la FAM (guardados todo el año)**
- Refugio Lizara, Aragón del Puerto (Hu) Tel. 974 348 433
 - Refugio Respomuso, Sallent de Gállego (Hu) Tel. 974 337 556
 - Refugio de los Ibones de Bachimaña (Hu) Tel. 697 126 967
 - Refugio Casa de Piedra, Bañerario de Panticoosa (Hu) Tel. 974 487 571
 - Refugio Góriz, Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido (Hu). Tel. 974 341 201
 - Refugio Pineta, Bielsa (Hu) Tel. 974 501 203
 - Refugio Estós, Benasque (Hu) Tel. 974 344 515
 - Refugio Ángel Orús, Eriste (Hu) Tel. 974 344 044
 - Refugio La Reclusa, Benasque (Hu) Tel. 974 344 646
 - Escuela de Montaña Benasque, Benasque (Hu) Tel. 974 552 019
 - Refugio Riglos, Riglos (Hu). Tel. 974 383 051
 - Escuela-Refugio de Alquézar, Alquézar (Hu). Tel. 974 318 966

- Albergue de Morata, Morata de Jalón (Z)**
Tel. 976 818 155
- Refugio Rabadá y Navarro, Camarena de la Sierra (Te)**
Tel. 974 486 083

- Otros refugios**
- Refugio Linza, Ansó (Hu) Tel. 974 348 289
 - Refugio Gabardito, Valle de Hecho (Hu) Tel. 974 375 387
 - Refugio de Bujaruelo, Torla (Hu) Tel. 974 486 412
 - Refugio de Biadós, Gistain (Hu) Tel. 974 341 613 / 669 230 078

- Webs de interés**
- www.montanasegura.com
 - www.fam.es
 - www.aemet.es
 - www.alberguesyrefugiosdearagon.com

