

1 Circuit en boucle: los Mallos de Riglos

Itinéraire en boucle balisé. Intérêt ornithologique. Il débute dans le centre de Riglos, près du lavoir. Prenez la rue indiquée par un poteau qui monte vers une petite place. Riglos est le seul point d'eau pour vous approvisionnez. Continuez par la rue de droite et à l'extérieur du village, suivez les marques rouges et blanches du GR 1 jusqu'au poteau qui indique l'itinéraire en boucle, juste avant d'arriver à la bifurcation de la chapelle de Santa Cruz. Le sentier commence à monter parmi les buissons et après de nombreux lacets, il se dirige vers les mallos (roches caractéristiques, type cheminée de fée) les plus orientaux, bordant à droite l'Aguja Roja.

La montée continue doucement vers la partie la plus haute où se trouve le point de vue d'Espinalba (ou Espinabla), avec ses vues magnifiques sur les Mallos Pisón et Firé. Le sentier continue en direction nord pour ensuite tourner à gauche (ouest) et commencer à descendre. Il passe par un autre point de vue, vers le Col de Firé.

Le sentier, glissant, commence alors à descendre brusquement vers les murailles de pierre imposantes où nichent de nombreux rapaces.

Il passe ensuite au pied du Mallo Pisón (attention aux chutes de pierres s'il y a des escaladeurs) pour déboucher au point de départ, à l'entrée de Riglos.



MIDE			
Difficultés du milieu naturel	2	Horaire	2 h 15 min
Orientation durant l'itinéraire	2	Dénivelé positif (en montée)	385 m
Difficultés de déplacement	3	Dénivelé négatif (en descente)	385 m
Quantité d'efforts nécessaires	2	Distance horizontale	5,2 km
		Type de parcours	En boucle

2 Foz de Salinas et Col de l'Osqueta

Partez de la rue Baja en prenant une ruelle étroite en direction sud jusqu'au pont piétonnier qui traverse le fleuve Asabón. Suivez le sentier parallèle au fleuve pour déboucher sur une piste entre les champs qui passe à côté d'un petit enclos. Après avoir traversé le ravin de salinas, abandonnez la piste et prenez à gauche un sentier étroit en direction sud. Le sentier grimpe, traversant une entaille profonde creusée dans les murailles de Pierre, la Foz de Salinas. Vous arrivez à une impressionnante cascade qui saute entre de gros blocs de pierre volcanique. On la traverse par un petit pont de pierre, situé à sa base.

Le sentier continue en lacets par la pente escarpée et après avoir passé par la Fuente de la Rata o de la Sal, vous pénétrez dans une forêt épaisse de chênes rouvres, ou rouvraie, et atteignez l'église, le premier bâtiment du village abandonné de Salinas Viejo. Continuez jusqu'à traverser le ravin de Salau et monter jusqu'au Col de la Osqueta.

Le retour se fait par le même chemin.

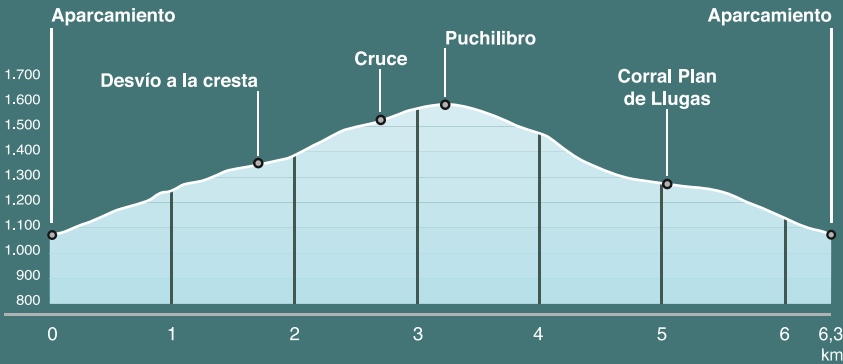


MIDE			
Difficultés du milieu naturel	2	Horaire	3 h 20 min
Orientation durant l'itinéraire	2	Dénivelé positif (en montée)	560 m
Difficultés de déplacement	2	Dénivelé négatif (en descente)	560 m
Quantité d'efforts nécessaires	3	Distance horizontale	8,9 km
		Type de parcours	Aller-retour

3 Loarre-Puchilibro

Près du parking du Château de Loarre, un panneau indique le départ des sentiers vers Rasal et vers le Pic du Puchilibro. L'itinéraire traverse un grand champ dans sa partie supérieure. De l'autre côté, vous trouvez un panneau indiquant les bifurcations des sentiers vers Rasal et El Puchilibro. Commencez à monter par la rive droite d'une petite vallée. Lorsque la forêt s'éclaircit, dans la partie supérieure du sentier, prenez la piste de Loarre à La Paul de Aniés et el Puzo. Après quelques mètres en direction Est sur cette piste, prenez de nouveau le sentier à gauche sur un petit talus. Montez pour atteindre une arête rocheuse par laquelle vous continuez l'ascension. Plus la pente est raide, plus les vues sur la plaine sont belles. Vous atteignez la plateforme supérieure de la crête sommitale du Puchilibro. Sur cette plateforme, couverte de genêts hérissés et de quelques pins, se trouve la croisée qui mène au sommet du Pic de Puchilibro et son point géodésique. Redescendez ensuite par le même sentier jusqu'à la plateforme et prenez le chemin en direction de Rasal en suivant l'arête ouest. Après avoir suivi ce sentier pendant peu de temps, prenez-en un autre, mieux tracé, entre les pins et qui mène à la piste goudronnée du répéteur. En la traversant, vous arrivez à une prairie, le Plan de Lugas, en laissant d'un côté la bifurcation vers Rasal pour rejoindre l'ancien chemin de Loarre à Rasal. La descente se fait entre des genêts et une abondante végétation, parallèlement à la ligne électrique et à ses poteaux en bois.

Vous arrivez à un faux col après les Mallos de Loare. Là, le sentier descend rapidement par la rocaille jusqu'à la pinède pour arriver de nouveau à la croisée des chemins près du grand champ. En le traversant, vous revenez au parking du château.



MIDE			
Difficultés du milieu naturel	2	Horaire	3 h
Orientation durant l'itinéraire	3	Dénivelé positif (en montée)	515 m
Difficultés de déplacement	3	Dénivelé négatif (en descente)	515 m
Quantité d'efforts nécessaires	3	Distance horizontale	6,3 km
		Type de parcours	En boucle

4 Foz d'Escalete

Itinéraire balisé dans la région d'Hoya de Huesca. Il suit des pistes et des tronçons de sentiers marqués PR ou GR, ce qui facilite la randonnée. Il faut cependant faire attention aux croisées et aux bifurcations. A partir du village de la Peña Estación, en direction ouest par le passage supérieur des lignes de chemin de fer, prenez une piste entre les champs de culture en direction de Molino de Yeste et du fleuve Gállego. La piste passe en dessous de la nouvelle rocade en prenant la vieille route et traverse le pont sur le Gállego. Une fois passé le pont, à environ 150 m à droite, une piste descend en direction sud-est pour traverser le fleuve de la Garonne près de la chapelle de San Sebastián. Elle traverse de grandes étendues agricoles jusqu'au pied du mont et de la Foz de la Garoneta. Le chemin monte doucement en direction sud-ouest jusqu'à la Pardina de Casablanca. Il continue par une piste en descendant en direction nord jusqu'au ravin de Forcallo. Laissez à gauche la bifurcation du PR-HU 96 et descendez par la piste balisée GR-95 en direction nord-ouest vers la Pardina de Escalete. Suivez le tracé de la piste principale qui conduit à Pardina et ensuite à la Foz de Escalete. Après avoir traversé la Foz, descendez par la piste et cherchez le passage à niveaux pour traverser la voie ferrée. Continuez en direction Est entre les champs de culture pour arriver au point de départ de l'itinéraire.



MIDE			
Difficultés du milieu naturel	2	Horaire	4 h 10 min
Orientation durant l'itinéraire	2	Dénivelé positif (en montée)	385 m
Difficultés de déplacement	2	Dénivelé négatif (en descente)	385 m
Quantité d'efforts nécessaires	3	Distance horizontale	16,5 km
		Type de parcours	En boucle

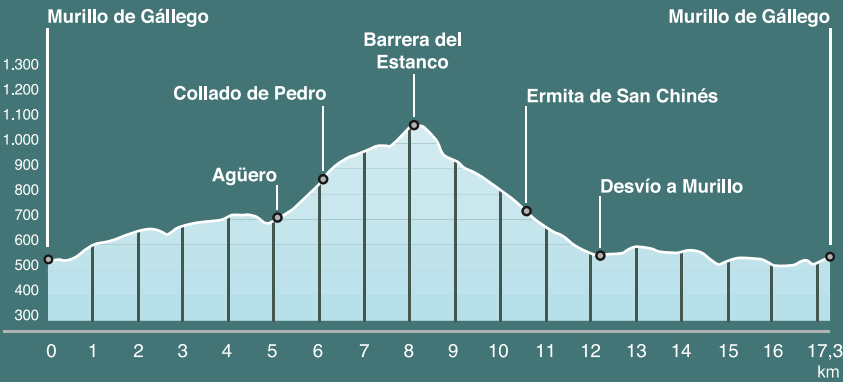
5 Itinéraire circulaire Murillo de Gállego-Agüero-Carcavilla

A partir de la place de Murillo de Gállego, prenez le sentier GR 1 par la Cuesta Nanalo, en passant par les champs de Saso et Tuero en direction de la Collada Os Muertos. Vous arrivez à Agüero en traversant la route. Suivez ses rues médiévales en direction nord-ouest pour arriver à la route du cimetière et ensuite un sentier (balisé par la Commune) qui monte par la rive droite du ravin de la Fuente del Piojo.

Prenez une piste à la Collada de Pedro, un poteau indique la bifurcation à prendre : quelques mètres à droite sur la piste et ensuite abandonnez-la à gauche pour prendre un sentier. Il se poursuit entre d'anciennes bandes de buissons et d'arbustes. Le sentier, après avoir passé quelques ruines et des anciennes cultures, continue en direction sud-est jusqu'au Col de Barrera l'Estando. La descente commence alors vers le fleuve Gállego en suivant un sentier, qui après la chapelle de San Chinés, débouche sur une piste forestière près de Carcavilla. Sans entrer à Carcavilla, dans un virage fermé de la piste (et à côté d'une tour à haute tension), prenez à droite le sentier communal vers Murillo de Gállego.

Continuez par un sentier étroit, à mi-versant et au dessus de la route qui mène à une zone de champs cultivés. Vous devez les longer par la partie supérieure.

Enfin, en suivant un ancien chemin à cheval encadré par de vieux murs de pierres, vous arrivez aux portes de Murillo de Gállego.



MIDE			
Difficultés du milieu naturel	3	Horaire	5 h 20 min
Orientation durant l'itinéraire	2	Dénivelé positif (en montée)	675 m
Difficultés de déplacement	3	Dénivelé négatif (en descente)	675 m
Quantité d'efforts nécessaires	3	Distance horizontale	17,3 km
		Type de parcours	En boucle

PLANIFIEZ l'activité

- Choisissez une activité adaptée à l'expérience du groupe
- Calculez l'horaire prévu, les distances et les dénivélés que vous devrez affronter
- Consultez les informations météorologiques
- Préparez une alternative au cas où vous devez écouter l'activité
- Indiquez où vous partez et l'heure à laquelle vous avez prévu de rentrer



ÉQUIPEZ votre sac à dos

- Chaussure appropriées
- Vêtements chauds
- Imperméable
- Casquette et protection solaire
- Eau et nourriture en abondance
- Carte, boussole et GPS
- Téléphone portable avec la batterie chargée
- Trousse à pharmacie
- Lampe de pocheou frontale
- Sifflet



AGISSEZ avec prudence

- Commencez l'activité à une heure prudente
- Vérifiez constamment que les autres participants s'amuse
- Ne vous séparez pas de vos partenaires, et ne laissez jamais personne seul
- Si cela est nécessaire, tenez compte des alternatives plus courtes ou revenez sur vos pas et revenez un autre jour
- Buvez et mangez convenablement, protégez-vous du soleil
- Utilisez des cartes pour vous guider et votre calcul du temps pour vous assurez que vous êtes dans les temps
- Vérifiez que les conditions météorologiques ne supposent pas de risque



Pour profiter de vos excursions en toute sécurité suivez ces quelques recommandations

PLANIFIEZ votre activité
PRÉPAREZ votre sac à dos
SOYEZ prudent



ET SI QUELQUE CHOSE VA MAL?

En cas d'urgence...

- Analysez la situation calmement et agissez en faisant preuve de bon sens
- Protégez la personne blessée et si vous avez une formation, utilisez les premiers soins
- Prévenez rapidement le 112

Faites bon usage du 112. Quelqu'un pourrait en avoir plus besoin.



Signaux internationaux de secours

Signaux debout, immobile, bras étendus, face à l'hélicoptère



YES

J'ai besoin d'aide



NO

Tout va bien

Message d'alerte

Identité, âge, nombre de blessés

Lieu de l'accident

Le blessé répond? Il saigne?

Il respire? Il a mal?

Conditions météorologiques sur le lieu de l'accident

Numéros de téléphones d'utilité

Refuges de la FAM (gardés toute l'année)

Refugio Lizara, Aragüés 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 Panticosa (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 Renclusa, Benasque (Hu)
Tel. 974 344 646

Escuela de Montaña Benasque, Benasque (Hu)
Tel. 974 552 019

Refugio Cap de Llauset, Montanuy (Hu)
Tel. 974 120 400

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 Rabadáy Navarro, Camarena de la Sierra (Te)
Tel. 978 768 083

Otros refugios

Refugio Linza, Ansó (Hu)

Tel. 974 348 289

Refugio Cabardito, Valle de Hecho (Hu)

Tel. 974 375 387

Refugio de Bujaruelo, Torla (Hu)

Tel. 974 486 412

Refugio de Viadós, Gistain (Hu)

Tel. 974 341 613 / 974 506 082

Pages web utiles

www.montanasegura.com
www.fam.es
www.aemet.es
www.alberguesyrefugiosdearagon.com



Votre opinion nous intéresse
#montanasegura