

¿Estoy preparado para la ascensión?



Autoevaluación



1 Ruta sur desde la Pradera de Ordesa

**TRAMO 1** Partiendo de la **Pradera de Ordesa (1.320 m)** el itinerario remonta el valle del Arazas por el sendero GR 11, pasando por las **Gradas de Soaso (1.730 m, 2 h 10 min)** hasta alcanzar el Circo de Soaso y la **cascada Cola de Caballo (1.775 m, 2 h 40 min)**. Se cruza la palanca y enseguida podemos tomar dos opciones: continuar el sendero en cómodas lazadas por el Camino de los Machos, o la más atlética y aérea de salvar de forma directa este tramo por las clavijas y cadenas de Soaso. Ambas alternativas confluyen por encima del umbral rocoso y continúan ya por sendero único hasta el **Refugio de Góriz (2.200 m, 4 h 10 min)**. Es habitual hacer noche en el refugio, planteando la ascensión en dos días. Consultar disponibilidad.


**TRAMO 2** El camino a Monte Perdido desde Góriz se encuentra señalizado por hitos y toma dirección NE, superando unos lomos rocosos y algún que otro paso en el que deberemos apoyar las manos, antes de llegar a un laberinto de grandes bloques de piedra. Cualquiera de los itinerarios marcados con hitos sirve para salvar esta abrupta zona. En la parte final de este tramo se vadea un pequeño barranco, casi siempre helado, con la ayuda de una cadena de seguridad y tras el que se la que accede al **Ibón Helado (2.990 m, 2 h 25 min desde el Refugio de Góriz, 6 h 35 min desde la Pradera)**.


**TRAMO 3** Desde el ibón la ruta toma dirección SE y afronta las últimas pendientes, primero por una morrena lateral y después por la misma canal, conocida popularmente como **La Escupidera** (con nieve y hielo se hace imprescindible material técnico de alta montaña: piolet, crampones y cuerda, y experiencia en su uso). Al final de la canal se alcanza un collado que en pocos minutos nos lleva a la **cima de Monte Perdido (3.348 m, 1 h 10 min desde el Ibón Helado, 3 h 35 min desde el Refugio de Góriz, 7 h 45 min desde La Pradera)**.

El **regreso** se hace siguiendo el mismo itinerario (**desde la cima 2 h 35 min al Refugio de Góriz, 6 h 15 min a la Pradera de Ordesa**).

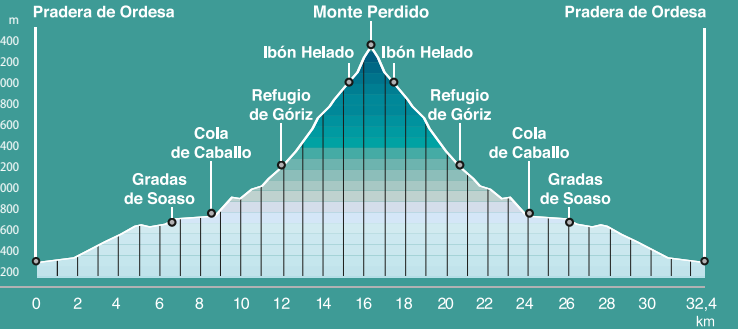
MIDE				
severidad del medio natural	4	 	14 h	
orientación en el itinerario	3	 	2045 m	
dificultad en el desplazamiento	3	 	2045 m	
cantidad de esfuerzo necesario	5	 	32,4 km	
pendiente de nieve	30º	 		
pasos de escalada	I*		Tiempos MIDE sin paradas	

MIDE				
Góriz-Monte Perdido-Pradera de Ordesa				
severidad del medio natural	4	 	9 h 50 min	
orientación en el itinerario	3	 	1145 m	
dificultad en el desplazamiento	3	 	2045 m	
cantidad de esfuerzo necesario	4	 	20,7 km	
pendiente de nieve	30º	 		
pasos de escalada	I*		Tiempos MIDE sin paradas	

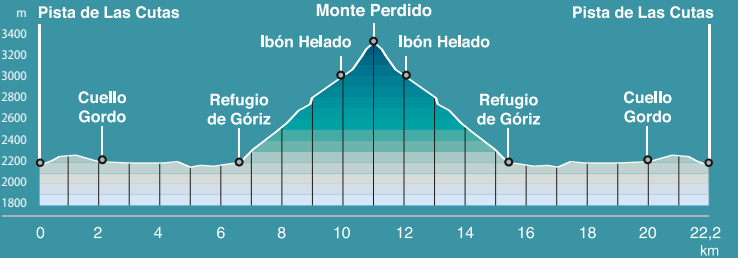
**Horario** Tiempos sin paradas, calculados según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado. ¿Qué es el MIDE?



<b>Pradera de Ordesa - Cola de Caballo</b> Tiempo parcial <b>2 h 40 min</b> Tiempo acumulado <b>2 h 40 min</b>	<b>Ibón Helado - Monte Perdido</b> Tiempo parcial <b>1 h 10 min</b> Tiempo acumulado <b>7 h 45 min</b>
<b>Cola de Caballo - Refugio de Góriz</b> Tiempo parcial <b>1 h 30 min</b> Tiempo acumulado <b>4 h 10 min</b>	<b>Monte Perdido - Refugio de Góriz</b> Tiempo parcial <b>2 h 35 min</b> Tiempo acumulado <b>10 h 20 min</b>
<b>Refugio de Góriz - Ibón Helado</b> Tiempo parcial <b>2 h 25 min</b> Tiempo acumulado <b>6 h 35 min</b>	<b>Refugio de Góriz - Pradera de Ordesa</b> Tiempo parcial <b>3 h 40 min</b> Tiempo acumulado <b>14 h</b>



<b>Pista de las Cutas-Cuello Gordo</b> Tiempo parcial <b>40 min</b> Tiempo acumulado <b>40 min</b>	<b>Refugio de Góriz-Ibón Helado</b> Tiempo parcial <b>2 h 25 min</b> Tiempo acumulado <b>4 h 20 min</b>	<b>Monte Perdido-Refugio de Góriz</b> Tiempo parcial <b>2 h 35 min</b> Tiempo acumulado <b>8 h 05 min</b>
<b>Cuello Gordo-Refugio de Góriz</b> Tiempo parcial <b>1 h 15 min</b> Tiempo acumulado <b>1 h 55 min</b>	<b>Ibón Helado-Monte Perdido</b> Tiempo parcial <b>1 h 10 min</b> Tiempo acumulado <b>5 h 30 min</b>	<b>Refugio de Góriz-Pista de las Cutas</b> Tiempo parcial <b>1 h 55 min</b> Tiempo acumulado <b>10 h</b>



2 Ruta sur desde la Pista de las Cutas

Desde la **Pista de las Cutas bajo el Pico Mondizieto (2.180 m)**, se toma al NE el espectacular camino sobre el valle de Ordesa y que pasando por **Cuello Gordo (2.188 m, 40 min)** y bajo la Sierra Custodia, sin apenas desnivel conduce hasta las inmediaciones del **Refugio de Góriz (2.200 m, 1 h 55 min)**.

A partir de Góriz el recorrido hasta la cima continúa por los **Tramos 2 y 3** descritos en la **Ruta 1** que proviene de la Pradera de Ordesa. Desde el inicio en la Pista de las Cutas a la **cima de Monte Perdido (3.348 m), 5 h 30 min**.

El **regreso** se hace siguiendo el mismo itinerario (**desde la cima 2 h 35 min al Refugio de Góriz y 4 h 30 min a la Pista de las Cutas**).

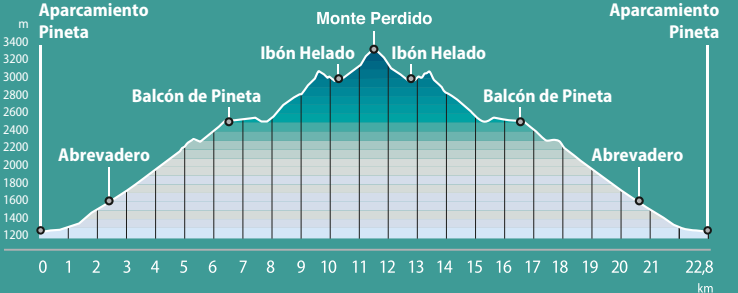
MIDE				
severidad del medio natural	4	 	10 h	
orientación en el itinerario	3	 	1285 m	
dificultad en el desplazamiento	3	 	1285 m	
cantidad de esfuerzo necesario	4	 	22,2 km	
pendiente de nieve	30º	 		
pasos de escalada	I*		Tiempos MIDE sin paradas	

3 Ruta norte desde Pineta

Desde el **aparcamiento al final del valle de Pineta (1.280 m)** se toma el **Camino a Marboré**. Tras dejar varios desvíos y superar un abrevadero, el camino va ganando altura en una larga subida por terreno herboso. Justo antes de alcanzar el **Balcón de Pineta (2.520 m, 4h)** mucha atención al paso de **el embudo**, ya que puede acumular nieve hasta entrado el verano (piolet, crampones y habilidades en su uso). Una vez en el Balcón, los hitos conducen al Ibón de Marboré (2.590 m). Se puede hacer noche en el refugio libre de Tuca Roya si se quiere partir la ascensión en dos días (a 30 minutos del ibón, 2.666 m). Poco antes del ibón el recorrido toma dirección S hacia la imponente cara norte del Monte Perdido con su glaciar. Una característica loma gris que desciende hacia el valle marca el lugar por donde continúa la ascensión, hasta dar con una barrera rocosa sobre la cota 2.730 m. No debemos seguir por la chimenea que encontramos de frente, sino que buscaremos el paso adecuado por otra apenas 150 m hacia la izquierda, y que se identifica por unas marcas rojas pintadas sobre la pared. Para superar esta chimenea se requieren habilidades de trepada (material aconsejable, en su parte superior existen dos anclajes fijos para equipar el ascenso o descenso, de unos 20 m). Superada la barrera rocosa, el itinerario va rodeando los restos del glaciar hacia el **Collado del Cilindro (3.071 m)**, que suele conservar nieve hasta entrado el mes de agosto (piolet, crampones y habilidades en su uso). Desde el collado una aérea vira descendente a la derecha permite alcanzar, tras un pequeño destrepe, el **Ibón Helado (2.990 m, 6 h 10 min)**, lugar donde nuestra ruta coincide ya hasta la cima con el **Tramo 3** de la **Ruta 1** que proviene del sur. Desde el inicio en Pineta a la **cima de Monte Perdido (3.348 m), 7 h 20 min**.

El **regreso** se realiza siguiendo el mismo itinerario a partir del Ibón Helado (**desde la cima 4 h 40 min al Aparcamiento de Pineta**).

<b>Aparcamiento de Pineta-Balcón de Pineta</b> Tiempo parcial <b>4 h</b> Tiempo acumulado <b>4 h</b>	<b>Ibón Helado-Monte Perdido</b> Tiempo parcial <b>1 h 10 min</b> Tiempo acumulado <b>7 h 20 min</b>	<b>Ibón Helado-Balcón de Pineta</b> Tiempo parcial <b>1 h 20 min</b> Tiempo acumulado <b>9 h 20 min</b>
<b>Balcón de Pineta-Ibón Helado</b> Tiempo parcial <b>2 h 10 min</b> Tiempo acumulado <b>6 h 10 min</b>	<b>Monte Perdido-Ibón Helado</b> Tiempo parcial <b>40 min</b> Tiempo acumulado <b>8 h</b>	<b>Balcón de Pineta-Aparcamiento de Pineta</b> Tiempo parcial <b>2 h 40 min</b> Tiempo acumulado <b>12 h</b>



LA ESCUPIDERA

Las tres rutas de ascensión contempladas obligan SIEMPRE a atravesar La Escupidera. Se trata de un tramo con gran inclinación donde la nieve acostumbra a permanecer hasta bien entrado el verano. Además la pendiente termina en un cortado, escenario -en condiciones de nieve- de un importante número de accidentes y fallecidos.

Antes de iniciar la ascensión, deberemos preguntar en los refugios de Góriz o Pineta sobre su estado, y ante la existencia de nieve llevar piolet y crampones y tener habilidad en su uso para autodetener una caída. También puede consultarse esta información a través de la página web de alberguesyrefugios.com, accediendo desde cada refugio al estado actualizado de las rutas. Una vez se ha retirado la nieve La Escupidera es sólo un tramo de mucha pendiente, bastante incómodo de superar al tratarse de pedriza suelta pero sin mayor peligro.



LAS CHIMENEAS DE LA RUTA NORTE

La ruta que proviene de Pineta por el norte, en su tramo entre el Balcón de Pineta y el Collado del Cilindro, supera una barrera rocosa con dos posibles pasos, siendo uno de ellos más recomendable que el otro.

Los hitos que marcan el recorrido desde el Lago de Marboré conducen directamente a la base de la muralla, donde se localiza de frente una primera chimenea. Sin embargo, desplazándonos unos 150 metros a nuestra izquierda encontraremos otra chimenea de unos 20 m de altura y que resulta más recomendable. Se identifica fácilmente porque está señalizada mediante unas marcas de pintura roja sobre la pared.

Para superarla son necesarias habilidades de trepada, siendo aconsejable llevar material técnico de escalada (cuerda de 40 m y material para asegurar y descender). En la parte superior se encuentran instalados dos anclajes fijos para facilitar todas las maniobras.




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

## PLANIFICA la ascensión


- Asegúrate de que el grupo está capacitado para la ascensión
- Calcula el horario previsto, distancias y desniveles que debes superar
- Consulta la previsión meteorológica
- Prepara un plan alternativo por si tienes que acortar la actividad
- Avisa a dónde vas y el horario en el que tienes previsto regresar

## EQUIPA tu mochila



## ACTÚA con prudencia

- Inicia la actividad a una hora prudente
- Valora de forma constante que el grupo está disfrutando
- No te separes de tus compañer@s, ni dejes a nadie sol@
- Si es necesario, ten en cuenta las alternativas más cortas o darte la vuelta y volver otro día
- Bebe y come adecuadamente, protégete del sol y del frío
- Utiliza los mapas para guiarte y tu previsión de horario para asegurarte de que vas sobre lo previsto
- Comprueba que la meteorología no supone un riesgo



ilustraciones: M.Felices

Por tu seguridad, sigue aprendiendo

Ficha de declaración de intenciones para montañer@s solitari@s



Lo que debes saber si quieres llamar al 112 en montaña



Aprende a enviar tu ubicación desde el móvil



Si llevas tu móvil, llevas un GPS (y mapa!)



¿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 capacitad@, practica los primeros auxilios
- Avisa al 112 de la forma más rápida

**112** 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



**YES**  
Necesito ayuda



**NO**  
Todo va bien

**Mensaje de alerta**

Identidad, edad, número de herid@s  
Lugar del accidente

¿Responde, sangra, respira, tiene dolor?  
Condiciones meteorológicas en el lugar del accidente

Refugios de la FAM (guardados todo el año)

Refugio Lizara	Aragüés del Puerto (Hu)	Tel. 974 348 433
Refugio Respomuso	Salient de Gállego (Hu)	Tel. 974 337 556
Refugio Ibones de Bachimaña	Panticosa (Hu)	Tel. 697 126 867
Refugio Casa de Piedra	Panticosa (Hu)	Tel. 974 487 571
Refugio Góriz	Fanlo (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 Renclosa	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 Montfalcó	Viacamp (Hu)	Tel. 974 562 043
Albergue de Morata	Morata de Jalón (Z)	Tel. 976 818 155
Refugio Rabadán y Navarro	Camarena de la Sierra (Ie)	Tel. 978 768 083

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 Viadós	Gistain (Hu)	Tel. 974 341 613 / 620 928 209

Webs de interés

112aragon.aragon.es  
montanasegura.com  
fam.es  
aemet.es  
goriz.es  
alberguesyrefugios.com  
rednaturaldearagon.com  
aragon.es/ordesa



**Tu opinión nos importa**



#montanasegura