



1 Paseo de la Salud por el Balneario de Panticosa

Desde el Balneario (1.640 m, 0 min), siguiendo el Sendero Turístico GR 11 en dirección E hacia los Ibones de Brazato, se suben unas escaleras que llevan a las fuentes de San Agustín, la de los Herpes, la del Hígado y la conocida Casa del Reloj.

A unos 300 m de los edificios, el recorrido se desvía a la derecha para ir a la fuente de la Belleza. Tras la visita regresa al camino principal, llanea varios metros, pasa un muro de contención contra aludes y casi de inmediato abandona el GR 11 tomando un camino hacia la izquierda, ahora sin señalizar (1.720 m, 25 min).

La ruta avanza por un sendero y pasa una gran tubería que conduce el agua de los ibones a la central hidroeléctrica del balneario. A los pocos metros del conducto, un desvío a la izquierda lleva al mirador del Pino, con vistas al río Caldarés y al balneario. Regresar al camino principal y continuar hasta cruzar el río por un puente (1.740 m, 40 min).

En la margen derecha del Caldarés la ruta enlaza nuevamente con el GR 11, que tomamos en descenso. Tras disfrutar del mirador de la Reina, unas últimas lazadas llevan al refugio Casa de Piedra, fin de la ruta (1.640 m, 1 h).



MIDE

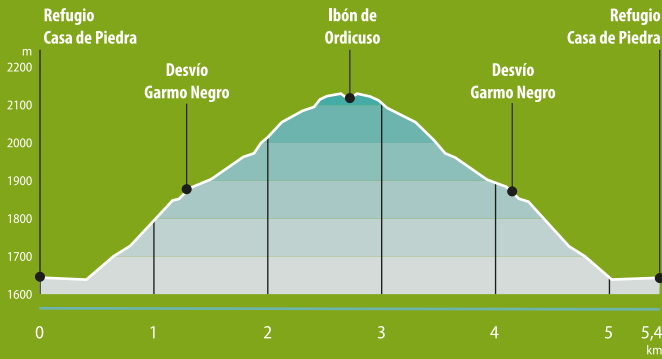
 severidad del medio natural	1	 horario	1 h
 orientación en el itinerario	2	 desnivel de subida	160 m
 dificultad en el desplazamiento	2	 desnivel de bajada	160 m
 cantidad de esfuerzo necesario	1	 distancia horizontal	2 km
		 tipo de recorrido	Circular

2 Ruta de los Ibones de Ordicuso

Desde el ibón de Baños, del balneario de Panticosa (1.640 m, 0 min) ascenderemos hacia la cascada de Argualas. Se toma una senda muy marcada por la que enseguida llegaremos a la fuente la Laguna; pequeño templete con agua minero-medicinal.

Dejando el edificio a la izquierda el sendero asciende zigzagueante por terreno boscoso hasta alcanzar la Mallata Baxa. En un cruce de caminos (1.870 m, 50 min) se abandona la senda que va a la Mallata Alta, el collado de Pondiellós y los picos Garmo Negro y Argualas y se continúa remontando el barranco de Argualas. Poco después debemos vadear este barranco (mucha precaución si lleva alto caudal o al inicio del verano, puesto que no hay puente) y seguir una senda marcada con hitos de piedra que remonta la ladera herbosa y alcanza el llano donde se encuentran los ibones de Ordicuso (2.128 m, 1 h 45 min).

El regreso se realiza siguiendo el mismo recorrido de ida (1.640 m, 3 h).



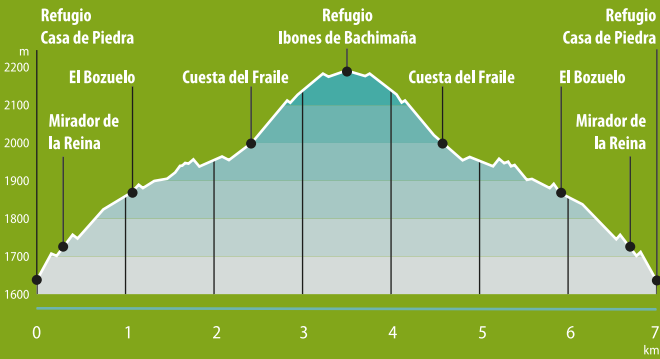
MIDE

	severidad del medio natural	2		horario	3 h
	orientación en el itinerario	3		desnivel de subida	480 m
	dificultad en el desplazamiento	2		desnivel de bajada	480 m
	cantidad de esfuerzo necesario	2		distancia horizontal	5,4 km
				tipo de recorrido	Ida y vuelta

3 Refugio de Bachimaña por el GR 11

Desde el Balneario (1.640 m, 0 min), siguiendo el Sendero Turístico GR 11 en dirección N hacia los Ibones de Bachimaña, tomar un camino que asciende de forma constante y remonta la margen derecha del río Caldarés. La ruta pasa cercana a varias cascadas y conduce hasta el Mirador de la Reina (1.740 m, 15 min), punto que permite contemplar el balneario a vista de pájaro.

Retomar la senda, que zigzaguea entre el bosque, y se alcanza el llano de O Bozuelo (1.880 m, 45 min), un idílico prado que ofrece un respiro antes de encarar la parte restante del recorrido. Pronto reaparecen las lazadas, los últimos árboles quedan atrás y el camino serpentea entre la roca y llega bajo la cuesta del Fraile (1.990 m, 1 h 15 min), escalón final antes de llegar al ibón Bajo de Bachimaña. Al lado de la presa, una pasarela facilita el paso a la orilla izquierda donde, en un alto junto al lago, se encuentra el refugio de los Ibones de Bachimaña (2.200 m, 2 h). La vuelta se realiza siguiendo el mismo itinerario (1.640 m, 3 h 15 min).



MIDE

 severidad del medio natural	2	 horario	3 h 15 min
 orientación en el itinerario	2	 desnivel de subida	570 m
 dificultad en el desplazamiento	2	 desnivel de bajada	570 m
 cantidad de esfuerzo necesario	3	 distancia horizontal	7 km
		 tipo de recorrido	Ida y vuelta



¿Qué es el MIDE? Los horarios que aquí se indican son tiempos sin paradas ni descansos, añade a los mismos los tiempos que necesites para comer, beber, descansar y disfrutar.

Soluciones: botiquín, comida,

chubasquero, linterna, mapa, agua, abrigo, teléfono, gorra, brújula

Soluciones: mochila, sarrío, Casa de Piedra, paraludes, marmota, La Laguna, Negro, Ordicuso, mapa, Bachimaña

Sarrio

La *Rupicapra pyrenaica* es de la misma familia que las cabras o los ciervos. De pelo color tierra o rojizo, debes saber que no pierden (*tiran*) nunca los cuernos.

Pino negro

El pino negro es el árbol que más arriba vive en estas montañas. No le asusta ni la nieve ni el frío, y es la casa de muchos animales.

GR 11 o Senda Pirenaica

Es un sendero de 800 km de Gran Recorrido (señalizado con marcas de pintura blancas y rojas). Cruza el Pirineo desde el Cantábrico al mar Mediterráneo.

Paraludes

Estructuras construidas en los barrancos para evitar que se produzcan aludes de nieve que lleguen hasta el balneario.

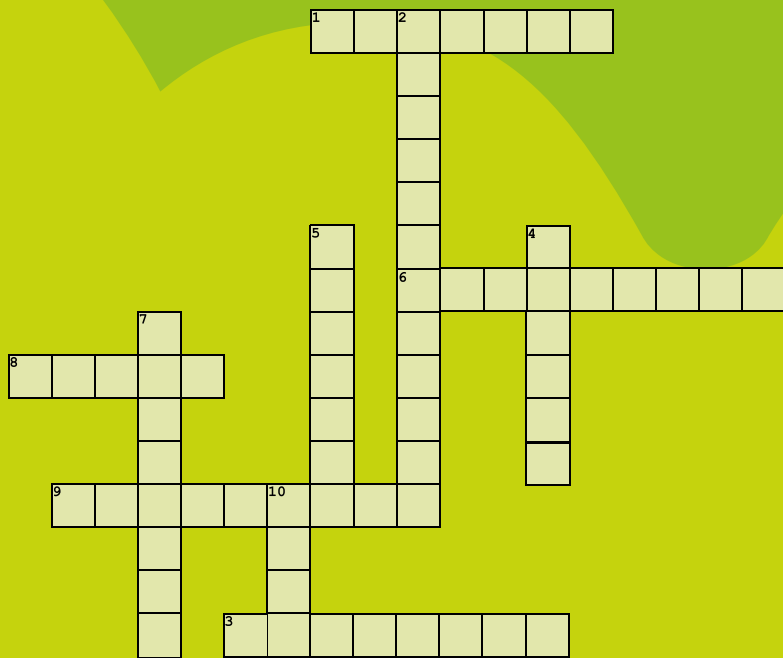
Ibones

El Pirineo aragonés está salpicado de muchos ibones -pequeños lagos de montaña-. Allí donde hay granito, los ibones son más abundantes.

Tubería forzada

El agua de los ibones es recogida en una tubería y se deja caer por ella hasta el balneario. La fuerza de la caída permite producir energía eléctrica.

Sopa de letras. Busca 10 cosas que no deben faltar en tu equipo de montañero@



Crucigrama

Horizontal

- Te sirve para llevar todo lo que necesitas a la excursión.
- Nombre del templete de agua mineromedicinal que encontramos en la ruta de Ordicuso.
- Estructuras que protegen el Balneario de los aludes.
- Es el nombre del pino que encontrarás.
- Es el ibón más grande y tiene una isla en medio.

Vertical

- Es el nombre del refugio desde el que salen estas excursiones.
- Si vas en silencio y tienes suerte podrás ver este tipo de cabra.
- Roedor muy grande que se esconde entre las piedras y silba ante el peligro.
- Es el destino de la segunda excursión.
- Trozo de papel que nos sirve para orientarnos y no perdernos.

PLANIFICA la actividad

EQUIPA tu mochila

ACTÚA con prudencia



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

Teléfonos de interés

Refugios de la FAM

(guardados todo el año)

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, Panticosa (Hu)
Tel. 697 126 967
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 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 Montfalcó, Viacamp (Hu)
Tel. 974 562 043
Albergue de Morata, Morata de Jalón (Z)
Tel. 976 818 155
Refugio Rabadá y Navarro, Camarena de la Sierra (Te)
Tel. 978 768 083

Webs de interés

montanasegura.com
fam.es
aemet.es
alberguesyrefugios.com



+ INFO