

*Instalaciones abiertas
de JUNIO a SEPTIEMBRE*

Combinado de actividades en la naturaleza y deportes de aventura,
exclusivo para jóvenes organizados en grupo.

Pirineos Cien Lagos

*Parque Nacional de Aigües Tortes y lago San Mauricio
Parque Natural Alto Pirineo, río Noguera Pallaresa
y valles escondidos del Alto Aneu*

**Base de senderismo y Centro de deportes de aventura
en Esterri d'Àneu. Pallars Sobirà. Lleida**

Un lugar privilegiado para tus vacaciones

En la entrada de uno de los Parques Nacionales con los paisajes más espectaculares; al pie del puerto de la Bonaigua, limitando con el Valle de Arán; a orillas del río Noguera Pallaresa, uno de los mejores ríos de Europa para descensos de rafting; y dentro de los valles del Alto Aneu, una comarca desconocida con abundantes circos glaciares, valles lacustres y bosques naturales, e incluida recientemente dentro de un nuevo parque natural. Y con una de las mejores herencias del románico en los Pirineos.

Un lugar de encuentro cada verano

Disponiendo de una oferta con actividades y excursiones a la medida de cualquier participante. Con itinerarios de senderismo en varios niveles, desde sendas y caminos tradicionales que se disfrutan con poco esfuerzo, a travesías de alta montaña que cruzan circos glaciares sobrecogedores y se accede a cumbres con panorámicas bellísimas. Con deportes de montaña fáciles de practicar y de fuertes emociones –como el rafting o los descensos de cañones- realizados de forma divertida y por monitores especializados. Con varias propuestas de agroturismo, usos tradicionales, talleres de participación y una singular oferta de propuestas de animación. Y después de un día activo y de buenas experiencias, nunca faltará la diversión, la fiesta y otros descubrimientos...

ACTIVIDADES INCLUIDAS:

- **Travesías por senderos** de montaña de dos jornadas durmiendo una noche en **refugios**. Descubriendo lagos, bosques y circos glaciares en pequeños grupos con monitor. Nuevos recorridos para quienes volvéis. Visita guiada al Parque Nacional.
- **Grandes actividades deportivas.**
Primera semana de estancia: rafting o descenso de río en lanchas neumáticas-(14 km.), **descenso de cañones (nivel iniciación)**. Itinerario en **bicicleta de montaña** de medio día con vehículo de apoyo.
Cuando se contrata una segunda semana de estancia: descenso de cañones nivel medio/alto, navegación en **canoas** de aguas tranquilas, **descenso de cañones (nivel superior)**, paseo a **caballo** por caminos de montaña (1 hora), itinerario en **bicicleta de montaña** de nivel medio con vehículo de apoyo.
- **Actividades de montaña y naturaleza.** Iniciación a la **escalada** y al **rápel volado**; cartografía e itinerarios de **orientación** con balizas, **brújula**, orientación por el sol, las estrellas; circuito de **punto tibetano** y tirolesas; **tiro con arco** y juegos alternativos.

Talleres de creatividad y aire libre. Talleres de expresividad y juegos de improvisación, taller de ritmos latinos, cuentacuentos, itinerario con hoja de ruta, **gymkana**, juegos de habilidad y estrategia, **ecomuseo** y ruta del **románico**.

Las noches. Barbacoa, fiestas en la Base, y velada junto al fuego, juegos de pistas, marcha nocturna con **vivac**, interpretación de estrellas.

DISTRIBUCIÓN GENERAL DE LA SEMANA (de carácter orientativo).

Sábado (tarde): actividades de toma de contacto: rápel y escalada o paseo corto en bici o itinerario de observación; (noche) presentaciones y visita nocturna.

Domingo: (mañana) descenso de barrancos o senderismo de "puesta a punto"; ultratube y canoa (*participantes segunda semana*); (tarde) piscina, cena-barbacoa, preparación de las travesías y pequeña fiesta.

Lunes y martes: travesía de dos días; (Martes noche): velada y fiesta.

Miércoles: rafting, bici media, itinerario de pistas; excursión a caballo (*participantes segunda semana*); (noche) observación de estrellas.

Jueves: senderismo de un día -Parque San Mauricio y alternativas-; ruta larga en bicicleta montaña (*participantes segunda semana*), (noche) juego de pistas nocturno.

Viernes: senda al amanecer, el enigma de los minairons, itinerario del románico, tiro con arco y circuito orientación.

(noche) ron-cremat de despedida y fiesta popular.

Equipaje:

- **Botas** de trekking o montaña. Suela con relieves en buen estado.
- **Chubasquero** o capa de agua.
- **Saco de dormir** (tanto si se duerme en la Base como para dormir en refugios durante la travesía) y **toalla** de piscina.
- **Mochila** amplia, **60/70 litros**. (*de las grandes; en las medianas no pueden distribuir bien lo necesario para la travesía.*)
- Útiles higiénicos personales.
- No olvidar al preparar la maleta: **ropa de abrigo, gorra, pantalón corto, bañador**, cubierto de camping (*exclusivamente para excursiones*), cantimplora, protector solar y cartilla de la S.S o sociedades médicas.

INSTALACIÓN Y SERVICIOS

ALOJAMIENTOS Y CARACTERÍSTICAS

A.- En **CAMPING**, con **tienda instalada** en la propia Base de Senderismo, incluyendo **tienda canadiense** con doble techo y cubeta hermética (2x3'35 m.) para dos/tres personas, **colchón, estante y accesorios**. Servicios higiénicos, con duchas de agua caliente, lavandería, cafetería, piscina concertada con precio especial a 300 m.

B.- En **APARTAMENTOS** o **CASAS DE PUEBLO**, habitación para dos personas, generalmente con baño compartido. En Esterri D'Aneu a trescientos metros de la instalación y **bungalows** de madera nórdica en la Base, de similares características.

SERVICIOS DE LAS INSTALACIONES

- Los propios de un centro de actividades y camping de montaña: duchas y servicios higiénicos, vestuarios, recepción-cafetería, terraza, cocina-comedor, barbacoa, salón social, carpa discoteca,... Y los necesarios para realizar las actividades incluidas en cada programa y oferta complementaria.
- **Pensión completa.** Cocina casera tradicional y comedor autoservicio. En los picnics para excursiones, se utilizarán preferentemente recipientes herméticos y bocadillos.
- **Monitores** y **guías** profesionales titulados y con experiencia. Reserva **directa** en toda nuestra oferta de actividades **opcionales**. Seguro de **responsabilidad civil**.

TRANSPORTE Y TRASLADOS

- Los precios de los programas están indicados para realizarlos por **medios propios**.
- Se pueden gestionar por Gente Viajera desde **Madrid** si se tratara de un grupo, tanto en autocar como en vehículos de apoyo de 8 plazas. Pero para individuales, siempre será más cómodo y económico, utilizar el transporte público: hasta Lleida en RENFE-AVE y Lleida-Esterri en la Alsina Graells; o desde Barcelona, en la Alsina Graells hasta Esterri
- En la propia Base se puede contratar los **traslados** a las actividades por cuenta de la organización: **30 €**

ITINERARIOS ORGANIZADOS CON GUÍAS

(UNA HUELLA)

- Excursiones de medio día o un día
- + Desniveles alrededor de los 300 m. duración media de marcha 4/5 horas
- +Pistas, caminos de herradura, sendas marcadas.
- +Marcha: paseo. Todas las edades. No precisa especial preparación.

(DOS HUELLAS)

- Excursiones de un día o dos días
- +Desniveles en torno a 600m., duración media de marcha 6 horas.
- +Sendas y pasos de montaña.
- +Algún esfuerzo. Adultos.

(TRES HUELLAS)

- Excursiones de dos o más días
- +Desniveles que superan los 1000 m., duración media de marcha 7/8 horas día
- +Pasos de montaña y cumbres.
- +Marcha: constante en ascensiones. Buen estado de forma.

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

NAVEGACIÓN EN RAFTING

Actividad de **descenso de río**, en períodos de gran caudal –aguas bravas- sobre **barcas neumáticas**.

Tienen una capacidad máxima de **ocho/diez personas** con **uno/dos monitores**, buenos conocedores del **Noguera Pallaresa**. Ellos te irán indicando cuando debes **remar**, tu posición en la embarcación, etc.

Experimentarás la sensación que supone desafiar al río, aprovechando las corrientes rápidas con viradas inesperadas.

Irás equipado con **traje de neopreno** –si hiciera frío-, **escarpines** con suela, **chaleco** salvavidas, **casco** de protección, y remo.

No existe **ningún peligro** si observas las normas de seguridad.

DESCENSO DE BARRANCOS

Consiste en bajar por las **grietas naturales** que el agua hace en la roca, antes de desembocar en el río.

Se utilizan medios mecánicos: **cuerda**, **arnés**, **mosquetón** y **descensor**. Te descuelgas por **los canales** y te deslizas por **toboganes** de agua.

Para esta actividad cuentas con **monitores** expertos y **material** de seguridad. Aunque no es imprescindible experiencia previa, sí al menos cierta **agilidad** física.

ITINERARIO EN BICICLETA DE MONTAÑA

Hemos propuesto dos trazados para pedalear a gusto, sobre bicicletas preparadas para soportar las tensiones de los terrenos más **accidentados**. **Seis piñones**, **tres platos**, **ruedas más anchas**, **frenos “cantilever”**...

Un todoterreno transportará las bicicletas en un remolque hasta el lugar de salida, en medio de un bosque natural, pudiendo hacerse algunos descansos durante el trayecto.

EXCURSIÓN A CABALLO

Estos recorridos parten de unos establos de Llavorsí, a orillas del Noguera.

El trayecto es por pista de montaña de una hora. No importa que hayas o no montado a caballo **anteriormente**; sólo deberás seguir las **instrucciones del guía**.

Llévate unos **pantalones largos**.

ACTIVIDADES DE MONTAÑA

RÁPEL E INICIACIÓN A LA ESCALADA

Desde un puente de piedra, asegurado arriba y abajo por monitores deportivos, con cuerdas y materiales de seguridad, equipado de arnés, mosquetón y descensor, irás suavemente descendiendo por uno de sus ojos. Y por uno de los pilares, igualmente asegurado por cuerdas y ayudándote con presas y salientes, ascenderás al punto de partida.

ORIENTACIÓN Y BRÚJULA

Interpretación de las curvas de nivel y de la distinta simbología que representan los accidentes geográficos, con el objetivo de descubrir el lugar en el que te encuentras y el camino a tomar. Se organizará un itinerario descrito en un mapa por el que habrá que descubrir las balizas.

TIRO CON ARCO

*Durante la primera ocasión que tengas para practicar con este antiguo i antiguo instrumento, un **monitor** en los primeros minutos, te iniciará en las técnicas básicas de **utilización** y **puntería**.*

*Es un deporte que requiere una gran **concentración** y **equilibrio**. Paradójicamente es una actividad **relajante**.*

CANOAS

En el próximo embalse de la Torrasa te soltarás en la técnica del remo, describiendo un circuito entre sus orillas.

Las embarcaciones son autovaciales e involcables y vas igualmente equipado de chaleco salvavidas.

Precio del programa Deporte y Diversión en Pirineos:

Pensión completa y plan de **actividades** descrito en **camping** en tienda instalada en la propia Base:

Ø Una semana -7 noches-	419 euros.
Ø Dos semanas -14 noches-	779 euros.

Otros alojamientos:

	Una semana	Dos semanas
En apartamento de 3 habitaciones dobles	537 euros	998 euros
En apartamento de 2 habitaciones dobles	569 euros	1058 euros

Ø **Las semanas o quincenas** se contemplan desde la **comida** del sábado de inicio al **desayuno** del sábado de salida; en entradas especiales con incorporación otro día de la semana, se entenderán desde la comida del primer día al desayuno del último.

para todos los participantes PRECIOS ESPECIALES de las ACTIVIDADES OPCIONALES o de libre contratación fuera de las incluidas en el programa contratado	CÓMO LLEGAR A LA ESTACIÓN DE SENDERISMO DE GENTE VIAJERA
<ul style="list-style-type: none"> ○ Rafting Llavorsí-Rialp 32 € ○ Hidrospeed:Llavorsí-Pont Gulleri 42 € ○ Canoa-rafting: 42 € ○ Kayak (curso de 4 horas) 76 € ○ Paseo a caballo (dos horas) 30 € ○ Puenting (primer salto) 24 € Siguintes 19 € ○ Bus bob 44 € ○ Canoas: (en embalse) (por persona en K-2) 10 € ○ Esquí náutico: 15 € ○ Descenso de barrancos: <ul style="list-style-type: none"> -nivel medio: Infierno-Estarón 40 € -nivel alto: Unarre 42 € 	<p>Hay que llegar a Lleida por la autovía Madrid-Barcelona (465 km. de Madrid y 156 km. de Barcelona) Salida más recomendable desde la autopista de peaje: Alcarrás y seguir por la autovía N-II que circunda Lleida por el norte.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Continuando dirección a Barcelona, se toma a la izquierda comarcal a Seo de Urgel. C-13 (la que lleva a Andorra) • A unos 21 kms a la izquierda queda el cruce a Balaguer; se continúa y a unos 4 km. aprox. desvío hacia Tremp (por Camarasa) por la misma C-13. (La que continúa a Seo es la C-26) • Hay que dejar atrás Cellers, Tremp y el embalse de Talarn. • Al llegar a Pobla de Segur, en una rotonda cruza la N-260 (transpirinaica). No tomarla de frente, dirección Senterada Pont de Suert, tirar a la derecha dirección Sort (hay que cruzar el casco urbano). • Gerri, Sort,; aquí se deja la N-260 que continúa a la derecha hacia el Cantó cruzando el río Noguera. Se continúa de frente por la C-13. • Rialp y Llavorsí, (al pasar por este último pueblo verás a la derecha del río la base de los deportes de aventura). Continúas camino. • Después de Escaló -a 3 km.- a la izquierda tienes el cruce de Espot; (aquí se encuentra la entrada al Parque Nacional). Hay que continuar de frente. • El desvío que hay que definitivamente tomar para llegar a la Base de Senderismo de Gente Viajera se encuentra a 1 km. antes de llegar a Esterrí D'Aneu -a la izquierda después de una gasolinera-, continuar por un camino asfaltado entre el camping La Presalla y la carretera. Seguir las indicaciones. Los recién llegados deberán pasar por la recepción para indicarles el alojamiento

Fechas de inicio de los

PROGRAMAS:

- 21-28 junio, 28 junio-5 julio, 5-12 julio, 12-19 julio
- 19-26 julio, 26 julio-2 agosto, 2-9 agosto, 9-16 agosto, 16-23 agosto,
- 23-30 agosto.
- 30 agosto-6 septiembre y 6-13 septiembre (10% descuento).

Fechas especiales en las que incluimos el transporte desde

Madrid: 1-12 julio (11 días) y 12-19 julio

Solicitar ficha técnica Pirineos 08 programa joven/ transporte

**Pirineos,
Lugar de
encuentros**

**UNAS
PINCELADAS DEL
LUGAR**

La comarca del Pallars Sobirà comprende el conjunto montañoso más importante de los Pirineos de Cataluña. Pertenece a la provincia de Lleida y nuestro enclave dista unos 170 kms. de su capital.

Nos encontramos en Esterri D'Aneu, a 940 metros sobre el nivel del mar. El clima es el propio de zonas de montaña; mañanas con cielos despejados, algunas tardes se suaviza el calor con una tormenta corta, seguida de una fuerte evaporación bajo un sol espléndido, y las noches son agradables y a veces fresquitas.

Los valles se encajonan y vertebran siguiendo el curso de su río principal, el Noguera Pallaresa, permitiendo llegar al viajero sólo por dos accesos principales: por el sur a través de los desfiladeros de Terradets y Collegats, la entrada habitual, y por el noroeste serpenteando el puerto de la Bonaigua desde el valle de Arán.

Estas características geográficas contribuyeron a que toda la comarca permaneciera históricamente más aislada que sus vecinas, y se sustrajera a muchas influencias culturales y políticas, conservando así una herencia etnográfica e histórica más singular.

Es un lugar privilegiado tanto por su riqueza paisajística -el conjunto lacustre más importante del Pirineo, los mejores bosques de vegetación autóctona de la península, cumbres accesibles...- como por su patrimonio monumental -importantes muestras románicas y visigóticas, distintos yacimientos arqueológicos,...- y por las costumbres y usos tradicionales que aún permanecen en el modo de vida de los actuales payeses.

La mayor parte de los itinerarios de senderismo más impresionantes, se inician generalmente después de una aproximación por algunas de las numerosas pistas solo factibles para todoterrenos que cruzan sus montañas -y que incluimos en los programas de mayor nivel- facilitando el acceso a las cabeceras de unos valles que se encadenan entre sí, elevándose sobre tupidas masas forestales y abriendo infinidad de estanys (lagos) sobre lechos de hierba y roca. Para este programa aprovechamos aquellas que permite llevar el vehículo a pie de senda.

ALGUNOS DATOS DE LA INSTALACIÓN

Nuestra nueva Base-Estación de Senderismo, terminada hace unos años y de exclusivo uso para los participantes en nuestros programas, dispone de todos los elementos imprescindibles para que te sientas cómodo durante los días de estancia y te permita cumplir los objetivos del programa que hayas elegido.

Tanto los espacios de uso común, como la zona de bungalows, habitaciones y acampada, están totalmente arboladas y el terreno mantiene hierba casi todo el verano. Aquí se encuentran las dependencias propias de nuestra Base, constituidas principalmente por edificios en módulos independientes y grandes carpas de lona con suelos de tarima. Contamos con recepción-bar, terraza cubierta, cocina y comedor con self-service, dos recintos de servicios higiénicos y duchas, área de equipamiento para

actividades de montaña (bicicletas, neoprenos...), área para talleres y actividades, salón social, discoteca con escenario, botiquín, aparcamiento, sonorización y emisora para enlazar con nuestros vehículos y monitores en ruta, teléfono, etc... Piscina concertada con descuento especial para nuestros participantes a 200 m. en el pueblo de Esterri.

C/ SANTA ALICIA, 19 28053 MADRID TEL. 91 478 01 11 FAX 91 478 58 35
E-mail: info@genteviajera.com-<http://www.genteviajera.com>