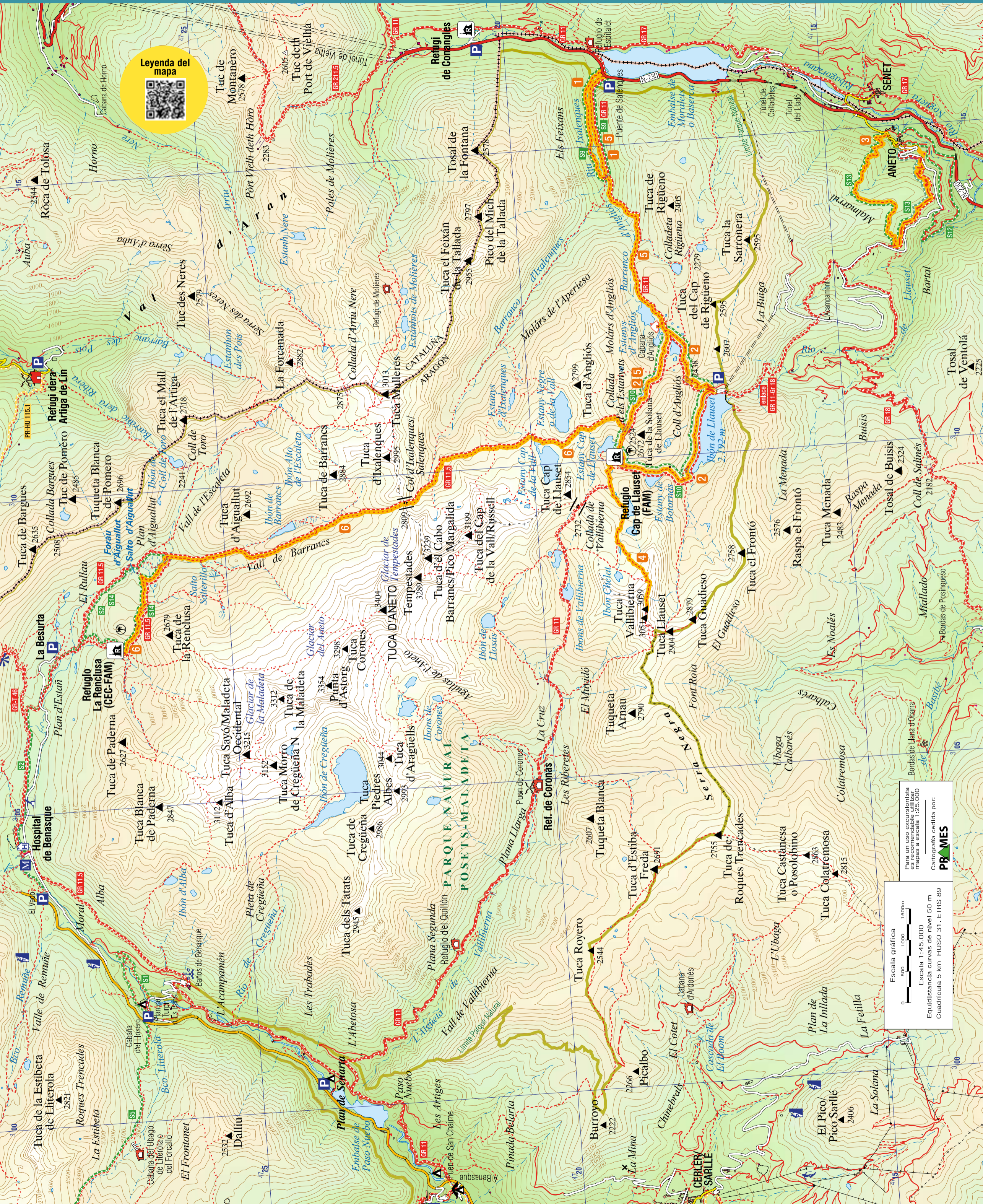


Leyenda del mapa



Para un uso excursionista es recomendable utilizar mapas a escala 1:25.000
Cartografía cedida por: **PRAMES**

Escala gráfica
0 500 1000 1500m
Escala 1:45.000
Equidistancia curvas de nivel 50 m
Cuadrícula 5 km HUSO 31. ETRS 89



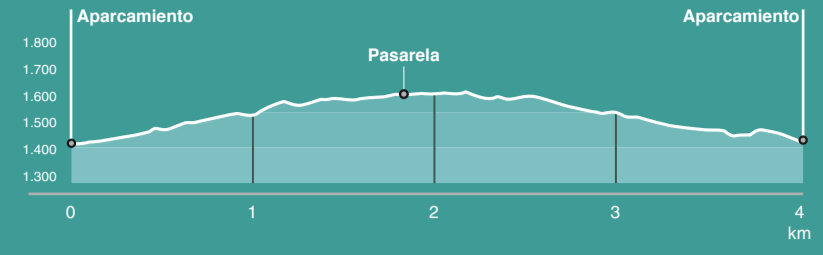
1 Valle de Salenques S-9

Partimos del aparcamiento que se encuentra en la carretera nacional N-230 junto al puente sobre el río Salenques, próximo a la cola del embalse de Baserca. Salimos del aparcamiento con dirección al embalse y pasamos, si el agua lo permite, por debajo del puente, tomando la senda que coincide en esta orilla con el GR 11, que asciende remontando el río por su margen derecha, atravesando un frondoso bosque con hayas y abetos centenarios. Tras unos 50 min. Se llega a la pasarela metálica que permite cruzar a la orilla contraria para comenzar el regreso por la margen izquierda del río. En este punto dejamos el GR 11 y nuestro recorrido nos conduce nuevamente al puente de Salenques por el camino de la solana.



Mapa/Ficha/Track

MIDE			
▲ severidad del medio natural	2	🕒 horario	1 h 20 min
📍 orientación en el itinerario	2	⬆️ desnivel de subida	220 m
👣 dificultad en el desplazamiento	3	⬆️ desnivel de bajada	220 m
👤 cantidad de esfuerzo necesario	2	📏 distancia horizontal	4 km
		🔄 tipo de recorrido	Circular



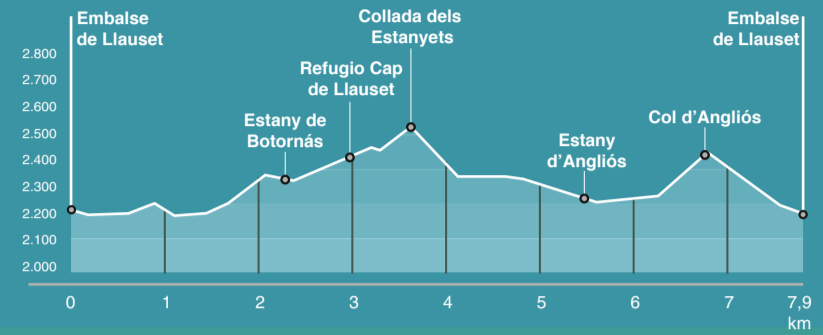
2 Circular Parking Llauset - Refugio Cap de Llauset S-10

Desde el embalse de Llauset, recorrer su margen orográfica izquierda o norte por el GR 11, en dirección oeste. En su cola, el camino gira hacia el norte, para subir hasta el refugio de Cap de Llauset, después de contornear el ibón de Botornás. Continuar en dirección este hasta la Collada dels Estanyets desde donde se desciende als Estanys d'Angliós. Finalmente sólo queda remontar por corto pero empinado camino el Coll d'Angliós, a cuyos pies volvemos a tener el embalse de Llauset, punto de inicio del recorrido.



Mapa/Ficha/Track

MIDE			
▲ severidad del medio natural	2	🕒 horario	3 h 40 min
📍 orientación en el itinerario	2	⬆️ desnivel de subida	625 m
👣 dificultad en el desplazamiento	3	⬆️ desnivel de bajada	625 m
👤 cantidad de esfuerzo necesario	3	📏 distancia horizontal	7,9 km
		🔄 tipo de recorrido	Circular



3 Aneto pueblo - cabaña de Malmarruí. S-13

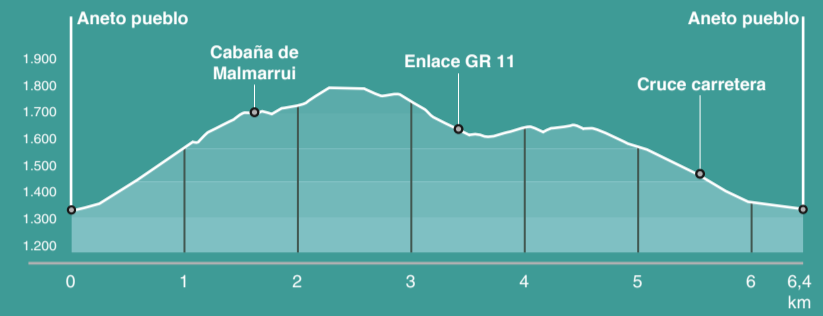
Para iniciar este sendero (S-13 del Parque Natural) partimos del pueblo de Aneto en dirección ibón de Llauset. A unos 50 m de la salida del pueblo, tomamos una senda en dirección norte, ascendiendo y zigzagueando hasta llegar a la zona de pasto de la cabaña de Malmarruí.

Dejamos atrás la cabaña y seguimos al oeste remontando la ladera hasta llegar al punto más alto del recorrido. Continuar por la senda señalizada hasta una marca direccional que indica a las cuerdas de Nestuy y descender hasta llegar a una faja próxima a la pista forestal. El recorrido coincide ahora con el GR 11, que continúa



Mapa/Ficha/Track

MIDE			
▲ severidad del medio natural	3	🕒 horario	2 h 55 min
📍 orientación en el itinerario	2	⬆️ desnivel de subida	500 m
👣 dificultad en el desplazamiento	3	⬆️ desnivel de bajada	500 m
👤 cantidad de esfuerzo necesario	2	📏 distancia horizontal	6,4 km
		🔄 tipo de recorrido	Circular



bajando hasta la pista forestal asfaltada, cruzándola en un primer momento y continuando por ella en una curva pronunciada cercana al pueblo de Aneto.

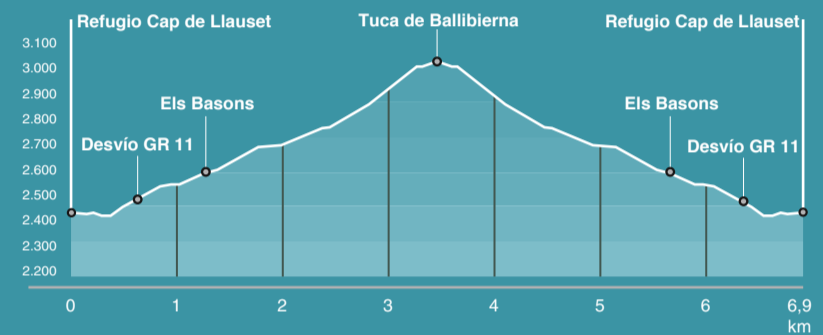
4 Refugio Cap de Llauset - Tuca Vallibierna

Desde el refugio Cap de Llauset tomar el GR 11 en dirección al Collado de Vallibierna. El sendero cruza el barranco y asciende al oeste por la ladera. Sobre la cota 2.510 m. la ruta al Vallibierna abandona el GR, hacia la izquierda, para continuar subiendo en dirección Suroeste. Se superan Els Basons (dos pequeños ibones) por su lado Norte, y en una zona más llana (2.700 m) el itinerario lleva, al Suroeste para remontar hasta la cresta que separa este valle del de Llauset. Finalmente, seguir el aéreo cordal cimero hasta el punto más alto (Tuca Blanca de Vallibierna, 3.056 m). El regreso se realiza siguiendo el mismo itinerario.



Mapa/Ficha/Track

MIDE			
▲ severidad del medio natural	3	🕒 horario	4 h 5 min
📍 orientación en el itinerario	3	⬆️ desnivel de subida	645 m
👣 dificultad en el desplazamiento	3	⬆️ desnivel de bajada	645 m
👤 cantidad de esfuerzo necesario	3	📏 distancia horizontal	6,9 km
		🔄 tipo de recorrido	Ida y vuelta



5 Puente de Salenques - Estanys d'Angliós/Refugio Cap de Llauset

Desde Puente de Salenques/Puen d'Ixalenques, en la carretera N-230, podemos acceder al refugio Cap de Llauset por el GR 11, dirigiéndonos al oeste, por camino bien definido que se interna en el valle de Salenques, por la margen derecha del río. Al llegar a la confluencia con el barranco d'Angliós, el GR continúa remontando este último, hacia el suroeste, en fuerte pendiente. Se alcanza un rellano con pinos y se continúa en ascenso decidido hasta el desagüe del Estany Gran (2.215 m), el primero de todo el reguero de ibonés de Angliós. Pasado el ibón, el GR avanza entre el refugio libre de Angliós (4 plazas) y los Estanys d'Angliós.

Se sigue por el itinerario principal entre ibones en dirección noroeste y se asciende a la Collada d'els Estanyets (2.524 m), donde el GR 11 confluye con la variante GR 11.5 que viene de la Renclusa. Descender para bordear por la izquierda el ibón de Cap de Llauset. Superar la loma occidental que cierra su cubeta y bajar al Refugio guardado de Cap de Llauset (2.425 m).



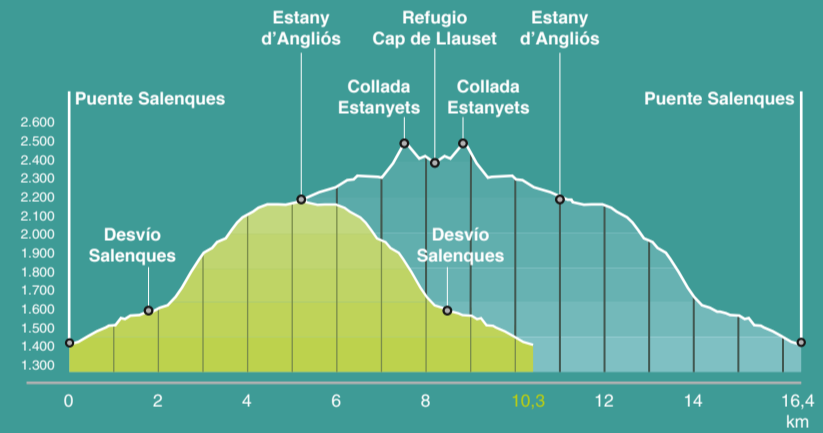
Mapa/Ficha/Track

MIDE Puente de Salenques - Estanys d'Angliós			
▲ severidad del medio natural	2	🕒 horario	5 h 20 min
📍 orientación en el itinerario	2	⬆️ desnivel de subida	800 m
👣 dificultad en el desplazamiento	2	⬆️ desnivel de bajada	800 m
👤 cantidad de esfuerzo necesario	3	📏 distancia horizontal	10,3 km
		🔄 tipo de recorrido	Ida y vuelta



Mapa/Ficha/Track

MIDE Puente de Salenques - Refugio Cap de Llauset			
▲ severidad del medio natural	3	🕒 horario	7 h 55 min
📍 orientación en el itinerario	2	⬆️ desnivel de subida	1210 m
👣 dificultad en el desplazamiento	3	⬆️ desnivel de bajada	1210 m
👤 cantidad de esfuerzo necesario	4	📏 distancia horizontal	16,4 km
		🔄 tipo de recorrido	Ida y vuelta



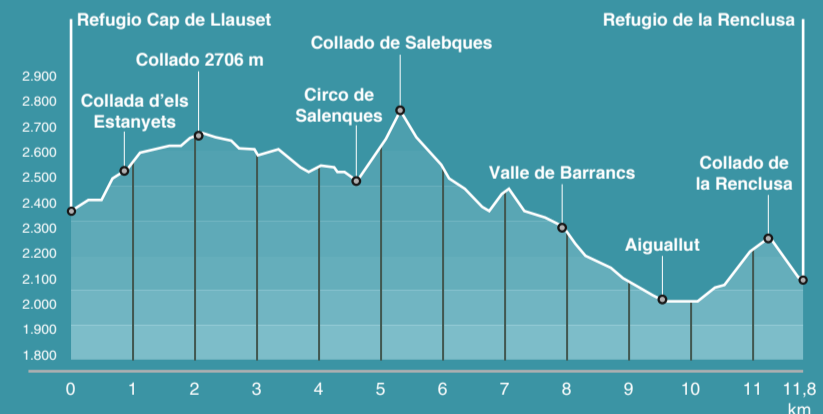
6 Refugio Cap de Llauset - Refugio de La Renclusa GR 11.5

El GR 11.5 asciende primero hasta el collado d'els Estanyets (2.524 m) y, dejando el GR 11 que baja a Angliós, continúa subiendo en dirección norte hasta un collado (2.706 m) que da paso al valle de Salenques. En descenso alcanza el ibón o estany Cap de la Vall y, abandonando la cubeta glaciar, se dirige hacia la cabecera del valle, pasando por el crestón rocoso situado al pie del pico Russell. Allí, el sendero remonta la cabecera del barranco Salenques y asciende al collado homónimo (2.809 m). Luego desciende por el valle de Barrancs hasta alcanzar la amplia Pleta de Aiguallut. Al final de la misma subir al Cuello l'Ancllusa (2.281 m) antes de, finalmente, descender al refugio de La Renclusa (2.160 m).



Mapa/Ficha/Track

MIDE			
▲ severidad del medio natural	4	🕒 horario	6 h 30 min
📍 orientación en el itinerario	2	⬆️ desnivel de subida	975 m
👣 dificultad en el desplazamiento	3	⬆️ desnivel de bajada	1250 m
👤 cantidad de esfuerzo necesario	4	📏 distancia horizontal	11,8 km
		🔄 tipo de recorrido	Ida y vuelta



No es recomendable su recorrido con nieve.

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

PLANIFICA la actividad

- Escoge la actividad adecuada a la experiencia del grupo
- 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 adónde vas y el horario en el que tienes previsto regresar

EQUIPA tu mochila

- Calzado apropiado
- Ropa de abrigo
- Chubasquero
- Gorra y protección solar
- Agua y comida suficientes
- Mapa, brújula y GPS
- Teléfono móvil y cargador
- Botiquín y manta térmica
- Linterna o frontal
- Silbato

ACTÚA con prudencia

- Inicia la actividad a una hora prudente
- Valora de forma constante que el grupo está disfrutando
- No te separes de tus compañeros, ni dejes a nadie solo
- 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
- 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

Por tu seguridad, sigue aprendiendo

Descubre los Senderos Turísticos de Aragón

Lo que debes saber si quieres llamar al 112 en montaña

Consejos para cuando vas con niños

Aprende a enviar tu ubicación desde el móvil

Cómo calcular el horario de una excursión

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

Continuidad del sendero

Cambio de dirección

Dirección equivocada

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 heridos
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	Aragües del Puerto (Hu)	Tel. 974 348 433
Refugio Respomuso	Sallent de Gállego (Hu)	Tel. 974 337 556
Refugio Ibones de Bachimaña (Hu)	Bañerío de Panticosa (Hu)	Tel. 697 126 967
Refugio Casa de Piedra	Bañerío 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 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

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

Tu opinión nos importa



#montanasegura