



## MONCAYO Y PICO URBIÓN (SISTEMA IBÉRICO)

<b>Fecha</b>	Sábado 16 de marzo de 2019 (ascensión al Moncayo) Domingo 17 de marzo de 2019 (ascensión al Pico Urbión)
<b>Hora y lugar de encuentro</b>	Ascensión al Moncayo: 9:00 - Parking Santuario Virgen del Moncayo ( <a href="https://goo.gl/maps/GHXzpxpfys42">https://goo.gl/maps/GHXzpxpfys42</a> ) Ascensión al Pico Urbión: 9:00 - Aparcamiento superior de la laguna Negra (Vinuesa) ( <a href="https://goo.gl/maps/Eg6HDsYp2KG2">https://goo.gl/maps/Eg6HDsYp2KG2</a> ) <b>Se ruega puntualidad</b> <b>PERNOCTA:</b> Dada la diversidad de opciones posibles (realizar las dos ascensiones, sólo la del sábado o la del domingo, ir temprano directamente desde Madrid...), en función del número de asistentes y de los intereses de cada uno, se plantea proponer alojamientos lo mejor situados posible y de precio contenido. <b>Por favor, aquellos que tengáis pensado no pernoctar por vuestra cuenta no tardeis mucho en inscribiros para poder gestionar el tema lo antes posible (la gestión se realizará el miércoles 13 a más tardar).</b>
<b>Dificultad</b>	Ascensión al Moncayo <b>Nivel físico: Medio</b> (distancia: 9,5 km aprox.; desnivel acumulado: 770 m) <b>Nivel técnico: Medio</b> (imprescindible dominar el uso de crampones y piolet para progresar por pendientes sobre nieve/hielo inferiores a 30°) <b>Grado de experiencia y/o conocimientos exigidos:</b> Se trata de una actividad de montañismo invernal, por lo que es necesario estar familiarizado con este tipo de circunstancias y entorno, y especialmente dominar el uso de piolet y crampones en pendientes de nieve y/o hielo inferiores a 30°. Ascensión al Pico Urbión <b>Nivel físico: Medio</b> (distancia: 13 km aprox.; desnivel acumulado: 750 m) <b>Nivel técnico: Medio</b> (imprescindible dominar el uso de crampones y piolet para progresar por pendientes sobre nieve/hielo inferiores a 30°) <b>Grado de experiencia y/o conocimientos exigidos:</b> Se trata de una actividad de montañismo invernal, por lo que es necesario estar familiarizado con este tipo de circunstancias y entorno, y especialmente dominar el uso de piolet y crampones en pendientes de nieve y/o hielo inferiores a 30°.  <b>Valora tu capacidad física y técnica. Piensa en el grupo. Si tienes alguna duda sobre si estas capacitado para hacer la ruta escríbenos a <a href="mailto:contacto@aristademidi.com">contacto@aristademidi.com</a></b>

**Descripción** En esta ocasión nos proponemos subir a dos de las principales cumbres del Sistema Ibérico, la más alta de estas montañas, el Moncayo (2314 m), y aprovechando el desplazamiento hasta la zona, otra cumbre emblemática, el Pico Urbión (2.228 m). Os animamos a que os apuntéis a ambas, aunque la convocatoria está abierta a que elijáis sólo una de las excursiones si lo preferís.

El sábado será el turno del Moncayo. Saldremos desde el parking situado a 800 metros del Santuario de la Virgen del Moncayo. Tras pasar el Santuario tomaremos un sendero bien definido que transcurre por un frondoso pinar. Tras 2 km de recorrido y 250 m aproximadamente de subida, llegaremos a la Hoya de San Miguel y divisaremos ya nuestro objetivo, El Moncayo. A partir de este punto comienza una subida ininterrumpida de 1,5 km en zig-zag, para salvar un desnivel de de 400 m. Una vez superada esta subida alcanzaremos el collado de las Piedras. A partir de aquí seguiremos el cordal que nos llevará al Moncayo con pequeños desniveles. En

poco tiempo estaremos en la cumbre del Moncayo, techo del Sistema Ibérico. El regreso lo haremos sobre nuestros pasos pues si bien existen otras opciones para hacer la ruta circular, estas son más técnicas debido a que las pendientes son mayores.





**IMPORTANTE: Todos aquellos que pretendamos hacer las dos cumbres propuestas tendremos que coger los vehículos y desplazarnos esa misma tarde a la zona de la laguna Negra (Vinuesa), para acometer la ascensión al Pico Urbión a la mañana siguiente.**

El domingo será el turno del Pico Urbión. Partiremos desde el parking más próximo a la Laguna Negra. Desde este tomaremos un sendero hasta esta laguna y tras visitarla continuaremos nuestra ruta siguiendo el GR que sale en el extremo izquierdo de la misma. Subiremos hasta llegar al collado de la Majada Rubia. Continuaremos hasta rodear la laguna Larga y siguiendo un sendero balizado alcanzaremos el Pico Urbión. Para regresar tomaremos inicialmente el mismo camino, pero tras un tramo cortos nos desviamos a la derecha para visitar el nacimiento del río Duero. Tras esta visita continuaremos dirección a la laguna Helada, completando una ruta circular que terminará de nuevo en la laguna Negra, desde donde regresaremos al parking.



**Material  
(OBLIGATORIO)**

**!!!ATENCIÓN!!!! Se trata de una actividad de montaña invernal por lo que las condiciones meteorológicas pueden ser muy cambiantes, incluso pudiendo llegar a ser extremas, circunstancias ante las que es IMPRESCINDIBLE ser previsores e ir preparados (podríamos llegar a estar expuestos a temperaturas o sensación térmica de hasta -20 °C, por lo que es imprescindible ir preparados para ello).**

Por lo tanto, serán necesarios:

- **Piolet y crampones.**
- Polainas o guetres.
- \* En caso de nevadas copiosas en los días anteriores a la actividad puede llegar a ser necesario el uso de raquetas. Dicha circunstancia se comunicará a los participantes con suficiente antelación.
- Calzado de montaña (caña alta, no se permite el uso de zapatillas bajas tipo deportivas) IMPERMEABLE Y TRANSPIRABLE.
- Ropa técnica de montaña, incluyendo al menos: camiseta térmica interior de invierno, forro polar o equivalente (preferiblemente cortaviento), chaqueta técnica de alpinismo o equivalente IMPERMEABLE Y TRANSPIRABLE. Recomendable disponer de una cuarta capa, un plumífero ligero por ejemplo. Pantalón técnico hidrófugo (repelente al agua, por lo que no se admiten prendas de algodón, como por ejemplo; pana, vaqueros...) o pantalón impermeable/transpirable de alpinismo o ski (recomendable).
- DOS pares de guantes, al menos uno de ellos impermeables y, recomendable, transpirables.
- Pasamontañas (que proteja la cara con el fin de soportar una eventual ventisca) y gorro. AMBOS son obligatorios.
- Gafas con protección UV para uso en nieve y gafas de ventisca/ski.
- Crema de protección solar factor 50 y protector labial.
- Frontal.
- 2 litros de agua mínimo por persona y alimento suficiente para toda la jornada.

**IMPORTANTE: Todo aquel que no traiga el material requerido no podrá participar en la actividad.**

**Transporte** Vehículos particulares

**Meteo** Meteoexploration: <https://meteoexploration.com/forecasts/Moncayo/>  
<https://meteoexploration.com/forecasts/Urbion/>

**Doodle  
(OBLIGATORIO)** Para confirmar vuestra asistencia y solicitar material de alquiler debéis apuntaros en la siguiente lista de Doodle: <https://doodle.com/poll/ciq7z54vm5phydkc>

**WhatsApp  
(recomendado)** Para conocer los últimos detalles sobre la actividad, cambios, preguntas, organizar coches, etc... os recomendamos que os apuntéis a este grupo de WhatsApp: [https://chat.whatsapp.com/C73l\\_oi7IsC.JKqf85N7GXsu](https://chat.whatsapp.com/C73l_oi7IsC.JKqf85N7GXsu) (haz clic desde tu móvil)



Por favor, antes de apuntarte consulta las normas de la actividad en la página siguiente.

## **NORMAS DE LA ACTIVIDAD**

- Esta actividad está sujeta a modificación o cancelación si el Club o los organizadores lo consideran necesario por algún motivo.
- La escalada, la marcha en montaña y el montañismo son actividades que presentan un riesgo de lesión o incluso de muerte. Quienes practiquen estas actividades deben ser conscientes y asumir estos riesgos, así como ser responsables de sus propias acciones e implicación. Esta actividad NO estará guiada por profesionales. Los asistentes deben asumir los riesgos inherentes a la misma. Ni los guías ni el Club se harán responsables de cualquier tipo de daño o lesión que pudiera producirse durante la actividad.
- Cada participante deberá prever que su indumentaria, alimentación, calzado, etc., así como sus condiciones físicas, serán las adecuadas para realizar la actividad.
- Es recomendable estar federado o disponer de un seguro de accidentes individual.
- El material se alquila bajo la única responsabilidad del prestatario, quien garantiza que tiene nociones para su uso y se responsabiliza del mismo.
- Los menores de edad y las personas con algún tipo de discapacidad deben consultar con la organización si la actividad se adapta a su condición.
- Los integrantes de esta actividad dan su consentimiento para la publicación en la página web del Club de las fotos y los vídeos en los que aparezcan. Responsable: CLUB DE MONTAÑA ARISTA DE MIDI - NIF: V85072965 Dir. postal: C/ Romero, s/n (Polideportivo El Tejar) - 28220 Majadahonda. Correo electrónico: [contacto@aristademidi.com](mailto:contacto@aristademidi.com)