

Pirineos

free magazine

AÑO I · Nº 1 · INVIERNO 05/06 · REVISTA GRATUITA EDITADA Y DISTRIBUIDA POR BIPLAZA

Benasque Chía
Sahún Bisaurri
Sesué Laspaúles
Villanova Seira
Castejón de Sos Campo

INVIERNO
05/06

TUS VACACIONES EN LA MONTAÑA · LA REVISTA GRATUITA PARA TUS VACACIONES EN LA MONTAÑA · LA REVISTA GRATUITA PARA



Flash Pág. 2

Noticias, calendario de eventos, mercados, festivales, competiciones y fiestas mayores. Para que no te lo cuenten.

Ribagorza Pág. 4

Abriendo puertas.

De la Puebla de Fantova a Centenera; para amantes de la bicicleta.

Nieve Pág. 5

¿Conoces Cerler? Un recorrido para descubrir la estación.

Freeride por la sur del Gallinero.

Por tu seguridad...

Outdoor Pág. 9

Sleds, la nieve a toda velocidad.

Construye tu propio kicker.

Siguiendo la historia... con esquís de fondo.

Vía ferrata del Castellaso, una pared con vistas.

Descubre Pág. 12

Los nombres y la tierra, apuntes sobre topónimos.

La iglesia de Turbiné. Historias y leyendas.

La buena mesa Pág. 14

Quesos artesanos en Sahún. Recuperando tradiciones.

La gastronomía de Aragón guarda interesantes sorpresas, para saborear con tiempo.

Info Pirineos Pág. 16

Hoteles, refugios, actividades y servicios. Información y números útiles.



FOTO: ANGEL SAHÚN



Después de una jornada de esquí...
un acogedor hotel.

HOTEL **st Anton**

Paseo de Eriste s/n - Benasque
Tel. 974 55 16 11
www.san-anton.com

PAQUETES DE 5 Y 7 DIAS + SKI



SURFSHOP BENASQUE

**SNOWBOARD
FREESTYLE**

Billabong

DAKINE

carhartt

element

ROSSIGNOL

Tilos, 19 - Benasque · Tel. 974 552 140 · www.nothingsurf.com

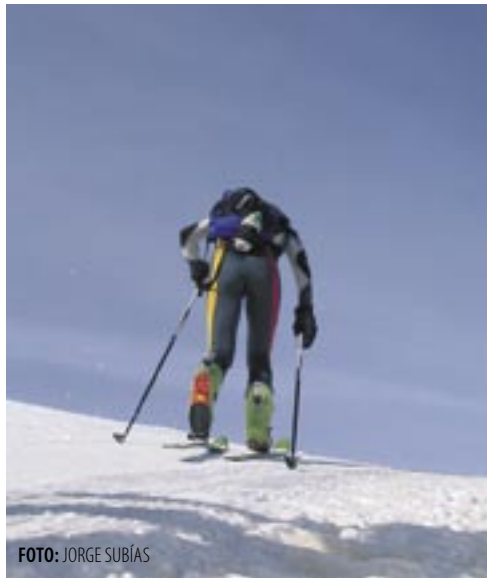


FOTO: JORGE SUBÍAS

Trofeo Villa de Benasque de Esquí de Montaña

El Trofeo Villa de Benasque agrupa dos pruebas ya clásicas:

III Campeonato de Esquí Alpinismo M.A.B. Heredero de la tradicional travesía de esquí de montaña "Altos Pirineos" organizada durante más de 25 años. Con un recorrido que une las dos vertientes de la estación de esquí de Cerler y tramos de subida y bajada combinados. Tendrá lugar el 18 diciembre de 2005 y es valadero para la Copa Aragonesa de Esquí de Montaña.

XI Cronoescalada de Esquí Alpinismo MEMORIAL del RECUERDO. Más de 1200 m de desnivel sobre la estación de esquí de Cerler, que los primeros recorrerán en menos de una hora. El 22 de enero de 2006. Puntuable para el Campeonato de España de Cronoescalada, la Copa de España de Esquí de Montaña, el Campeonato Aragonés de Ascenso y el Circuito Pro-Olimpico FEFC.

Montañeros de Aragón

Concierto de Navidad

Durante los días de Navidad (fecha exacta por confirmar) se celebrará el ya tradicional concierto de Navidad en la iglesia de Santa María en Benasque. A cargo de la coral "Pitarroys del Freixe" y la Orquesta de Cámara de Huesca.

Ayuntamiento de Benasque

Nuevo Telesilla Rincón del Cielo

El nuevo telesilla Rincón del Cielo, un seis plazas desembragable de última generación, sustituye a los antiguos telearrastres de Rincón del Cielo y Labert, siguiendo el programa de modernización de la estación de esquí. Su apertura está prevista para final de diciembre.

Una nueva área de debutantes, tres nuevas pistas más cañones de nieve y dos webcams para comprobar en tiempo real las condiciones de la nieve son otras de las novedades de la temporada.

www.cerler.com y tel. 974 55 10 12

Curso de nuevas elaboraciones de chocolate y decoración.

Los días 28 y 29 de noviembre tendrá lugar un nuevo curso enmarcado dentro del Aula Guayente de Gastronomía.



Este curso estará impartido por Carles Mampel, maestro de reconocido prestigio en el mundo de la pastelería y del chocolate en particular. Se abordarán las últimas creaciones en tartas de chocolate, semifríos, sablés así como preparaciones y decoraciones en chocolate de cara a la temporada de invierno.

En el curso participarán 12 profesionales del mundo de la cocina y de la pastelería.

Tel. 974 55 13 27 www.escuelahosteleriaaguayente.com

III Congreso de Brujería en Laspaúles

Los próximos días 3 y 4 de diciembre tendrán lugar en Laspaúles las III Jornadas de Brujería. Exposiciones, proyección de documentales, conferencias y presentaciones en torno al tema de las brujas formarán un buen punto de partida para los interesados en el tema en esta mágica zona del Valle. Organiza: Ayuntamiento de Laspaúles

Ayto. de Laspaúles, Tel. 974 55 31 41



Apertura del refugio collado de Sahún

Se esta acondicionando para convertirlo en un centro de actividades de nieve respetuoso con el medio ambiente. Ubicado entre los valles de Gistaín y Benasque, en el collado de Sahún, justo a la entrada del Parque Natural Posets-Maladeta.

Esquí de montaña, campamentos de iglús, excursiones con raquetas, escalada en hielo, etc. conforman las actividades propuestas.

www.ttaventura.com

Museo Juegos Tradicionales

El museo de Juegos Tradicionales de Campo nació con el objetivo de investigar, conservar y difundir esta parte de nuestro patrimonio cultural. Único en España, cuenta con más de 2.300 piezas provenientes de todo el país, con una amplia muestra de las diferentes Comunidades Autónomas. Además de ser un centro de documentación, desde él se organizan actividades adaptadas a las necesidades de los colectivos que las solicitan: escolares, grupos de tiempo libre, tercera edad, etc. Es posible visitarlo de martes a sábado de 11 a 14h y de 17 a 20h y los domingos de 11 a 14h.

www.ayuntamientocampo.com y tel. 974 55 00 00

Cabañas en el Hospital



La reciente inauguración del conjunto de cabañas de pastor rehabilitadas en el Hospital de Benasque es sólo una parte del trabajo de recuperación del patrimonio transfronterizo creado a lo largo de los siglos entre los Valles de Benasque y de La Pique (Bagnères de Luchon) y más concretamente el ubicado al pie de los puertos: Hospitales, cabañas de pastores, puestos de control de fronteras, minas,...

PIRINEOS FREE MAGAZINE

Periódico semestral de información turística, deportiva, cultural, gastronómica y de ocio. Distribuido gratuitamente en el Pirineo

DIRECTOR:
Vicente Arregui

COORDINADORA EDITORIAL:
Pia Minchot

REDACCIÓN Y ARTÍCULOS:
Pia Minchot, Vicente Arregui, Daniela Fraschetti

FOTOGRAFÍA:
Ángel Sahún - www.retrateria.com
Biplaza - www.biplaza.com
Telemark BCN, Eduardo Forcada, Marc Gasch, Jorge Subías

ILUSTRACIONES:
Víctor Arregui - biplazadesign))

DIRECCIÓN DE ARTE Y MAQUETACIÓN:
Vicente Arregui - biplazadesign))
www.biplaza.com
Nicola Tremolada - www.dolomitifree.com

HAN COLABORADO EN ESTE NÚMERO:
Javier Bielsa (Freeride), Telemark BCN (Telemark), Dr. Ulloa Reinoso (Seguridad), J. Luis Ona y Nico Sahún (Fondo), J. Antonio Saura (Patués), D. Domingo Subías (Turbiné), Shivering (Ferrata), Juan Naudín y J. M. García Escudero Uribarri (Recetas)

La acción estará basada en la investigación, la recuperación del patrimonio y la puesta en valor tanto a nivel turístico como a nivel de comunidad local.

El proyecto se está realizando dentro del proyecto INTERREG Hospitalidad Pirenaica/Hospitalité Pyrénéenne y está liderado por el Ayuntamiento de la Villa de Benasque.

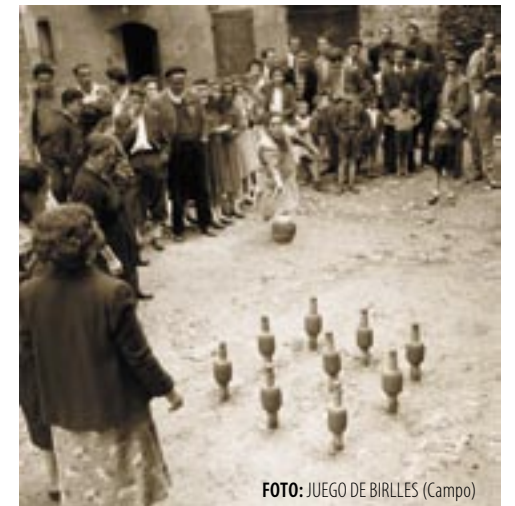


FOTO: JUEGO DE BIRLLES (Campo)

Pirata Fatsession 2006

Fatsession es un encuentro abierto a cualquier freeski y telemarker que quiera probar novedades en material freestyle-freeride de esquí y telemark, compartir experiencias, aprender, hacer descensos de la mano de expertos y, sobretodo, pasar un par de días en compañía de buenos amigos y gente con el mismo espíritu freeride-freestyle.

Pirata es un contest internacional de freeride de referencia en el Pirineo donde participan los mejores freeriders, (esquí, snowboard y telemark),



EDITA:

BIPLAZA - APTP (en trámite)
Barcelona - España
tel: 9341203662 / fax: 934122569
www.biplaza.com - biplaza@biplaza.com
www.pirineosfree.com - info@pirineosfree.com
Depósito legal: B-32253/2005
Editada en colaboración con Dolomiti Free Magazine
Proguide.it, Silvia Piardi y Francesco Tremolada

PUBLICIDAD:

Aura Bedoya
publicidad@pirineosfree.com fax: 934 122 569

FOTOMECÁNICA E IMPRESIÓN:

Sanvergrafic - Barcelona

LA REDACCIÓN AGRADECE A LOS ANUNCIANTES DE ESTE NÚMERO, QUE CON SU PARTICIPACIÓN HAN APOSTADO POR ESTE NUEVO PROYECTO PARA LA PROMOCIÓN DE LA COMARCA DE LA RIBAGORZA Y SUS MONTAÑAS.

Pirineos Free Magazine declina toda responsabilidad por eventuales errores o inexactitudes en los textos elaborados por la redacción o los colaboradores de la misma. Los itinerarios y actividades descritos en esta publicación pueden presentar peligros debidos a la naturaleza misma de la montaña o de los deportes, y deben afrontarse siempre por personas con la adecuada experiencia o acompañados de un profesional de la actividad o de un guía de montaña y siempre asumiendo el propio riesgo.

Reservados todos los derechos de reproducción. Queda terminantemente prohibida la reproducción, completa o parcial, en cualquier lengua sin la previa autorización por escrito del editor.

Con la colaboración de:



pugnando por hacer los mejores descensos en terreno virgen de alta montaña. Esta PIRATA se centrará más en los descensos que la anterior edición 2005, muy dura por las largas aproximaciones.

4 y 5 de marzo, 2 días de puro freeride en los mejores spots del Valle de Benasque. Fechas a confirmar.

www.fatsession.com



Dolomiti Free Magazine

De nuevo una edición de nuestra revista gemela en las Dolomitas. Multitud de propuestas para los amantes de las montañas a los que les gusta viajar, quienes podrán obtener gratis un ejemplar en cualquiera de los puntos de distribución y oficinas de turismo de la zona. También disponible para descargar en formato PDF en su página web.

www.dolomitifree.com

AGENDA DE EVENTOS INVIERNO 05/06

NOVIEMBRE			
28 al 29	Curso de nuevas elaboraciones de chocolate y decoración. (ver noticia)	Guayente	
DICIEMBRE			
3 al 4	I Jornadas para Convivir	Castejón de Sos	
3 al 4	III Congreso de Brujería (ver noticia)	Laspaúles	
5	Cabalgata de Reyes	Benasque, Campo, Castejón de Sos	
16 al 20	SELVA Y CAZA. II Jornadas de Cocina Tradicional Ribagorzana. La Navidad Conferencias, documentales y talleres de cocina	Graus	
18	III Campeonato de Esquí Alpino M. A. B. (ver noticia)	Cerler	
23	Concierto de Navidad. A cargo de la orquesta coral Villa de Graus	Graus	
28 (por confirmar)	Tradicional Concierto de Navidad. A cargo del coro "Pitarroys del Freix" y la Orquesta de Cámara de Huesca (ver noticia)	Benasque	
ENERO			
22	XI Cronoescaleta de Esquí Alpino MEMORIAL del RECUERDO (ver noticia)	Cerler	
FEBRERO			
4 y 5	Fiesta de las mujeres. Santa Águeda	Campo	
8	Jornadas culturales y medioambientales en homenaje del 94 aniversario de la muerte de Joaquín Costa	Graus	
28	Losar (Año Nuevo Tibetano) en Dag Shang Kagyu	Graus	
MARZO			
4 al 5	Pirata Fatsession (ver noticia)	Cerler	
17 al 19 y 24 al 26	I Salón de la trufa	Graus	
Consultar web	Fiesta Pirineos Free Magazine. Con sorteos de regalos y sorpresas. Más info en www.pirineosfree.com		
ABRIL			
21 al 23	V Jornadas de Lenguas de la Ribagorza	Graus	
29	Mc's. Festival de dj's locales	Graus	
Más Información			
Oficina de Turismo Benasque www.turismobenasque.com info@turismobenasque.com Tel. 974 55 12 89	Oficina de Turismo de Castejón de Sos www.castejondesos.es ocio@castejondesos.es Tel. 974 55 30 00	Oficina de Turismo de Campo www.ayuntamientocampo.com Tel. 974 55 00 00	Oficina de Turismo de Graus www.turismograus.com Tel. 974 54 61 63
Asociación Cultural Guayente www.guayente.info	Tel. 974 551 327	Comarca de la Ribagorza Tel. 974 54 03 85 turismoymdesarrollo@cribgorza.org	



Editorial

El segundo ejemplar de Pirineos Free Magazine ya está aquí, consolidando su primer año de existencia. Más páginas y más contenidos para vuestro disfrute; y sobretodo más ejemplares, para que llegue a todas partes. Vuestras felicitaciones y palabras de aliento nos dan ánimos para continuar este proyecto, nacido en La Ribagorza.

Pirineos Free es gratuito, y no sólo eso, también regala material y estancias en el Valle. Dinos qué opinas de esta revista y participa en el sorteo de regalos. Encontrarás más información en la página 8.

Hay muchas formas de disfrutar la nieve y el invierno en la montaña, y en estas páginas os proponemos algunas, que no todas. En pocos años la montaña ha dejado de ser un inhóspito lugar donde vivir, para convertirse en un lugar de ocio y contacto con la naturaleza.

Los valores naturales, preservados durante generaciones, nos deben recordar que no somos los primeros en llegar aquí. Practica pues las actividades con precaución y respeto al medio que te envuelve.

¡A disfrutar!

Pirineos Free Magazine

AGENDA DE FIESTAS INVIERNO 05/06

FECHA	POBLACIÓN
6 de enero	Cabalgata de Reyes en Benasque, Castejón de Sos, Campo
20 al 21 enero	Fiestas de San Sebastián en Castejón de Sos, Eriste y Panillo
5 de febrero	Día de Santa Águeda, fiesta de las mujeres. En Graus, Castejón de Sos y Campo
23 de abril	Festividad de San Jorge en Castejón de Sos: Misa en La Roqueta, Aperitivo Popular y Comida de Hermandad
29 de abril	Fiestas populares en Villanova

Puedes enviarnos las noticias y eventos que estás preparando para que aparezcan en el próximo número: Verano 2006
info@pirineosfree.com



Abriendo puertas

Rins, Fadas, Priedahita, Abenzoas, San Valero, Estarún, La Carlanía, Bibiles, Gabarrer, Espolla, Buirra, Soperún, Obis o Castrocit, son sólo algunos de las decenas de pueblos deshabitados desgranados a lo largo y ancho de la Ribagorza oscense. Diversas entidades y asociaciones han comenzado a asumir el reto de desarrollar proyectos turísticos y conseguir pobladores estables para estas áreas de población rural, con el fin de contribuir a su recuperación social, económica y patrimonial.

«Los días eran largos, perezosos, y la tristeza y el silencio se abatían como aludes sobre Ainielle. Yo pasaba las horas vagando por las casas, recorría las cuadras y las habitaciones y, a veces, cuando el anochecer se prolongaba mansamente entre los árboles, encendía una hoguera con tablas y papeles y me sentaba en un portal a conversar con los fantasmas de sus antiguos habitantes». Andrés de Casa Sosas, el protagonista de *La lluvia amarilla* de Julio Llamazares, y último habitante del pueblo serrables de Ainielle, relata en la novela sus últimas horas de vida en la noche en la que la muerte le conducirá al encuentro de sus seres queridos. La historia ficticia de Andrés es la de las últimas horas de vida de un pueblo real que

hace más de treinta años cerró la última puerta de una de sus casas para siempre. Desde entonces, sus calles, al igual que las de otros 200 pueblos abandonados de la provincia de Huesca, resisten en silencio al olvido.

La provincia de Huesca ostenta el triste récord de contar con el mayor catálogo de pueblos abandonados de España. El panorama parece desalentador: disminuye el número de habitantes de los pueblos y se pierden los servicios mínimos, y con ellos la posibilidad de desarrollo. Sin embargo, ni todos los jóvenes se quieren ir, ni sólo en los pueblos viven los oriundos del lugar, ni todas las marchas son definitivas. Si bien es cierto que en España no existe una política de repoblación activa, durante los últimos años, en especial durante los últimos cinco o seis, en muchos municipios rurales se ha frenado esta sangría demográfica y, en el caso concreto de Aragón, se ha empezado a crecer en número de habitantes. Para explicar este fenómeno, conocido por muchos como «neoruralismo» se deben considerar situaciones personales y colectivas, entre las que destacan los cambios en los gustos o en las perspectivas de calidad que ofrece la vida en un núcleo rural. Cabe destacar, en este sentido, que, desde el punto de vista económico, casi la única manera de repoblar pueblos abandonados en España es mediante fondos propios, puesto que no existen partidas especiales para estos fines. En cualquier caso, desde hace unos años, el desarrollo de nuevos proyectos de repoblación nacidos de asociaciones, en su mayoría, sin ánimo de lucro, ha comenzado a dar sus frutos. En gran parte orientadas a personas jóvenes, en edad laboral y con intención de formar familia, estas asociaciones coinciden en destacar

la falta de viviendas o terrenos urbanos disponibles para las personas que desean recuperar los pueblos y la poca coordinación entre las entidades públicas y privadas que trabajan en los procesos de repoblación. Ante esta realidad, se celebraron hace ya seis años las primeras Jornadas en Aragón sobre los Retos de la Integración de Nuevos Pobladores en el Medio Rural. A partir de ahí se organizaron distintos encuentros para buscar soluciones operativas. De esta manera, en 2001 se creó la Asociación de Municipios contra la Despoblación en Aragón, y el Proyecto ANER de Cooperación Transnacional entre grupos de Desarrollo Rural de distintas comunidades autónomas españolas y la región francesa de Limousin (la zona europea con más experiencia en procesos de acogida de nuevos pobladores). Su trabajo se concretaría meses después en el proyecto Abrazo la Tierra (www.abrazalatierra.com). Dirigido a personas que quieren desarrollar su proyecto laboral y de vida en el medio rural, entre sus objetivos destaca crear un Observatorio sobre los procesos de asentamiento de población en zonas rurales; poner en marcha una red de oficinas de acogida de nuevos pobladores-emprendedores, cuya principal función sea informar, asesorar y prestar apoyo al nuevo poblador, tratando de conjugar sus necesidades personales y empresariales con los recursos del entorno; y desempeñar funciones de intermediación, preparando la acogida de los nuevos pobladores, promoviendo la sensibilización de la población local y la coordinación interinstitucional. Otra de estas asociaciones es Repoblando.org (www.repoblando.org), una iniciativa privada que persigue alcanzar un desarrollo rural sostenible. Nacida en el verano de 2001 como un pequeño foro electrónico, comparte información sobre la repoblación rural en España y sobre la creación de ecoaldeas, y orienta sin coste alguno a los municipios que sufren problemas de despoblación y desean implantar soluciones para paliar los mismos.



FOTO: A. SAHÓN

En otra línea, pero con el mismo objetivo de poner en valor el patrimonio deshabitado o en desuso, el Departamento de Medio Ambiente del Gobierno de Aragón ha propuesto dos vías: o bien efectuar él mismo las actuaciones -contempla o ya ha puesto en marcha un total de siete, entre las que destaca la rehabilitación para convertirla en albergue de la Casa Batlle, en Montfalcó- o realizar cesiones a través de las administraciones del territorio. Durante los años ochenta, el Gobierno aragonés recibió del Estado las competencias de Medio Ambiente y patrimonio forestal. Con ellas, se le entregó un extenso listado de pueblos o caseríos abandonados en el medio rural aragonés, en muchos casos en entornos singulares que ahora son de especial interés para el turismo rural y ecológico. Así, entre sus propiedades figuran medio centenar de pueblos deshabitados y más de cien pardinas, aldeas o masías. Según parece, el propósito del GA es procurar que los ayuntamientos, los gobiernos comarcales, asociaciones, empresas o particulares, lleguen a acuerdos para recuperar más núcleos abandonados, sobre todo orientándolo a las posibilidades que ofrecen de cara al turismo. Cabe destacar en este sentido que es la primera vez que el Gobierno aragonés invierte en la rehabilitación de pueblos o caseríos deshabitados. ✱

De la Puebla de Fantova a Centenera con GPS

Para personas amantes de la bicicleta y con ganas de tomar contacto con el GPS.



La Oficina de Turismo de Graus edita una guía completa de itinerarios con GPS por la zona y dispone de GPS con las rutas programadas para que cualquier persona pueda seguirla sin necesidad de un acompañante. Se trata de una forma de senderismo realmente innovadora, apoyada en las nuevas tecnologías y pionera en el mundo del turismo en definir y programar rutas con un navegador personal.

Para iniciar esta ruta, hay que dirigirse a La Puebla de Fantova. Desde Graus, se sigue la carretera A139 dirección Benasque hasta las Ventas de Santa Lucía, donde se toma un desvío a la izquierda que nos lleva a nuestro destino, 6 km más adelante.

Es una ruta muy entretenida que transcurre por asfalto y tierra, y que atraviesa barrancos y despoblados. Se puede acceder a la ermita de San Clemente (San Clímén) saliendo de la pista. La subida al Castillo de Fantova es de nivel alto, pero también puede realizarse a pie y dejar la bicicleta en el merendero. En invierno hay que tener cuidado en la bajada por el "camino del Obago Turmo", justo antes del barranco, ya que suele formarse una placa de hielo. Desde allí sale una pista que puede llevarnos a visitar los despoblados de Erdao y Bafaluy, o volver hasta la carretera comarcal de Centenera después de realizar un agradable paseo y de nuevo a La Puebla de Fantova.

Ermita de San Clemente

Una ermita del siglo XII de una sola nave y bóveda de cañón, al estilo de otras del entorno.

Castillo de Fantova

Fortaleza ribagorzana esencial en el proceso reconquistador del siglo XI. Fue residencia condal ribagorzana y bastión militar de la vanguardia frente a los musulmanes. Se conforma por una torre circular de veinte metros de altura cons-

truida por maestros lombardos a inicios del s. XI como lo demuestran el uso de la bóveda de arista o la escalera intramural. Formando parte del mismo conjunto está la ermita de Santa Cecilia, construida principalmente entre los siglos X y XII y que cuenta con dos ábsides. El conjunto también muestra una serie de tumbas antropomorfas y un profundo aljibe, todo ello excavado en la roca. Si nos adentramos en el valle al norte del castillo de Fantova, descubriremos una serie de aldeas muy interesantes.

Bafaluy (Barfalluy)

A unos 3 km del castillo, es el despoblado más oriental del valle, en el que encontramos la iglesia parroquial de San Martín de origen gótico.

Erdao (Yardo)

Justo frente al castillo, fue también fortaleza cristiana, destacando en el lugar la lombardista iglesia de San Cristóbal así como Casa Puicóntó.

Centenera

A 9 km del castillo. Mantiene rincones típicos, pasajes cubiertos, soportales y calles estrechas y empedradas. Su iglesia, algo alejada del núcleo, ya es de estilo barroco y se dedica a San Juan Bautista.

Ruta GPS:

Salida / Llegada: La Puebla de Fantova

Longitud: 20,1 Km

Tiempo: 2h30m en bicicleta

Dificultad: Media

Aconsejado para: Personas amantes de la bicicleta y la naturaleza, con ganas de tomar contacto con el GPS.

Más información: Oficina de Turismo de Graus. 974 54 61 63

www.turismograus.com

¿Conoces Cerler?



Las ampliaciones y mejoras de las últimas temporadas han aumentado las posibilidades de la estación de esquí. Tanto es así, que merece la pena dedicar una jornada a descubrirla. Esta propuesta nos llevará a los más bellos rincones de esta estación aragonesa.

Para llevar a cabo todo el recorrido, conviene empezar temprano y evitar así las aglomeraciones aprovechando la mejor calidad de la nieve de primeras horas.

Iniciamos la ruta en el Molino y tomaremos el telesilla B1 que nos lleva a Cota 2000 y de allí el telesilla Cogulla hasta la cima ❶. Es muy recomendable comenzar con unos ejercicios de calentamiento que prevendrán lesiones, a los que

seguirá una bajada suave, siempre por debajo de nuestras posibilidades.

Según descendemos, a nuestra izquierda parten dos caminos que se dirigen al sector Rincón del Cielo. Este año se han sustituido los antiguos telesquíes de Lavert y Rincón del Cielo por un moderno telesilla seis plazas desembragable. (*)

Desde la cima de Rincón del Cielo se divisa una magnífica panorámica del Valle, con los pueblos que forman la ruta del Solano en primer término, Castejón de Sos, la sierra de Chía y al fondo el imponente macizo del Turbón.

En el pequeño altiplano que nos separa del pico Cogulla, acostumbra a aterrizar un ultraligero con esquís ❷ que realiza paseos alrededor de la estación cuando el tiempo es bueno.

Bajando de Rincón del Cielo hallamos la pista Stadium, ❸ donde las jóvenes promesas de esquí del Valle entrenan casi todos los días. Es impresionante verlos bajar a velocidad de vértigo; entran ganas de tomar unas clases de técnica de esquí para tratar de emularles. Todavía mucha gente esquía o surfea derrapando del modo tradicional. Con las nuevas cotas carving en los

esquíes la técnica ha evolucionado muchísimo.

De vuelta a Cota 2000, tomaremos el pequeño telesilla de Sarrau. ❹ Es un remonte antiguo que sube lentamente por la cara oeste del Pico Cerler, y nos ofrece unos minutos de descanso y una bella vista del bosque de pinos que recorre su trazado.

Tomamos la pista a nuestra derecha que nos lleva directamente a la Colladeta ❺ punto ideal para hacer un alto e hidratarnos. El sol y el aire frío en la montaña, unidos al ejercicio físico, nos deshidratan a buen ritmo. Una rehidratación constante mejora nuestro rendimiento muscular y evita lesiones y, si hace frío, una bebida caliente en la pequeña cabaña-cafetería nos devolverá el calor al cuerpo.

Nos dirigimos ahora al telesilla Gallinero ❻ que nos conduce a la cota más alta de la estación, con 2728 m. Su cima nos ofrece varias opciones de descenso, desde una cómoda pista azul, La Perdiz Blanca, hasta el tubo de Marmotas (negra), para los más experimentados. Todas conducen de nuevo al sector Ampriu.

El Ampriu es un punto que ofrece multitud de servicios: jardín de nieve, zona debutantes, taquillas, alquiler de esquís, circuito de sleds ❼, etc... Es un buen sitio para comer, su gran cafetería siempre tiene un menú caliente para saciar el apetito y, si el día es soleado, desde su gran

terrazza podemos observar gran parte de la estación mientras nos recuperamos.

Al reanudar la marcha no hemos de olvidar que nuestro cuerpo se ha enfriado y que debemos volver a efectuar una nueva bajada de calentamiento. Para ello lo ideal será tomar el telesilla de seis plazas que parte a nuestra izquierda en dirección al collado de Basibé. ❽ Desde allí podemos divisar, al otro lado, el Valle de Castanesa.



Otra perspectiva de Cerler

Volar en ULM es una oportunidad para observar a vista de pájaro el entorno nevado, diviso los picos de Posets, Aneto y Maladetas, para aterrizar luego con suavidad y continuar nuestra jornada de esquí. Los fines de semana conviene reservar:

(Gerardo Bielsa: 646397509 – Arturo Polo: 610287838)

Si lo tuyo es el parapente, a la vuelta de esquiar puedes bajar planeando desde el Mirador hasta Benasque.

(Tandem Team – 653 722 126)



¿Todavía derrapas?

Es sorprendente como unas pocas horas de clase con un monitor cualificado, mejoran por completo la sensación de deslizamiento y reducen nuestro cansancio al esquiar. Una buena técnica nos hará esquiar o surfear disfrutando más y con mayor seguridad.

(Equipo Barrabés – 974 551056, Compañía de Guías – 974 551336)



...el descanso tras una jornada de nieve
...el calor de la lumbre y la buena mesa

¡Disfruta de la Hospitalidad!

Ctra. Benasque, km 49.9
22467 Villanova
Valle de Benasque (Huesca)
Tel. 974 553 493
Móv. 699 921 922 / 659 735 376
www.lacasadelrio.com

Ambiente familiar y acogedor en un enclave singular y exclusivo junto al río Ésera, en el Valle de Benasque.
Hotel de Montaña*** Sólo 8 habitaciones totalmente diferentes · Restaurante, Parrilla y cómoda zona de aparcamiento.



FOTO: A. SAHÚN

La pista de Basibé, una azul ancha y cómoda, nos permite ir entrando en calor gradualmente para continuar nuestro recorrido.

De vuelta al Ampriu, tomaremos el remonte que nos devuelve a la Colladeta, punto en que deberemos controlar el horario de cierre de remontes si es que tenemos el coche en El Molino. Si tenemos tiempo, algún descenso más del Pico Gallinero por cualquiera de sus variantes es



Frío, viento, hielo...

¿Eso es divertido? No olvides que estás en alta montaña; el sistema de capas es la mejor defensa contra los cambios bruscos de tiempo. Crema solar con factor de protección elevado y unas gafas de sol con filtro UV son imprescindibles si quieres cuidarte la piel y los ojos.

¡Protege tu cabeza! Las nuevas técnicas de descenso y el material evolucionado traen consigo un aumento de la velocidad y un agravamiento de las consecuencias de las colisiones; el uso del casco ya es imprescindible, aunque la mejor protección sigue siendo una actitud responsable y una velocidad adecuada a tu nivel.

una buena opción; algunas de ellas nos llevan de vuelta a la Colladeta y otras bajan directas hasta el Ampriu. Si no, un descenso por la pista Barranco, nos devolverá a Cota 2000 para seguir esquiendo en el sector Cerler.

La pista Cogulla es un lugar magnífico por su amplitud para practicar los giros carving, pero no olvidemos que se debe mantener siempre una velocidad controlada cuando se circule junto a otros usuarios de las pistas y siempre, siempre se debe llevar casco.

Reservaremos algo de fuerzas para el último descenso a El Molino. A última hora de la tarde se suelen producir aglomeraciones en la pista, los esquiadores que regresan a sus vehículos se suman a los debutantes que usan las pistas de las cotas bajas. Esto, unido al factor de fatiga muscular, deberá hacernos extremar las precauciones. Recuerda que la mayoría de lesiones y accidentes en las pistas, se producen a final de la jornada; así que, deja esa "última bajada" para el próximo día.

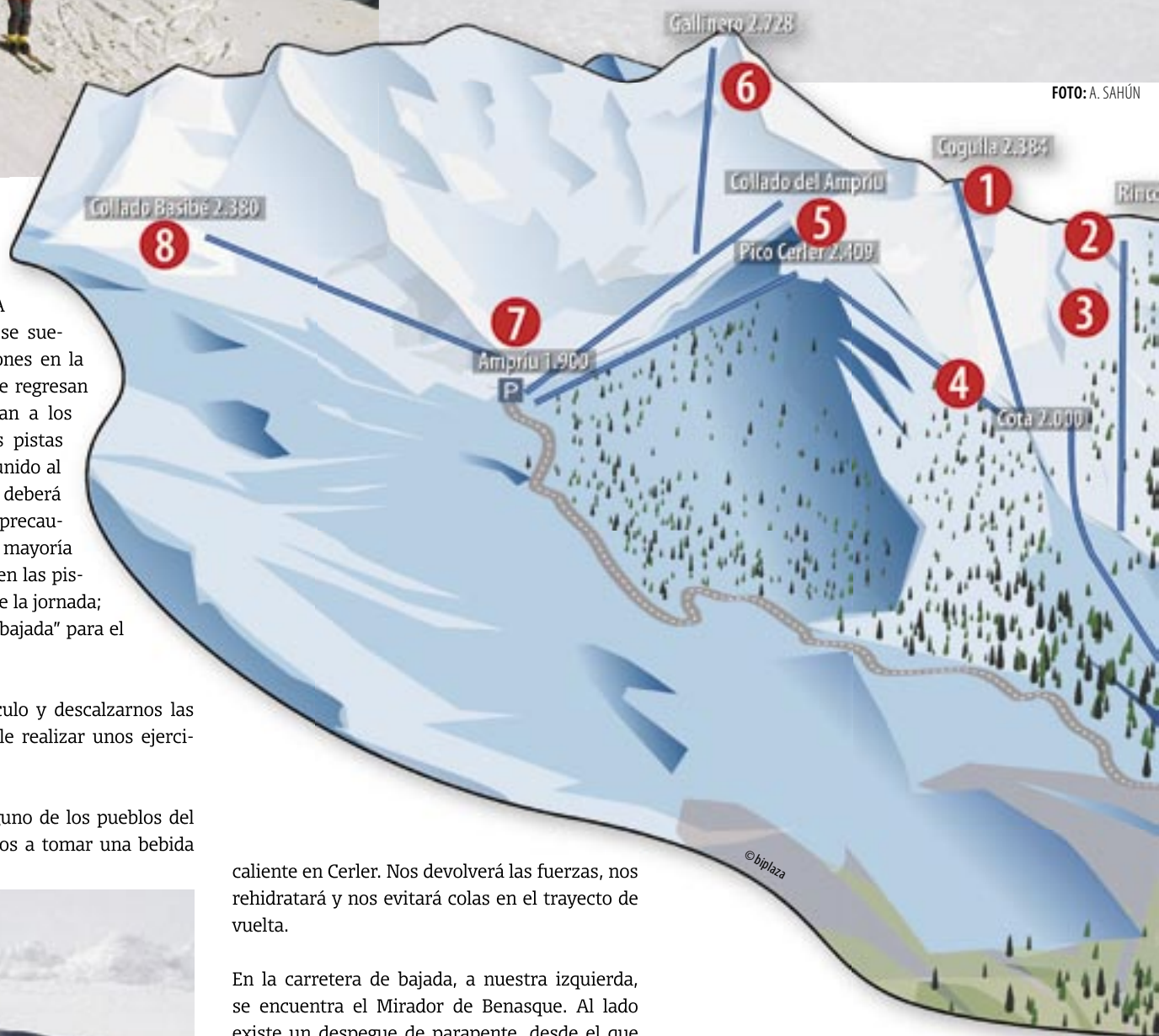
Al llegar a nuestro vehículo y descalzarnos las botas, es muy aconsejable realizar unos ejercicios de estiramiento.

Si nuestro destino es alguno de los pueblos del Valle, podemos detenernos a tomar una bebida



Estiramientos

Gemelos y cuádriceps... son los músculos más solicitados practicando este deporte. Si los estiramos adecuadamente mañana podremos volver a esquiar sin agujetas y contracturas musculares. Si realizamos sistemáticamente al terminar cada jornada una sesión de 5 minutos de estiramientos... sin forzar, llegaremos a final de temporada en plena forma y sin molestas lesiones por sobrecarga.



caliente en Cerler. Nos devolverá las fuerzas, nos rehidratará y nos evitará colas en el trayecto de vuelta.

En la carretera de bajada, a nuestra izquierda, se encuentra el Mirador de Benasque. Al lado existe un despegue de parapente, desde el que pilotos biplaza realizan vuelos con pasajeros para aterrizar con suavidad al fondo del valle. Otra forma de bajar... sin colas! ✕

¡¡PON EMOCIÓN A TU VIDA!!

COMPañÍA DE GUÍAS MONTAÑA
El Equipo Barrabes dispone de una selección de Profesionales de la Montaña en invernral para que puedas disfrutar de la montaña en toda su diversidad de una forma segura.

ESCUELA DE ESQUI Y SNOWBOARD:
CLASES PARTICULARES - STAGES TÉCNICOS INTENSIVOS - CURSOS INICIACIÓN AL ESQUÍ - ESQUI BABY - TOP CLASS ELITE - ESQUÍ DE MONTAÑA - SNOWBOARD - COMPETICIÓN - PERFECCIONAMIENTO - FREERIDE - STAGES PRETEMPORADA ALPES - ESCALADA EN HIELO
CURSOS DE ALPINISMO - CORREDORES Y ESCALADAS EN INVERNAL - PASEOS CON RAQUETAS Y MUCHO MÁS...

INFORMACIÓN Y RESERVAS:
Edificio Barrabes 1ª planta Benasque (Huesca)
Tel: 974 551 056
equipo@barrabes.com
www.barrabes.com

HUSA HOTELES · Edificio Edelweiss · 22449 CERLER · Tel: 974 551242 Fax: 974 551622
www.husa.es · hotel@husa-edelweiss.com

Freeride POR LA SUR DEL GALLINERO

La estación de esquí de Cerler ofrece un paisaje espectacular y variado. Sus pistas, bien pisadas, balizadas, con distintas dificultades satisfacen las expectativas de casi cualquier esquiador.

Para quienes quieren ir más allá y descubrir lo que hay al otro lado de la montaña, por nieves vírgenes y paisajes desconocidos, fuera del bullicio del centro de esquí, encontramos varios recorridos accesibles desde la Estación que son de una sorprendente belleza incluso para los esquiadores habituales de Cerler. Uno de ellos es el descenso de la cara Sur del Pico Gallinero.

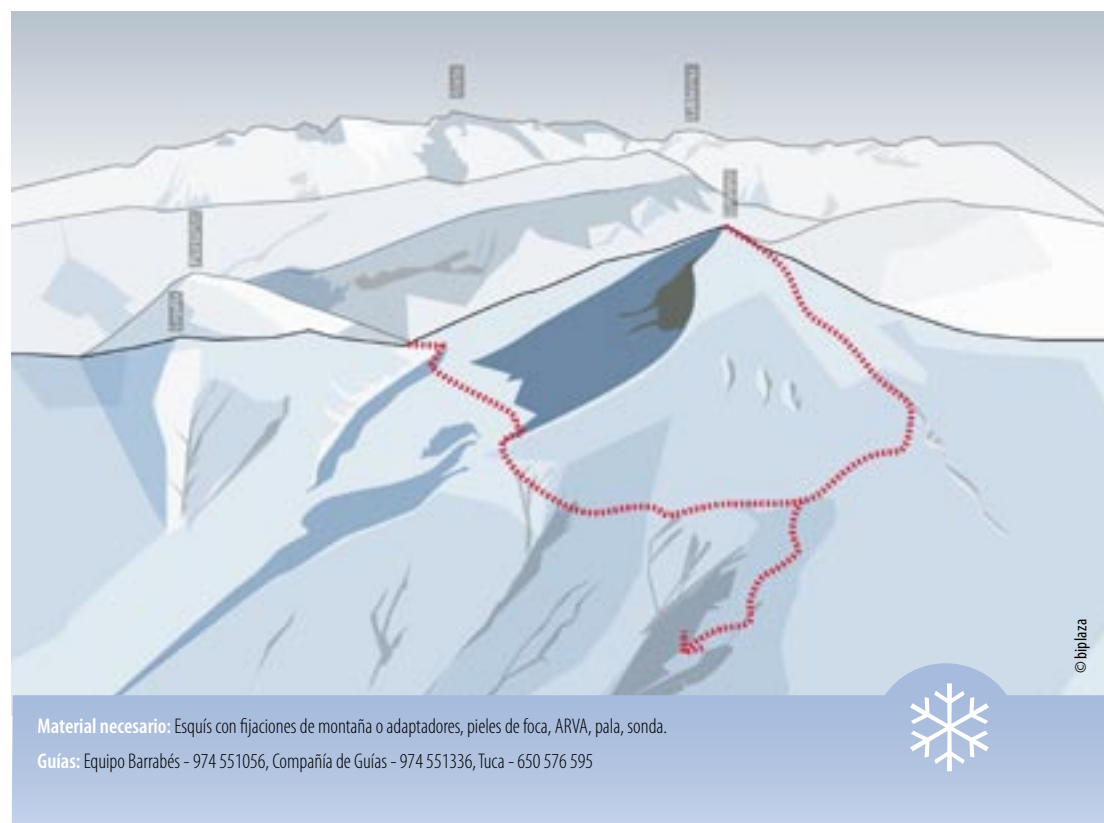
Este itinerario comienza con la subida a la misma cima del P. Gallinero 2728 m. (15 min. de marcha). Su cumbre, vértice geodésico, es un mirador extraordinario de las montañas del valle, pero también de todo el Pirineo y Valle del Ebro, desde el Cadí hasta el Vignemale, desde el Aneto a la Sierra de Guara.

La primera parte del descenso por la soleada vertiente Sur es una amplísima ladera de pendiente uniforme y de más de 500 m de desnivel que termina sobre un terreno ondulado y fácil. El ambiente es muy distinto al de la Estación de Esquí, por el silencio sobrecedor, la luz abundante y un horizonte lejano. Desde allí es posible volver a la

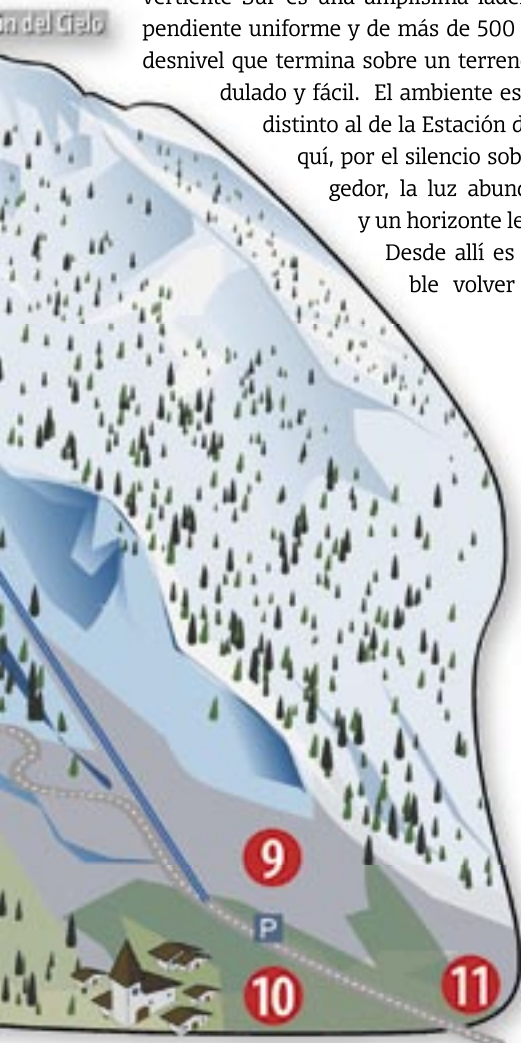
Estación de Esquí cruzando la vertiente Oeste del P. Gallinero y remontando durante otros 15 min. hasta el Collado de Liri. Pero hay también una variante que consiste en continuar el descenso hacia Arasán hasta la cota 1700-1800 para desde allí volver en vehículo a nuestro lugar de residencia en el Valle, recorriendo los pueblos del Solano.

Es aconsejable prever al menos dos horas para completar el circuito, y tres si el descenso es hacia Arasán.

Para la realización de estos recorridos es necesario tener un buen nivel de esquí y si no se posee gran experiencia en esquí de montaña deben ser realizados con el acompañamiento de un monitor especializado que conozca perfectamente el itinerario y el estado de la nieve. Si las condiciones son adecuadas no se requiere material específico aunque si la nieve es profunda para el ascenso son útiles unos adaptadores para las fijaciones de pista que permiten levantar el talón en la subida y pieles de foca. ❄



Material necesario: Esquí con fijaciones de montaña o adaptadores, pieles de foca, ARVA, pala, sonda.
Guías: Equipo Barrabés - 974 551056, Compañía de Guías - 974 551336, Tuca - 650 576 595



Libera tus talones

El Telemark actual o Free Heel Skiing, dista mucho del practicado por los noruegos desde los tiempos de Sondre Norheim (aunque conserve su esencia y filosofía) y del practicado 15 años atrás con esas preciosas botas de cuero, esos jerséis estilo nórdico y esos esquís largos y rectos como palillos. Hoy han dado paso a altas botas de plástico, cables endurecidos y esquís con cotas carving de vértigo.

Su práctica no ofrece ningún tipo de barrera en cuanto a edad, condición física o nivel técnico. Gracias a los tremendos avances que se han producido en el material, sobre todo en los últimos cinco años, y especialmente por la aportación de la industria americana, hoy todo el mundo puede practicar Telemark. Eso sí, teniendo claro que se sube a la montaña a hacer deporte.

El Telemark es la disciplina más elegante y apasionante del deporte blanco. Esta modalidad de esquí nórdico ofrece un abanico de polivalencia, que ningún otro vehículo sobre nieve es capaz de ofrecer. Con un solo par de esquís y botas permite el trabajo físico del esquí de fondo, la excursión relajada y turística del backcountry, la ascensión más vertical, la curva del gigante más conducida, el freeride más extremo y el Freestyle más radical.

Pruébalo y, al liberar tus talones, liberarás tu mente.

Por tu seguridad...

Si esquías fuera de pista, y no quieres vértelas cara a cara con una avalancha, te recomendamos que tengas en cuenta estas sencillas recomendaciones:

Evita caminar por la zona a sotavento y sobre todo por las placas de viento. Es la nieve más inestable y el terreno más propicio a la formación de avalanchas.

Respetar las indicaciones de "PROHIBIDO ESQUIAR FUERA DE LAS PISTAS BALIZADAS", "NO PASAR, RIESGO DE AVALANCHAS". Si no lo haces, no sólo pones en peligro tu vida sino la de todo el personal de seguridad y emergencias así como la de otros esquiadores.

Si a pesar de todo has de cruzar una zona con peligro, hazlo siempre por las aristas y mejor por zonas con árboles u otros obstáculos naturales que pueden ofrecerte cierta protección.

En grupo, se cruzará siempre de uno en uno. Mientras uno cruza, tras haberse liberado de todas las ataduras (bastones, esquís, mochila) el resto del grupo permanecerá en lugar seguro, atentos ante el posible desencadenamiento de una avalancha.

Si esta ocurre, hay que intentar determinar el punto de desaparición de la víctima; punto en el que posteriormente comenzará su búsqueda.

En la montaña en invierno, el riesgo de aludes inunca es cero! es muy importante llevar un ARVA (Aparato para el Rescate de Víctimas de Avalancha) siempre en el pecho bajo el anorak y no en la mochila. Una víctima con ARVA puede ser localizada en menos de 10 min. Sin él la búsqueda puede durar horas o días... tú decides.

¿Y si a pesar de todas nuestras precauciones se produce una avalancha?

Lo más importante es mantener la calma y poner en marcha el PROTOCOLO DE ALERTA Y SOCORRO que consiste en PROTEGER (a la víctima, acompañantes y a ti mismo), ALERTAR al 112 indicando lugar y tipo de accidente, número y estado de los heridos, pronóstico, circunstancias agravantes, condiciones meteorológicas en la zona, vía más fácil de acceso, tratamiento aplicado, conocimientos en Primeros Auxilios de los presentes, número de teléfono de con-

tacto -mejor varios y recuerda que debe ser el último en colgar- y SOCORRER, comprobar las constantes vitales procediendo a la reanimación si es necesaria, comprobar y tratar las hemorragias y otras lesiones. INMOVILIZAR siempre EN BLOQUE para no provocar o agravar una posible lesión medular y TAPAR hasta la llegada de los equipos de rescate para evitar una hipotermia.

Y recuerda; disfruta de la montaña, pero ten cuidado ahí arriba.

Dr. Ulloa Reinoso-Instructor Médico de "Ulloa de Salvamento"

Por tu seguridad...





ORTOVOX: S1

Se trata del primer buscador de víctimas de avalancha del mundo controlado por sensor, que es capaz de localizar simultáneamente hasta 5 personas enterradas en un radio de 60 metros. Lleva brújula digital, indicación de temperatura e inclinómetro. Incorpora una gran pantalla con explicaciones en varios idiomas y saldrá a la venta a partir de febrero de 2006.

www.ortovox.com



Manejo básico de piolet y crampones

Este pequeño manual pretende dotar al deportista de unos cimientos sobre los que construir una práctica alpina más consciente y segura. Una descripción minuciosa de las herramientas y las técnicas básicas de detención y progreso lo convierten en un texto indispensable para los alpinistas que empiezan y para refrescar la memoria de los que saben más (o creen saberlo).

Toño Guerra. 72 pág. Desnivel. PVP: 9.50 €

Frontal PRIMUS Primelite

La nueva gama de frontales de tecnología LED con sistema Z-Power™ del conocido fabricante sueco de hornillos, que consigue aumentar el campo de visión hasta los 75 m. Menor peso (desde sólo 49 g) y tamaño que los modelos anteriores. Por si oscurece a la vuelta de una excursión, para ver en el refugio o para poner las cadenas de noche... gracias al reducido consumo te permite tener la luz siempre a punto.

www.primus.se



Ripzone Infinity

La marca canadiense Rip Zone nos vuelve a sorprender con su gama técnica. La chaqueta Infinity, dentro de la gama Trilogy, está fabricada en tejido ripstop de mayor durabilidad. Cuenta con columna 20.000 impermeabilidad y 10000 g/m² de transpirabilidad. Destacan sus cremalleras estancas y sus costuras selladas. Para mayor movilidad incorpora stretch en hombros y codos, ventilaciones y varios bolsillo muy útiles.

RECCO (avalanche rescue system) incluido. Disponible en Nothing Benasque. Precio: 235 €

www.nothingsurf.com



SUUNTO X9i

El Suunto X9, el ordenador de muñeca con GPS más pequeño del mundo, ahora también es compatible con diversos servicios digitales de mapas de todo el mundo. El mejorado X9i presenta un nuevo cargador USB y un conector de PC.

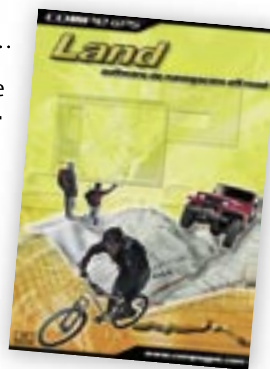
www.suunto.com



COMPEGPS

Las versiones de PC de CompeGPS, popular software de cartografía y GPS, han añadido nuevos GPS a su lista de compatibles. En este caso se trata de los modelos X9 y X9i de la marca finlandesa Suunto.

www.compegps.com



Life-Link Carbon Pro

La empresa de Jackson Hole, especializada en equipar a bomberos y patrullas de montaña ha diseñado un bastón telescópico convertible en sonda muy efectivo.

Sistema de seguridad en muñeca anclaje ovalado y construido en carbono. Destaca por su simplicidad, efectividad y resistencia; nunca te dejará tirado.

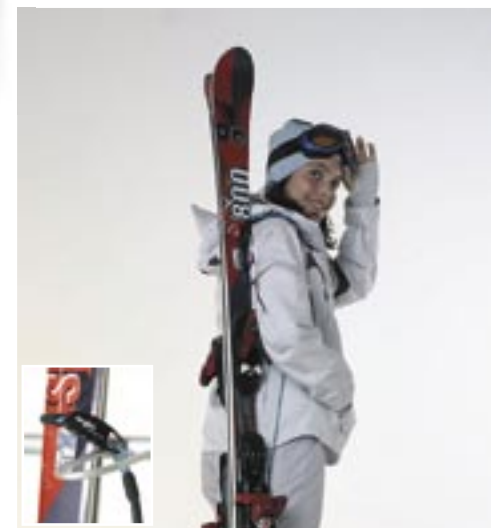
www.life-link.com



Mochila Da Kine Pro II

Una mochila de montaña de alta gama. Sus 25 l de capacidad dan para mucho día en la montaña. Dispone de sistema de acarreo cruzado y diagonal para la tabla de snowboard y los esquís, bolsillo exterior para las herramientas de nieve y compartimento de acceso rápido para un hacha y un mango de pala. Con sistema de hidratación DAKINE, aloja al tubo de modo aislado en un asa para evitar la congelación. Su cinturón tiene un bolsillo con cremallera adaptada al tamaño de la mayoría de las cámaras digitales.

www.dakine.com



Keepski

Keepski es un antirrobo para esquís y snowboards que por su especial diseño permite también un cómodo transporte de los mismos. Consta de un cable de acero plastificado que combina a la perfección resistencia y flexibilidad, para un recogido y portabilidad realmente sencillos; y un práctico candado tipo mosquetón con cierre de combinación numérica. Un ingenioso invento patentado en nuestro país.

www.keepski.com

SORTEO
PIRINEOSFREEMAG
Envía tus datos y rellena un sencillo cuestionario en nuestra página web y participa en el sorteo de estos fabulosos premios. Bases en la web www.pirineosfree.com

Entre todos los participantes sorteamos:

1 equipo de esquí freeride ELAN M777 con fijaciones EL14 para que salgáis de los caminos trillados

1 fin de semana para dos personas en el hotel St Anton*** de Benasque, para que conozcáis el Valle en Primavera

1 equipo de mochila, sonda y pala Life-Link y pieles de foca G3 para que andéis seguros por la montaña

Gafas Julbo, anclajes antirrobo KeepSki... y cientos de sorpresas

Colaboran:



¡Tu opinión cuenta! Envía tus datos y rellena un sencillo cuestionario en nuestra página web y participa en el sorteo de fabulosos premios. Bases en la web

www.pirineosfree.com

Aunque aparecieron por necesidad de desplazarse durante el invierno sobre las inmensas estepas canadienses y del norte de Europa, los Sleds, o motos de nieve, se han convertido en una alternativa de ocio invernal en nuestro país.

Capaces de ascender con facilidad grandes pendientes, de alcanzar velocidades respetables en llano y maniobrar ágilmente en las curvas y al sortear obstáculos, los actuales Sleds han evolucionado mucho desde aquellos primeros trineos a motor.

Recorrer un circuito balizado de varios kilómetros te permite probar con seguridad una de estas máquinas. Rectas, curvas, diversos desniveles... siempre sobre la traza pisada de una máquina quitanieves que hace la conducción más estable y bajo la supervisión de un instructor que

te explicará los secretos de la conducción sobre nieve. El circuito se modifica tras cada nevada para seguir las zonas de mejor innivación.

Saliendo del circuito, podemos iniciar excursiones siguiendo pistas marcadas, disfrutar de la perspectiva de terrenos vírgenes y regalarnos la vista con paisajes idílicos. Un guía nos hará descubrir los más bellos rincones, a los que sólo se puede acceder de este modo... o caminando.

¿Quieres más aventura? ¿Por qué no una cena bajo las estrellas en plena montaña, eso sí, bien abrigados?

Pero no todo acaba aquí, los Sleds son un vehículo ideal para aproximarse a zonas de Freeride. En pocos minutos se pueden ascender varios

cientos de desnivel para acceder a esa pala de nieve virgen que parece que nos está llamando. Llegar al inicio del descenso con las fuerzas al cien por cien, hace la bajada mucho más segura y divertida. ¿Cuántos metros de desnivel puedes bajar en un día? ✕



FOTO: MARC GASCH

SLEDS, la nieve a toda velocidad

Como construir tu propio kicker

Alguna vez puedes encontrarte el salto perfecto, con la rampa adecuada y la zona de recepción idónea, pero no nos engañemos, la mayor parte de las veces tendrás que encontrar el spot y construir tú mismo el kicker (rampa de saltos). Si aprovechas la forma del relieve puedes ahorrarte mucho trabajo de acumular nieve.

Éstos son los pasos para construir tu propio salto

uno
Comprueba los sitios donde habitualmente esquías o surfeas. Algunas estaciones de esquí no permiten la construcción de kickers por temas de responsabilidad y seguros, así que tendrás que buscarte una ladera apartada.

dos
Lleva contigo una pala. Tendrás que apilar bastante nieve.

tres
Escoge el spot con una zona de recepción bien inclinada. Los aterrizajes en plano son duros para las rodillas y cadera y para tu columna.

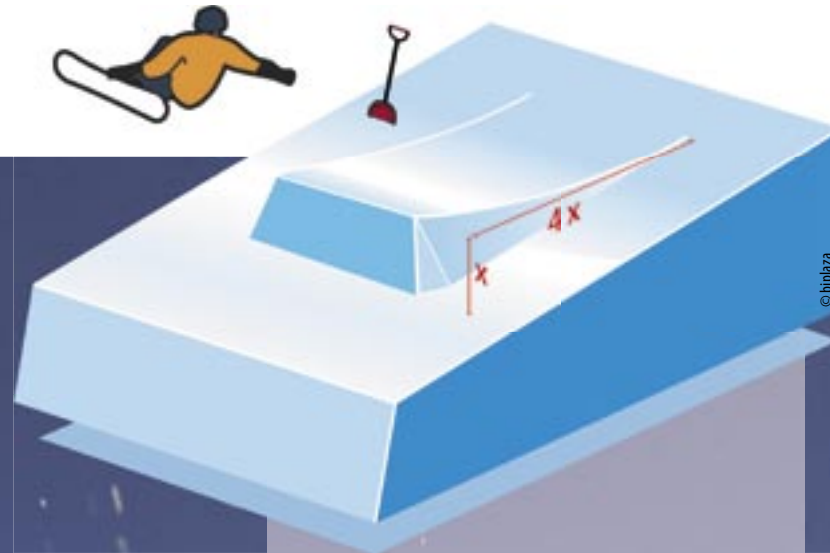
cuatro
Apeltona una buena pila de nieve y compáctala con la pala a medida que se vaya haciendo grande.

cinco
Ahora llegamos al arte del "shaping", dar forma al salto. Intenta que el ángulo de entrada a la rampa sea lo más suave posible, sin cambios bruscos, para que las tablas se deslicen progresivamente.

seis
Recorta los laterales y la parte trasera del salto para que adquiera una forma de triángulo.

siete
Apisona bien la parte superior del salto con la pala o las tablas.

ocho
Ahora sólo queda probarlo. No te lances en plan suicida a la primera de cambio. Practica poco a poco hasta que le cojas el punto y llegue la hora de probar trucos.



Consejos Pirineos Free:

Invierte un poco de tiempo al construir un kicker. Se puede hacer algo rápido pero son más bonitos y duran más cuando se modelan con cuidado.

Llévate la cámara de fotos o de vídeo. Es más que probable que puedas captar algunas buenas poses de tus amigos pegándole al kicker.

Cuando se practica por primera vez se está expuesto a caídas. Aprovecha los días de nieve blanda, una caída en nieve dura o hielo puede ser muy peligrosa.

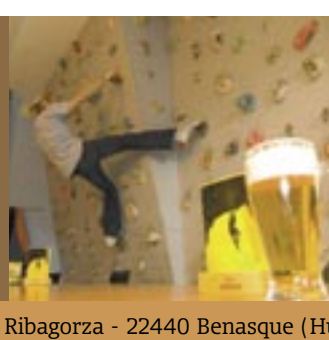
Las escuelas de Snowboard también dan clases de Freestyle. Un par de horas al empezar pueden ser la mejor inversión para progresar rápido y seguro.

Jamás lo hagas sin la presencia de un adulto responsable si eres menor de edad.



albergue EL RUN
Plaza La Fuente, s/n
22165-El Run-Gastejón de Sos
Valle de Benasque (Huesca)
Tel.: 639 231 088/639 156 057 - Fax: 974 553 316
info@albergue-elrun.com - www.albergue-elrun.com

COMPañÍA DE **AGUIAS**
VALLE DE BENASQUE
Escalada en hielo
Freeride · Alpinismo
Excursiones con raquetas
974 55 13 36



Bar **La Compañía**
El bar + montañero
Reseñas / Revistas / Bocadoillos
974 55 29 00

Avda. de Luchón, 19 edif. Ribagorza - 22440 Benasque (Huesca) info@guiasbenasque.com

Siguiendo la historia... con esquís de fondo



Muchos de los deportes que hoy practicamos, y que nos permiten estar en pleno contacto con la naturaleza, tienen su origen en las necesidades de desplazamiento y las rutas realizadas por nuestros antepasados. De la necesidad al ocio, apenas ha transcurrido medio siglo...

Así, el esquí de fondo como deporte encuentra sus raíces en los habitantes de países nórdicos que pasaban largas temporadas de invierno cubiertos por la nieve y tenían que desplazarse en busca de comida. Unas simples tablas atadas bajo los pies les permitían caminar sin hundirse y de allí, la evolución del material y las necesidades humanas derivaron en las diversas formas de practicar el esquí de la actualidad.

El paso transfronterizo de los Pirineos –denominado desde antiguo Camino Real de Francia– es un ejemplo de esta evolución. Lleva a Luchón desde el norte del Valle de Benasque, atravesando un valle glaciar al pie del macizo de las Maladetas, en el corazón del parque Natural Posets-Maladeta, y donde encontramos vestigios de la Edad de Bronce que indican asentamientos y paso de personas por la zona. Calzándonos unos esquís de fondo o de travesía, o con unas raquetas de nieve, podremos seguir la pista de los antiguos caminantes.

Nuestro recorrido se inicia en el actual Hospital de Benasque, **1** heredero directo de aquel que fundara la Orden del Hospital hacia el año 1200, para dar cobijo a los caminantes, viajeros y comerciantes que cruzaban el puerto de la Glera. Al otro lado del Pirineo los viajeros contaban en época medieval con otro hospital gemelo: el de Jouéou, camino de Bañeras de Luchón.

Ascendemos por una pendiente suave, pero sostenida, que deja el Hospital a nuestra izquierda y vamos ganando altura hasta llegar a la "Puyadeta dels Aranesos", **2** con una pendiente corta que nos obligará a usar técnica de tijera para ascender sus últimos metros.

Desde allí divisamos todo el Pllan d'Están, **3** con los meandros del río a veces cubiertos por la nieve, que la pista va salvando con puentes de madera. Es interesante seguir la huella en todo momento ya que, al ser llano, se avanza con rapidez aprovechando el deslizamiento de los esquís y los atajos no ahorran tanto tiempo como parece a primera vista.



GRABADO: PINGREB, 1834 (MUSÉE PYRÉNÉEN DE LOURDES)
ARCHIVO HOSPITAL DE BENASQUE

buen dominio de los esquís, sobre todo en los descensos.

De vuelta a Pllan d'Están, podemos observar los puertos de la Glera, llamado "Puerto Viejo" en el s. XVI, y de la Picada, que se llamó también "Puerto de los Aranesos", pasos secundarios hacia Francia –el primero– y Arán. El de la Glera fue sustituido posteriormente por el "Puerto de Benasque". La razón del cambio de ruta pudo deberse a la "Pequeña Edad del Hielo", episodio de enfriamiento climático que surgió en el siglo XVI

Encarando el último repecho en dirección a la cabaña de la Besurta, nos encontramos en un punto que permite divisar a nuestra derecha la majestuosa silueta del macizo de las Maladetas. La más alta es la llamada Maladeta Oriental, con 3.308 m de altura.

En la cabaña de la Besurta **4** podemos aprovechar para hacer una parada y reponer fuerzas. No hay que olvidar que nos encontramos en alta montaña y es importante beber e ingerir algo de alimento energético. Nunca debemos llegar al límite de nuestras fuerzas, pues un brusco cambio de tiempo podría retrasar nuestro regreso.

Una vez descansados, los más deportistas podrán probar el trazado más técnico del Pllan de Besurta. Son 10 km de subidas y bajadas zigzagando por el bosque que nos llevan hasta el lago de Villamorta **5** y de vuelta a la cabaña. Es una zona más técnica que requiere de un



Círculo Pllan d'Están: 15 km —

Círculo Besurta: 10 km —

Cota mínima: 1750 m

Cota máxima: 1940 m

Material aconsejado:

- Mallas o pantalón holgado cortavientos
- Ropa interior transpirable
- Chaleco cortavientos
- Gafas de Sol
- Protección solar
- Esquís, botines y bastones de fondo
- Guantes
- Algo de abrigo para la parada
- Gorro
- Bebida y alguna barrita energética

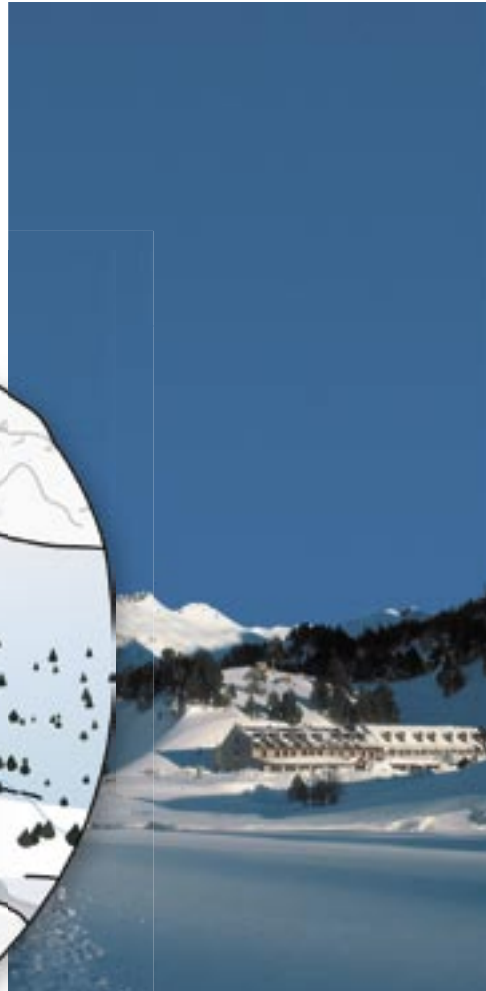
Mapas: Editorial Alpina. Mapa de la estación de esquí de fondo

Información y parte de nieve:

www.llanosdelhospital.com Tel. 974 55 20 12

y que obligaría a modificar la ruta antigua para evitar las nieves permanentes y las avalanchas que dificultaban el paso.

Finalizar nuestra excursión con una taza de chocolate caliente o una buena comida junto al fuego, en el recientemente remodelado



Hospital de Benasque, nos devolverá las fuerzas y nos permitirá recordar a las generaciones de viajeros, que han usado este paso para cruzar al otro lado y que se alojaron junto a sus caballerías en la vieja

Hospedería a la espera del buen momento para emprender el camino.

Toda esa gente supo conservar el patrimonio natural que hoy es el Parque Posets-Maladeta, tomemos ejemplo y mantengámoslo intacto para las generaciones venideras. ✕



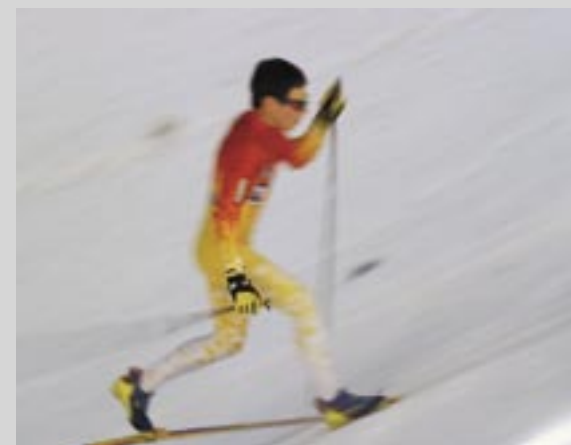
Con raquetas de nieve, la ruta discurre por la ladera izquierda (en sentido de subida). Con menos curvas, nos permite salir de la huella marcada.

El ritmo:

Puesto que en el esquí de fondo trabajamos con casi todos los músculos de nuestro cuerpo, el sistema cardiorrespiratorio va a tener que trabajar a tope. Es importante entonces para disfrutar, marcarse un ritmo acorde con nuestra condición física.

La técnica

En la técnica clásica, ideal para paseos tranquilos, tenemos que poner buena atención en el sistema agarre-deslizamiento, adecuándolo al terreno. En subida, no podemos dejar que el esquí patine hacia atrás. Por eso cargaremos muy atentos el peso, alineando, con el tronco erguido, los hombros, cadera y rodilla hasta notar que pisamos bien fuerte, dando pasos cortitos pero bien firmes. En este caso los bastones, prolongación de los brazos, tienen que usarse lo mínimo para mantener el equilibrio, si hiciéramos mucha fuerza, restaríamos carga en la zona de agarre del esquí. En el caso del llano, también paso a paso, lo que más nos interesa es aprovechar cada impulso al máximo. Dejaremos que los esquís deslicen todo lo que quieran; importante para esto, el equilibrio. Flexionaremos pues, tobillo, rodilla y cadera inclinando el tronco hacia delante por encima del esquí que desliza. Los brazos aquí trabajan bien ampliamente, siempre clavando el bastón con ángulo favorable y al compás que marcan las piernas.



El descenso

Cuidado en las bajadas, de no sobrepasar el límite de velocidad controlable, al utilizar un material ligero, necesitaremos buen margen para que cada maniobra sea efectiva. Poner especial atención cuando la pista sea de doble sentido.

Nico Sahún. Instructor de esquí de fondo E. E. E.



Hospital de Benasque

Hotel ***
Estación de esquí nórdico

www.llanosdelhospital.com Tel. 974 552012



Los nombres y la tierra

El estudio de los nombres de lugar –también llamados topónimos– es una de las cosas que más ha suscitado la curiosidad de los eruditos y del público en general. Es natural que sea así porque enmarcan nuestras vidas. Esos nombres son el reflejo de las distintas lenguas y, por tanto, de las diversas gentes que han habitado un territorio a lo largo de la Historia. Y es que, aun cuando en una determinada región se produzca un cambio radical de lengua, muchos topónimos cuentan con grandes posibilidades de sobrevivir e incorporarse así a la lengua de los invasores.

En nuestra comarca predominan los nombres derivados del latín tardío, portado por colonos y soldados romanos, de manera que éste es el estrato onomástico más abundante. Se trata de unidades de significado evidente como *Campo* o *Castilló*, el cual remonta a una base CASTELLIONE por una pequeña fortificación ya atestiguada en el siglo X, de Coll de Fadas 'el Collado de las Hadas' y de *Graus*, proveniente a su vez del latín GRADOS debido a la especial orografía quebrada de sus inmediaciones, o de *Las Paúls*, antigua zona de humedales cuya etimología se cifra en el lat. PADULE 'tremedal'.

Al margen de esta presencia mayoritaria tenemos algunos nombres germánicos, normalmente nombres de persona, que se convirtieron en topónimos, así *Villacarlle*, en conexión con el nombre propio KARL 'Carlos'; y muy pocos son los de origen árabe, dada la escasa incidencia aquí de esta dominación, como el ya más meridional *Calasanz* derivado del árabe QÁL'Ā 'castillo'.

En torno al siglo VIII a. de C. llegan los celtas a Hispania y no puede excluirse que algunos de ellos atravesasen los Pirineos centrales. A su lengua se adscriben *La Casanía*, al norte de Seira,

o *Rins*, señorío al este del Valle de Benasque, procedentes respectivamente de KASSANOS 'roble' y RENOS 'río', si bien estas voces han podido transmitirse también de manera indirecta a través del latín.

Pero todavía podemos remontarnos más en el tiempo, al menos hasta el II milenio a. de C., cuando pueblos indoeuropeos anteriores a los celtas dejaron una profunda huella en nuestro territorio, hasta el punto de que los nombres de los dos ríos principales que lo vertebran pertenecen a este antiquísimo estrato: *Ésera*,

relacionable con la raíz *is- '(río) poderoso' e *Isábena*, asimilable a la raíz *aba 'agua'; a tal nivel onomástico ha de pertenecer asimismo la denominación de *Sahún*, quien sabe si tal vez también de *Benasque*.

Inefables topónimos, ecos de un mundo que han horadado el tiempo. ✕



Topónimos autóctonos / Formas castellanizadas

- Ansils / Anciles
- Benàs / Benasque
- Castilló / Castejón de Sos
- Erisué / Eresué
- El Ru / El Run
- Grist / Eriste
- Guayén / Guayente
- Las Paúls / Las Paúles
- Llire / Liri
- Muriello / Morillo de Liena
- Samarti / San Martín
- Sarllè / Cerler
- Saúnc / Sahún
- Veri / Veri
- Villacarlle / Villacarli
- Vilanòva / Villanova

FOTO: EDUARDO FORCADA

Turbiné (Laspaués)

Consagrada en 1143, a la iglesia de Turbiné se accede –mejor a pie– por la pista que comunica el pueblo de Laspaués con Villarrué, tomando un desvío a la izquierda poco antes de llegar a éste último.



De estilo románico con influencia lombarda, se ha asociado tradicionalmente a la aldea desaparecida de San Pedro, de la que sería el último vestigio. De hecho, documentación datada del siglo XVI, deja entrever la existencia de dos familias y sus propiedades en las inmediaciones de la iglesia. Sin embargo, según parece, su origen es bastante anterior. Varias teorías apuntan a que en sus inicios, pudo haber sido erigida como templo pagano de origen romano. No en vano, su nombre parece derivar del latino "tumulus" (elevación del terreno, colina). Lo cierto es que desde la loma donde se erige la iglesia del Turbiné se contempla una magnífica perspectiva del puerto de las Aras, sobre la falda del Turbón. Ese puerto, que comunica el valle de Isábena con la alta montaña, fue la principal vía de entrada a las tierras altas de la Ribagorza altomedieval: la tierra de Super-Aras. Otro dato que refuerza la teoría sobre su origen es que, al igual que el resto de las iglesias edificadas en los alrededores del citado puerto, está consagrada a santos

mártires de la primera era cristiana, como en este caso a la santa Paula, viuda y pariente de los Escipiones que, para más señas, vivió en Roma durante el siglo IV d. de C. Por otro lado, en torno a Turbiné se han conservado muchas leyendas, como la de la existencia de un pasadizo que se habría construido en tiempo de los moros para bajar al río en caso de asedio. El caso es que al realizar la primera pista de acceso, se hundió una buena parte en la zona donde se sospecha que estaría el pasadizo...

Tipológicamente, esta iglesia del Turbiné se debe relacionar con la próxima de Villarrué que fue consagrada en el mismo año por el obispo Gaufrido de Roda. En cuanto a la arquitectura, presenta una única nave, cubierta por bóveda de medio cañón y ábside que abarca el ancho de la nave. Se cubre dicho ábside con bóveda de cuarto de esfera que presenta sus hiladas perfectamente paralelas y concéntricas. ✕



Centro Hípico
Paseos en Quads
Actividades Deportivas
Paquetes de Nieve

Tel.: 974 553 456
Fax: 974 533 188
Vedau s/n · 22466 Castejón de Sos
camping@alto-esera.com
www.alto-esera.com



HOTEL EL PUENTE ★★

Altitud: 1138 m.

habitaciones con baño, tel. y tv. / salón tv-vídeo / ambiente familiar
cafetería - restaurante / menú y carta selecta, tradicional y de autor

C/ San Pedro, s/n
22440 Benasque (HUESCA)

Tel: 974 55 12 79 - 974 55 12 11
Fax: 974 55 16 84

info@hotelelpuente.com
www.hotelelpuente.com





RESEÑA: DANI ASCASO

Una pared con vistas

La apertura de la vía Ferrata del Castellaso, en Sesué, ha supuesto la rehabilitación y limpieza de la pared donde se ubicaba la antigua cantera de mármol, ya en desuso.

Una vía ferrata es un itinerario deportivo trazado en un macizo rocoso, equipado con un cable de acero –por el que debemos pasar los dos mosquetones de seguridad–, escalones y elementos destinados a facilitar la progresión y optimizar la seguridad de los practicantes.

La técnica de aseguramiento se realiza con un kit de ferrata, consistente en un arnés con dos cintas de anclaje con mosquetón y un disipador. En el caso de una caída, el disipador absorberá la energía del choque evitando la excesiva tensión al material. Todo ello proporciona una gran sensación de seguridad y nos permite concentrarnos en disfrutar de las vistas increíbles del valle. Hay que tener en cuenta que éste es un itinerario de montaña; los conocimientos técnicos y del medio y la forma física son necesarios. Siempre es mejor que se vaya acompañado de un guía experto.

Para acceder al pie de vía, deberemos tomar, desde la carretera de Castejón de Sos a Benasque, el desvío al camping "La Borda de Arnaldet". Continuamos recto por la pista, ya de tierra, hasta una vieja vaquería donde dejaremos el vehículo procurando dejar paso libre a los vehículos agrícolas que circulan por ella. A nuestra izquierda parte el sendero (con marcas de pintura roja VF) que nos llevará, en unos 10 minutos al pie de la vía.

El ascenso se inicia por una pendiente de roca no muy pronunciada que va ganando verticalidad poco a poco, hasta alcanzar algunos tramos muy aéreos con dos pequeños techos que se superan fácilmente gracias al número y proximidad de escalones metálicos. El recorrido sigue las zonas de mayor interés de la pared a lo largo de casi 300 m.

Tras una zona herbosa de menos pendiente, en la que debemos seguir asegurados al cable de acero, acometemos de nuevo un tramo de pared que nos lleva justo a la cima del Castellaso.

Desde allí seguimos la ruta evidente que descien- de por la cara N hasta unos prados para torcer a nuestra derecha hasta la ermita de San Saturni- no, donde se inicia un sendero de descenso que nos lleva de vuelta al coche.

Ferrata del Castellaso

- Dificultad: Media
- Exposición: Baja
- Desnivel: 180 m
- Recorrido: 280 m
- Equipada de cable de acero en toda su longitud y descuelgues de abandono o rescate
- Material necesario:**
 - Arnés de escalada o ferrata
 - Disipador
 - Casco
 - Calzado de montaña
- Consignas de seguridad:**
 - Mantente asegurado al cable sistemáticamente
 - Evita las aglomeraciones en los tramos verticales
 - Deja siempre un tramo de cable libre entre dos escaladores
 - Consulta la méteo antes de partir
- Apertura:** Vía realizada y equipada la primavera de 2005 por Shiving, trabajos verticales y restauración medioambiental. Tel. 659 333 266



FOTO: A. SANJÓN



Algo diferente

Mucho se ha evolucionado en los últimos años en la producción de vinos de calidad, y la denominación de origen del Somontano es una de las que destaca por el cuidado y mimo puesto en la elaboración de sus vinos.

Un ejemplo sin duda es Olvena, una bodega que representa el sueño de una familia y que con "Espacio Olvena" quiere compartir con todas aquellas personas, que como ellos, aman el vino.

Con una edificación de reciente construcción, la Bodega cuenta con unas instalaciones que representan la arquitectura tradicional de la zona, integrándose perfectamente en el paisaje montañoso de Los Pirineos.

Olvena ofrece visitas guiadas, en las que se puede observar todo el proceso de elaboración. También organizan previa cita por teléfono, sesiones de cata para grupos a cargo de su equipo de enólogos, en las que se pueden degustar sus vinos más selectos.

Es una oportunidad para conocer en primera persona lo que se puede extraer de la tierra del Somontano, probar el resultado e incluso adquirir directamente los vinos en bodega.

Su ubicación inmejorable y su fácil acceso junto a la carretera de Barbastro a Benasque, la convierten en una buena opción, si queremos aprovechar el viaje al valle.

Una propuesta de actividad distinta, para un día en que queramos descansar de la nieve o nos apetezca algo diferente.

Cómo llegar:

Bodegas y Viñedos Olvena

Paraje el Ariño
Ctra N-123 de Barbastro a Benasque, Km 5
Barbastro (Huesca)

Horario de visitas guiadas: de 10h a 14h y de 16h a 19h

Atención al cliente y reservas: 974 30 84 81

Web: www.bodegasolvena.com



La Borda d'Arnaldet

Cno. de Benasque, s/n
22467 SESUÉ
Valle de Benasque (HUESCA)
Tel.: 00 34 974 553 004
Fax: 00 34 974 553 285
camping@arnaldet.com
www.arnaldet.com



HOTELES **Valero**
www.hotelesvalero.com
BENASQUE (HUESCA)
gran hotel BENASQUE ***
Tel. 974 551 011
hotel ANETO **
Tel. 974 551 061
hotel VALERO **
Tel. 974 551 061
hotel EL PILAR *
Tel. 974 551 263
balneario
BANOS DE BENASQUE *
Tel. 974 344 000
974 551 061

MEDALLÓN DE TERNASCO, SETAS, PENCAS DE ACELGA E HÍGADO DE PATO.

Receta de Juan Naudín. Chef de La Casa del Río

Elaboración:

Extendemos la pieza de carne, salpimentamos y sobre ella extendemos la tercera parte de las setas salteadas finamente picadas, las pencas de acelga cocidas y refrescadas, y la mitad del hígado cortado en tiras. Realizamos unos cortes a lo largo de la grasa exterior y formamos un cilindro alargado. Envolvemos con film o papel de hornear, y posteriormente con dos vueltas de papel de aluminio, girando los extremos y presionando a la vez.

Cocemos en el horno sobre asador a 90°C durante 6 horas. Dejamos reposar en frigorífico 12 horas, retiramos el envoltorio y cortamos cuatro medallones (retirando las puntas). Con la gelatina desprendida y el vino confeccionamos la salsa reduciendo ambos a fuego suave.

Engrasamos y sazonamos los medallones por ambos lados y doramos en sartén a fuego vivo. Salsear y servir acompañando con el resto de las setas y el hígado restante salteado en dados.

Buen Provecho!!



Ingredientes

Espalda de ternasco (1000 g aprox)
1 pieza deshuesada entera
Acelga tierna 350 g
Setas de temporada 350 g
Hígado de pato cebado 250 g
Vino dulce (Moscatel, Manzanilla, Pajarilla, Mistela, etc.) 100 cc
Sal
Pimienta negra molida
Papel Film o sulfurizado, papel de aluminio.

ESPUMA DE CHOCOLATE Y FRUTAS DEL BOSQUE

Receta realizada en la Escuela de Hostelería Guayente por el profesor de pastelería José Miguel García Escudero Uribarri

Os presentamos un postre ligero y fácil de elaborar en el que armonizan de forma exquisita el sabor cálido y envolvente del chocolate y el toque aromático de las frutas del bosque.

Elaboración

1. Montamos la nata ligeramente, y la reservamos en la cámara frigorífica.
2. Hacemos un almíbar con el agua y el azúcar.
3. Añadimos el kirsch y las hojas de gelatina previamente remojadas en agua fría.
4. A la mezcla anterior añadimos la cobertura de chocolate bien picada y mezclamos.
5. Agregamos el coulis de frutas y mezclamos bien.
6. Mezclamos por último la nata con mucha suavidad.
7. Ponemos la espuma en moldes individuales y guardamos en la cámara durante un par de horas para que cuaje.
8. Desmoldamos y emplatamos decorando con frutas del bosque naturales, menta, etc.

Nota: un coulis de frutas no es una mermelada, es una salsa de frutas azucarada y al natural sin ningún tipo de cocción.



Ingredientes

Azúcar 100 g
Agua 1 dl
Kirsch (licor de cerezas) 0,5 dl
Gelatina 10 colas
Coulis de frutas del bosque 200 g
Cobertura de chocolate negra 200 g
Nata 8 dl



Recuperando la tradición

Al hablar de gastronomía en el Valle, es casi obligatorio mencionar el queso "El Benasqués". Elaborado en Sahún, en casa Falisia, una vivienda tradicional de ganaderos con más de 400 años de antigüedad.

Ya desde antiguo se elaboraba queso en algunas casas del valle, destinado a consumo propio y para aprovechar los excedentes de leche; se han encontrado restos de utensilios para la elaboración de queso incluso en el Hospital de Benasque.

En la actualidad Carmen y Amado son los únicos que mantienen la tradición. Su iniciativa de recuperar la elaboración y comercialización de queso siguiendo el método tradicional de la zona, ha contribuido a poner en valor la ganadería bovina del Valle de Benasque. Una empresa familiar que ha potenciado la imagen de un valle con grandes valores naturales a través de una producción agroalimentaria.

El queso "El Benasqués" está elaborado con leche cruda de vaca de primera calidad, de pasta prensada y no cocida, de coagulación enzimática y de maduración lenta, en cava natural subterránea de piedra, entre 2 y 4 meses. Toda la leche utilizada es la procedente del rebaño de vacas propiedad de la familia, que se alimenta en los pastos de montaña.

El queso se presenta con forma cilíndrica, con corteza natural enmohecida de bodega y cepillada de color marrón azulado. El interior es compacto, de textura mantecosa y fundente al paladar y de color blanco marfil. El sabor franco, con fondos lácticos y levemente salinos, de gran mantecosidad y con aromas húmedos a queso de bodega.

El queso "El Benasqués" ha obtenido los siguientes premios:

- I Cata Internacional de Quesos de Barcelona 1986. Medalla de Bronce
- I Concurso Interregional de Quesos de Aragón 2002. Segundo Premio
- 1er Encuentro de Quesos de Aragón 2002. 1er Premio
- III Muestra de Quesos de Aragón 2004. Premio Especial de Calidad
- Premio Cálido a la mejor Iniciativa Agroalimentaria de la Comarca de la Ribagorza 2005
- II Concurso de Queso de Otoño FERIA de Biescas 2005. Accésit



Habitaciones de Turismo Rural Casa Falisia

Alojamiento y desayuno
Amplias zonas verdes y aparcamiento

Queso Artesano curado del Valle de Benasque

Degustación y venta en la Quesería
Atención personalizada por los propietarios



Amado Ballarín y Carmen Demur · C/ Benasque bajo, 13 - Tel. 974 55 13 40 · 22468 Sahún · HUESCA · www.ecoturismorural.com

Hoy salimos...

Los hemos probado... ¡y nos gustan todos!
Te los recomendamos y además te los clasificamos por precios para que escojas el que mejor se adapte a tu bolsillo

€ menos de 15 euros
€€ de 15 a 20 euros
€€€ de 20 a 35 euros
€€€€ más de 35 euros



Restaurante Husa Edelweiss
Lun. a Dom. de 20:00 a 22:00

Decide tu propio menú en un buffet mixto: primeros y segundos platos a elección en un variado buffet, y servicio de mesa en bebidas y postres. Cocina nacional y de mercado. Pizzas y raciones para llevar.

HUSA Hoteles. Edificio Edelweiss. 22449 CERLER
Reservas 974 55 12 42



Cafetería El Rincón del Foc
Lun. a Dom. de 10:00 a 24:00

Ambiente tranquilo y acogedor para después de la jornada de esquí, rincones con cómodos sofás al calor del hogar de leña. Tomar una copa o disfrutar de una cena. Tablas variadas, pizzas...

Paseo de Eriste s/n (entrada a Benasque) Benasque
Reservas 974 55 16 11



Bar La Compañía

Cafetería - Terraza - Ambiente de montaña. Fantásticos los bocadillos de pollo.

Su bizcocho es antológico

Av. de Luchón, 19 Edif. Ribagorza Benasque
T. 974 55 13 36



Restaurante Pirineos

Lun. a Vie. de 13:30 a 15:15 y de 20:30 a 22:00
Sáb. y Dom. de 13:30 a 15:15 y de 21:00 a 22:15

Menú casero toda la semana, más elaborado los fines de semana y carne a la brasa. Más de 6 platos a elegir. Ambiente acogedor. Gran salón para celebraciones. Menú 10€ de lunes a viernes y 15€ los fines de semana.

Av. Ral, 38 Castejón de Sos Reservas 974 55 32 51



Restaurante El Puente

Lun. a Dom. de 13:00 a 16:00 y de 20:30 a 23:00

Cocina de autor, con propuestas tan sugerentes como el estofado de jabali con castañas y setas ahumadas o el bacalao fresco con crema de puerros. Además de cocina tradicional del valle y amplia selección de vinos. Menú de autor 13,50€

Av. Francia s/n Benasque www.hotelespuente.com
Reservas 974 55 12 79 y info@hotelespuente.com



Restaurante La Fuenroya

Abierto todo el año. Reserva Previa

En el Hospital de Benasque.

Cocina tradicional, decoración exclusiva y magníficas vistas al valle.

Camino Real de Francia s/n 22300 Benasque
Reservas 974 55 20 12 / 974 55 10 52



Restaurante Casa Pedro

Lun. a Dom. de 13:30 a 16:00 y de 20:30 a 23:00

Donde el buen comer tiene nombre propio. La carta del establecimiento cuenta con una variada selección de platos típicos y actuales. Terraza acristalada para disfrutar de dos placeres: las montañas y nuestras carnes a la brasa.

Paseo de Eriste s/n (entrada a Benasque) Benasque
Reservas 974 55 16 11



Hot Chili Grill

Abierto todo el año.

La mejor comida Tex-Mex del Valle. Costillas, Hamburguesas, Fajitas... Ingredientes de 1ª.

¡Ven a probarlo!!

Ctra. Francia, s/n - Edificio Els Ibons - Benasque
Reservas 974 55 16 80



Cafetería El Puente

No mire la hora, horario ininterrumpido

Carnes a la brasa de leña a la vista de los comensales. Parrillada de verduras naturales. Tostadas de jamón de Teruel. Caldos, pastas, tortilla española, pizzas, etc. Postres caseros, tapas y bocadillos.

Av. Francia s/n - Benasque
www.hotelespuente.com info@hotelespuente.com
Reservas 974 55 12 11



Restaurante Chiñella

Lun. a Dom. de 13:30 a 15:30 y de 20:30 a 23:00

Comida casera en el centro comercial de Cerler. Carta, menú y platos combinados. El bar abre todo el día.

Menú 11€

Centro Comercial Cerler - Cerler
Reservas 974 55 12 56



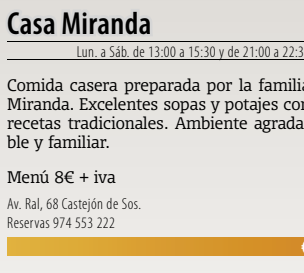
La Borda de Arnaldet

Fines de semana y festivos

Cocina típica del Valle, prueba su menú con guisos caseros o bien la carta con Ternera Natural del Valle de Benasque y vinos de la D.O. Somontano.

El local esta decorado con elementos recuperados de la antigua borda y, todo ello, al abrigo del fuego de leña.

Camping La Borda de Arnaldet - Sesué Res.: 974 55 30 04
www.arnaldet.com - camping@arnaldet.com



Casa Miranda

Lun. a Sáb. de 13:00 a 15:30 y de 21:00 a 22:30

Comida casera preparada por la familia Miranda. Excelentes sopas y potajes con recetas tradicionales. Ambiente agradable y familiar.

Menú 8€ + iva

Av. Ral, 68 Castejón de Sos.
Reservas 974 553 222



Olvena Hache

Nota de cata

Vino color rojo cereza, con tonos violáceos, capa alta, vivo y brillante. En nariz es intenso destacando los aromas a frutas negras del bosque envueltos bajo un sutil matiz de torrefacto.

En boca es potente, largo y muy bien estructurado. Los taninos son maduros y sabrosos, manteniendo un perfecto equilibrio entre la fruta y los tostados propios de su paso por barrica. Es un vino con larga vida.

Temperatura de servicio 14º y 16ºC

Maridaje

La potencia y estructura de este vino lo hace muy adecuado para tomar con carnes rojas, caza y guisos.

Datos

Añada: 2004

Denominación de Origen: Somontano.

Vinedos de procedencia: 'Viñedos Olvena', Barbastro

Composición varietal: 60% Syrah, 40% Garnacha.

Alcohol: 14%vol.



De copas...



Pub Surcos

Todos días desde las 22:30

Buena música y ambiente.

C/ San Pedro, s/n - Benasque



Agente Naranja

Lun. a Sáb. de 20:00 h en adelante

Agente Naranja es diferente, ¿y tú?

House, Nu Jazz, Hip-Hop, Electro, Chill Out...
Las mejores copas en el mejor ambiente.

C/ Las plazas, 45 Benasque
agentenaranjabenasque@gmail.com



Petronilla

Todos días desde 22:30 h

Dos ambientes, Pub y Discoteca.

C/ San Marsial, 8 - Benasque

pastelería
repostería dulce y salada
bolletería
panadería
helados
encargos



Avda. de Francia, 32
Edificio Ballbenás
22440 BENASQUE (Huesca)
Tel.: 974 55 21 43



SURCO2

PUB BENASQUE
Abierto todos los días desde las 22:30
c/ San Pedro · Benasque



Dónde, cómo, cuándo...

Info Pirineos es la guía de servicios recomendados por Pirineos Free Magazine en el valle de Benasque. Muchos años descubriendo los mejores lugares para alojarse, comer o tomar una copa tras una jornada de aventuras de la mano de los mejores guías. Esta es una lista de direcciones útiles para recordar y que merece la pena probar.

Alojamientos



HUSA Edelweiss ***

Cerler

Edificio Edelweiss
www.husa.es
hotel@husa-edelweiss.com
Tel: 974 551242
Fax: 974 551622



Hotel St Anton ***

Benasque

Paseo de Eriste s/n (a la entrada de Benasque)
www.san-anton.com
info@san-anton.com
Tel. 974 55 16 11



Gran Hotel Benasque ***

Benasque

Ctra de Anciles, 3
www.hoteles-valero.com
granhotelbenasque@hoteles-valero.com
Tel. 974 55 10 11
Fax. 974 55 28 21



Hotel La Casa del Rio ***

Villanova

Hotel de montaña - Sólo 8 habitaciones exclusivas - restaurante y parrilla
Ctra. Benasque, Km 49,9
Tel. 699 921 922 / 659 735 376
www.lacasadelrio.com



Hospital de Benasque ***

Llanos del Hospital-Benasque

Camino Real, s/n
www.llanosdelhospital.com
22440 Benasque
Tel. 974 55 20 12
Fax. 974 30 68 66



Hotel Aneto **

Benasque

Ctra de Anciles, s/n
www.hoteles-valero.com
aneto@hoteles-valero.com
Tel. 974 55 10 61
Fax. 974 55 15 09



Hotel El Puente II **

Benasque

C/ San Pedro s/n
www.hotelesvalero.com
info@hotelesvalero.com
974 55 12 79 - 974 55 12 11
Fax. 974 55 16 84



Hotel El Puente *

Benasque

C/ San Pedro s/n
www.hotelesvalero.com
info@hotelesvalero.com
974 55 12 79 - 974 55 12 11
Fax. 974 55 16 84



Hotel El Pilar *

Benasque

Av. de Francia s/n
www.hoteles-valero.com
elpilar@hoteles-valero.com
Tel. 974 55 12 63



Balneario Baños de Benasque *

Benasque

Ctra. de Francia s/n
www.hoteles-valero.com
balneario@hoteles-valero.com
Tel. 974 34 40 00
Fax. 974 34 42 49



Albergue El Run

El Run

Plaza La Fuente, s/n
info@albergue-elrun.com
www.albergue-elrun.com
Tel.: 659 234 083/659 156 057
Fax: 974 553 316



Casa Falisia

Sahún

Casa rural de cuatrocientos años de antigüedad y quesería artesana
Amado Ballarín y Carmen Demur
C/ Benasque bajo, 13 - 22468 Sahún (HUESCA)
Tel: 974 55 13 36



Camping Alto Ésera

Castejón de Sos

Centro Hípico, Paseos en Quad, Actividades deportivas, Piscina y Paquetes de nieve
Tel: 974 55 34 56
Fax: 974 55 31 88
www.alto-esera.com
camping@alto-esera.com



Camping La Borda de Arnaldet

Sesué

Camping, Restaurante, Piscina
Tel: 974 55 30 04
Fax: 974 55 32 85
www.arnaldet.com
camping@arnaldet.com

Actividades



Compañía de Guías Valle de Benasque Benasque
 Barrancos, Senderismo, Ascensiones al Aneto, Escalada en hielo, Freeride, Alpinismo, Excursiones con raquetas
 Av. Luchón, 19
 Tel/Fax: 974 55 13 36
www.guiasbenasque.com



Dánica Guías de pesca Benasque
 Descubre los paraísos de la pesca en montaña. Cursos de pesca con mosca, setas y trufas. Helipisca
 Tel: 659 73 53 76 - 699 92 19 22
 Fax: 974 55 13 78
www.danicaguías.com



Equipo Barrabés Benasque
 Clases particulares. Stages técnicos intensivos. Cursos iniciación al esquí. Esquí baby, Top Class Élite, Esquí de montaña, Snowboard, Competición, Perfeccionamiento, Freeride, Stages pretemporada Alpes. Escalada en hielo. Cursos de alpinismo. Corredores y escaladas en invernial. Paseos con raquetas y mucho más...
 Edificio Barrabés 1ª planta Tel: 974 55 10 56
www.barrabes.com equipo@barrabes.com



Escuela de Hostelería Guayente Sahún
 25 años formando profesionales de la cocina y el servicio
 Santuario de Ntra. Sra. de Guayente
 22468 Sahún
 Tel. 974 55 13 27
www.escuelahosteleriaquayente.com

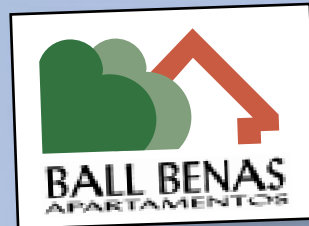
Tiendas y Servicios



La Retratería Benasque
 Fotografía profesional. Fotos estudio, reportajes y archivo de fotografía de montaña
 C/ San Sebastián, Pasaje los Tilos
 Tel. 974 55 12 73
info@retrateria.com
www.retrateria.com



Nothing Surfshop Benasque
 Snowboard y Freestyle. Test material freestyle. Tienda de material con las mejores marcas.
 Av. Los Tilos, 19
 Tel. 974 55 21 40
www.nothingsurf.com



Ball Benas Apartamentos Benasque
 Avda. de Francia, s/n - Ed. Ball-Benas
 Tel. 974 552 081
 Fax 974 552 001
 E-Mail: info@ballbenas.com
<http://www.ballbenas.com>



El Laminero Benasque
 Pastelería, repostería dulce y salada, panadería, helados...
 Avda. de Francia, 32
 Edificio Ballbenas
 Tel.: 974 55 21 43



Remax Gran Pirineo Benasque
 Ctra. Francia, s/n
 Edif. Els Ibons (local)
 Tel.: 902 112 901
www.remaxgranpirineo.com
info@remaxgranpirineo.com



Viajes Benasque Benasque
 Los especialistas en viajes.
 Ctra. de Francia, 30 - Edif. Ball Benas, local 10
 Tel.: 974 55 21 27
 Fax: 974 55 17 12
www.viajesbenasque.com
info@viajesbenasque.com

Esta selección de servicios está dedicada a los insercionistas de Pirineos Free Magazine

Para incluir tus datos en esta sección, contacta con la redacción:

info@pirineosfree.com o fax 934 122 569



petronilla
 DISCOTECA
Toma 2 copas, paga sólo 1*
 c/ San Marsial, 8 · Benasque
 Abierto todos los días desde las 22:30
 2 ambientes, Pub y Discoteca
*Imprescindible presentar este anuncio
 Oferta válida hasta la 1:30, exclusivamente a mayores de 18 años.



Avda. de Francia, s/n - Ed. Ball-Benas
 Tel. 974 552 081 · Fax 974 552 001 · 22440 BENASQUE
 E-Mail: info@ballbenas.com <http://www.ballbenas.com>

**Alquiler de
 apartamentos
 en Benasque
 y Cerler**



902 112 901
www.remaxgranpirineo.com
 e-mail: info@remaxgranpirineo.com

TU VIVIENDA EN EL VALLE DE BENASQUE

Ctra. Francia, s/n - Edif. Els Ibons (local) 22440 - BENASQUE (Huesca)

Servicios Generales

Ayuntamientos

Benasque (Cerler, Anciles)	974 55 14 34
Sahún (Eresué, Eriste, Guayente)	974 55 13 34
Villanova	974 55 31 27
Castejón de Sos (El Run, Liri, Ramastue)	974 55 30 00
Bisaurri (Arasan, Buyelgas, Dos, Gabas, La Muria, Renanue, San Feliu de Veri, San Martín de Veri, San Valero, Urmella, Veri)	973 55 31 00
Sesué (Sos)	974 55 35 54
Laspauiles (Abella, Alins, Ardanue, Denuy, Espes, Espes Alto, Llagunas, Neril, Piedrafita, Rins, Suils, Vilaplana, Villarrué)	974 55 31 41
Campo (Beleder)	974 55 00 00
Seira (Abi, Barbaruens)	974 55 31 31
Chía	974 55 34 59

Emergencias

Guardia Civil de Benasque	Ctra. Anciles s/n	974 55 10 08
Guardia Civil de Castejón de Sos	Avda El Ral, 23	974 55 30 22
Guardia Civil de Seira	c/ del Carmen, 9	974 55 31 32
Protección Civil		607 52 47 42
Rescate en Montaña		974 55 10 08
SOS Aragón (emergencias)		112

Servicios Médicos

Ambulancias	Benasque	902 11 01 12
Centro de Salud	Plza de la Constitución s/n - Castejón de Sos	974 55 31 87
Urgencias	Benasque	974 55 21 38 608 53 68 82
Consultas Ordinaria	Avda Luchón s/n - Benasque	974 55 21 38
Enfermería	Avda Luchón s/n - Benasque	974 55 21 38
M.A.Z.	Avda Luchón s/n - Benasque	974 55 17 39
Osteópata	Castejón de Sos	659 524 487
Podólogo	Benasque	666 526 926
Centro Veterinario	Avda Luchón, 11 - Benasque	689 488 086

Farmacias

Garzón Jimeno	Plaza Mayor, 8 - Campo	974 55 00 93
Góngora y Martorell	Avda Luchón s/n - Benasque	974 55 28 10
Lda. Emilia Pujol	c/ Juan Carlos I, 1 - Castejón de Sos	974 55 32 04

Turismo y Cultura

Asoc. Turística Valle de Benasque	Avda Francia, 17 - Benasque	974 55 28 80
Asociación Cultural Guayente	Santuario de Guayente s/n - Guayente	974 55 13 27
Asociación Pirenaica para el desarrollo del Turismo rural Tural	Pl. Gil Sastre s/n - Laspauiles	974 55 40 11
		974 55 40 20
Centro de Interpretación Parque Posets-Maladeta	Antiguas Escuelas de Eriste - Eriste	974 55 17 24
Museo de la Electricidad	Seira	669 357 347
Horario de 9:00 a 14:00		
Oficina de Turismo de Benasque	C/ San Sebastián, 5	974 55 12 89
Oficina de Turismo de Castejón de Sos	Av. El Ral, s/n	974 55 30 00
Oficina de Turismo de Chía	Chía	974 55 35 35
Parque Natural Posets-Maladeta	Ctra Anciles - Benasque	974 55 20 66

Bibliotecas

Benasque	C/ San Sebastián s/n - Casa de la Cultura 2a planta	
Campo	Pza. de Cabonilla, 1	974 55 00 00
Castejón de Sos	Av. El Ral, 39	974 55 30 00

Meteo y Carreteras

Partes de Nieve Cerler	974 55 11 11
Teletiempos Huesca y Pirineo Oscense	807 170 380
Info Carreteras	976 30 65 75

Gasolineras

Benasque	Carretera Francia, s/n - Benasque
Campo (Campsa)	N-260 - Km 405,2 - Campo
Castejón de Sos (Repsol)	N-260 Eje Pirenaico - Km 385,5 - Castejón de Sos
Villanova (Meroil)	Ctra. Francia s/n - Villanova

Transportes

Autobuses ALOSA		Tel de info: Huesca 974 210 700 / Barbastro 974 311 293 / Monzón 974 400 632 Zaragoza 976 229 343 / Lleida 973 268 500 / Barcelona 934 904 000
Autobuses AltoAragonesa	Benasque	974 55 38 11
Autobuses Pirineos 3000 La Oscense		974 21 07 00 (Huesca)
Taxi Ángel Lledo	Benasque	608 93 04 50
Taxi Daniel Villegas	Benasque	609 44 88 94 974 55 17 33
Taxi Eduardo Ariño y J. Rosó	Laspauiles	974 55 33 59
Taxi Jorge Farré	Aptos Aster - Cerler	609 34 86 90
Taxi Longan Beguer	Plaza Mayor, 3 - Campo	974 55 00 52
Taxi Pedro Eresue	c/ Obispo s/n - Cerler	974 55 14 41
Taxi Martín	Castejón de Sos	629 01 68 31
Taxi de Javier	Villanova	655 65 06 77
RENFE		902 240 202

Correos

Correos y Telégrafos	Plaza del Ayuntamiento - Benasque	974 55 20 71
-----------------------------	-----------------------------------	--------------

Mensajería

MRW	Avda Francia, Ed. Ball Benás - Benasque	974 55 17 22 900 300 400
------------	---	-----------------------------

Radios

Antena del Pirineo FM 103.1	C/ San Sebastián s/n - Benasque	974 55 12 90
------------------------------------	---------------------------------	--------------

Instalaciones Deportivas

Campo de Golf	Urbanización Linsoles	974 55 29 84
Estación de Esquí Aramón Cerler	Acceso al telesilla, 1 - Cerler	974 55 11 12
Pabellón Polideportivo	Benasque	974 55 12 84
Piraguas y actividades náuticas	Embalse de Linsoles - Eriste	
Piscinas Municipales	Eriste	
Piscinas, pista de tenis y servicio de bar	c/ de la Maravilla, 1 - Seira	
Pista de paddle	Anciles	
Pista de tenis	Anciles	
Rocódromo	Benasque	
Rocódromo	Junto al campo de fútbol - Castejón de Sos	974 55 30 00

Cías. y Asociaciones de Actividades Deportivas

Asociación deportiva de Pescadores La Garchola	Pabellón Deportivo	Benasque	974 55 13 60 619 931 669
Compañía de Guías Valle de Benasque	Avda Luchón, 19 - Ed. Ribagorza	Benasque	974 55 13 36 608 73 16 45
Dánica Guías de Pesca	Ed. Batisielles. Grupo Escarpinosa, 1º, 6º	Benasque	659 734 376
Equipo Barrabés	Ed. Barrabés	Benasque	974 55 10 46
Parapente Pirineos	Av. El Ral, 54	Castejón de Sos	974 55 35 67
Parapent x dos		Castejón de Sos	608 99 87 11
Tandem team	Av El Ral, s/n	Castejón de Sos	974 55 33 47
TT Aventura	Ctra. Benasque, s/n	Campo	974 51 00 24
Volar en Castejón	Av El Ral, 28	Castejón de Sos	974 55 35 04

Bancos y Cajas

BBVA	c/ San Pedro s/n - Benasque	974 55 11 54 974 55 12 41
	Pl. Mayor, 4 - Campo	974 55 01 02
	Avda El Ral s/n - Castejón de Sos	974 55 30 11
	c/ Carretera s/n - Cerler	974 55 13 74
CAI	Avda los Tilos, 9 - Benasque	974 55 17 69
Caja Rural	c/ Prior - Campo	974 55 00 40
Ibercaja	Avda los Tilos s/n - Benasque	974 55 10 37
	c/ Benasque - Campo	974 55 01 23
	Avda El Ral, 23 - Castejón de Sos	974 55 30 65
	Plaza Gil Sastre, 7 - Laspauiles	974 55 33 66
Multicaja	Avda los Tilos s/n - Benasque	974 55 11 31
	c/ Carretera s/n - Cerler	
	Calvario s/n - Laspauiles	974 55 33 62
Santander Central Hispano	Avda los Tilos s/n - Benasque	974 55 12 45 974 55 15 89



La nieve

Parte de Nieve Cerler:	
Tel. 974 55 11 11	
www.cerler.com	
Parte de nieve Llanos del Hospital:	
Tel. 974 55 20 12	
www.llanosdelhospital.com	
Teletiempos Pirineos: 807 17 03 80	
Instituto Nacional de Meteorología: www.inm.es	

Misas

Parroquia de Campo	Plaza Cabovila Vísperas:19:00, Festivos: 12:00	974 55 00 32
Parroquia de Santa María (Benasque)	Plaza Ayuntamiento, s/n Vísperas:20:00, Festivos: 12:00 y 20:00	974 55 11 55
Parroquia de San Sebastián (Castejón de Sos)	Infanta Elena s/n Vísperas:20:00, Festivos: 12:00	974 55 33 54
Santuario de la Virgen de Guayente (Guayente)		974 55 13 27
Parroquia de las Laspauiles	Festivos: 12:00	
Parroquia de Villanova	Festivos: 10:45	
Parroquia de San Lorenzo (Cerler)	Julio: Vísperas: 18:30 Agosto Vísperas: 18:30 y Festivo: 18:30	
Parroquia de Seira	Festivos: 12:00	
Parroquia de Chía	Festivos 13:15	
Parroquia de Bisaurri	Festivos 10:30	

Conexión Internet

Albergue Pájaro Loco (WiFi)	Avda El Ral, 48 - Castejón de Sos	974 55 35 16
Croisantería La Cabana	Ed. Ibarso bajos - Cerler	974 55 14 33
Pub Surcos	c/ San Pedro s/n - Benasque	974 55 15 41
Hotel Círia (WiFi)	Av. los Tilos s/n - Benasque	974 55 16 12
Hotel St Anton (WiFi)	Paseo de Eriste s/n - Benasque (gratuito clientes)	974 55 16 11
Cafetería Rincón del Foc (WiFi)	Paseo de Eriste s/n - Benasque (gratuito clientes)	974 55 16 11
Hotel La Casa del Río (WiFi)	Villanova (gratuito clientes)	974 55 34 93
Telecentro Internet Rural	Ctra. Gabás, s/n - Bisaurri	
Telecentro Internet Rural	Avda El Ral, 39 - Castejón de Sos	
Telecentro Internet Rural	Pza. Mayor, s/n (Ayuntamiento) - Chía	
Telecentro Internet Rural	Pza. Gil Sastre, s/n - Laspauiles	
Telecentro Internet Rural	Pza. Mayor, 1 - Sahún	
Telecentro Internet Rural	Via Pirenaica, 8 - Seira	974 55 31 31
Telecentro Internet Rural	Av. Molsa, 22 - Sesué	
Telecentro Internet Rural	Pza. Mayor, s/n - Villanova	

Más información en: www.telecentros.es

Lavanderías

Lavandería Ecológica	Avda de Francia s/n Ed. Vall Benás - Benasque	974 55 15 04
Lavandería Industrial Valero	Benasque	974 55 10 11

Guarderías

Guardería	c/ Sebastián s/n - Benasque	974 55 14 47
------------------	-----------------------------	--------------

Estancos

Cristhais	c/ Mayor, 17 - Benasque	974 55 11 96
Eskiol	Centro Comercial Cerler - Cerler	974 55 21 41
María Dolores Narváez	Avda El Ral, 52 - Castejón de Sos	974 55 32 58
Seira	Camino de la cruz, 6 - Seira	974 55 30 93

Tus datos en infopirineos

Si deseas añadir o modificar datos en esta sección, envía un mail a: infopirineos@pirineosfree.com indicando los datos y la sección correspondiente.

Fotografía

La Retratería	c/ San Sebastián, Pje Tilos - Benasque	974 55 12 73
Rodolfo	Avda los Tilos s/n - Benasque	974 55 16 50

Tiendas de Montaña y Esquí

Barrabés	Avda Francia s/n Ed. Barrabés - Benasque	974 55 13 51 902 14 80 00
Nothing Surf Shop	Avda los Tilos, 19 Ed. Sayo - Benasque	974 55 21 40
Radical Snowboard	Avda Francia s/n Ed. Ribagorza - Local 10 - Benasque	974 55 14 25
Flap Deportes	Avda El Ral, 36 - Castejón de Sos	974 55 34 02 615 317 713
Radical Snowboard	Centro Comercial - Cerler	974 55 14 33

Balnearios

Baños de Benasque	A 10 km de Benasque, por la carretera comarcal 139, en el parque natural Posets-Maladeta	Benasque	974 34 40 00
--------------------------	--	----------	--------------

Refugios

Ángel Orús	Eriste	974 34 40 44
Estós	Benasque	974 55 14 83
La Renclusa	Benasque	974 55 21 06 689 487 064

Albergues

Llanos del Hospital	Plan del Hospital s/n - Benasque	974 55 20 12	
Campo	Camino La Paul s/n - Campo	974 55 05 20	
El Pájaro Loco	Avda El Ral, 52 - Castejón de Sos	974 55 35 16	
El Run	Plaza de la Fuente - El Run	659 156 057	
Liri	Liri	974 55 32 56 699 646 461	
Ventamillo	Vía Pirenaica, 6	Seira	974 55 32 62
Los Chopos	c/ Única	Villanova	974 55 32 15

Casas Rurales

Casa Peric	Ardanué	974 55 40 86
Antonio Gascón	c/ Mayor, 22 - Benasque	974 55 14 71
Mª Rosa Saura	c/ Ministro Cornet, 2 - Benasque	974 55 20 92
Manuel Mora	c/ Horno, 5 - Benasque	974 55 11 57
Marcial Gabás	c/ el Castillo, 17 - Benasque	974 55 12 75
Ramón Bardanca	c/ las Plazas, 6 - Benasque	974 55 13 60
Angel Castel Ballarin	Bisaurri	974 55 34 32 606 70 53 13
Antonio Saludes Bergua	Bisaurri	974 55 30 73
Casa Ferrero	Cerler	974 55 11 19
Ezequiel Ferraz	Cerler	974 55 15 24
Julio Lamora	Cerler	974 55 10 67
La Abadía	Cerler	974 55 16 41
Casa la Viña	Camino a plan, 8 - Chia	974 55 31 74 934 22 87 98
Casa Mariano	Eresué	974 55 30 34
Casa Marsial	Eriste	974 55 10 02

Casa Roy	Eriste	974 55 13 92	
La Caseta del Sastre	Eriste	974 55 13 09	
Casa Ariño	Espés	974 34 40 56	
Casa Chansaura	Espés	974 34 40 56	
Casa Costa	c/ Única - Laspaúles	974 55 33 33	
Manolo Nerín	Laspaúles	974 55 33 75	
Casa Troguet	Llagunas	974 55 40 12	
Casa Antoni	Neril	974 34 41 34	
Casa Castell	Neril	974 34 41 33	
Josefa Sala Prat	(Bisaurri) - Piedrafita	974 34 42 50	
José Manuel Ventura Saura	(Bisaurri) - Renanué	974 40 48 01	
Casa Alquesera	Sahún	974 55 13 90 974 55 13 96	
Casa Estefanía	Sahún	974 55 13 48	
Casa Falisia	Sahún	974 55 13 40	
Casa Consistorial	(Bisaurri)	San Feliu de Veri	974 34 42 81
Els Aligreus	Pasaje de los Abetos, 7	Seira	974 55 31 40
Guillema	La Plaza, 8	Seira	974 55 32 60
Casa Baró		Suils	974 55 40 28
Casa Sastre		Villarué	974 55 31 62

Pirineos Online

Sitios web

- www.pirineosfree.com**
web de la revista. Descargala en formato PDF y participa en los sorteos
- www.benasque.com**
website de la Asociación turística del Valle de Benasque
- www.pirineoempleo.com**
web del empleo en el Pirineo
- www.uloadsalvamento.com**
información sobre técnicas y cursos de rescate y salvamento en montaña
- www.telemanolomark.com**
información sobre telemark en el Pirineo
- www.alosa.es**
información sobre trayectos y horarios de la Automóviles La Oscense
- www.cerler.com**
el sitio oficial de la estación de esquí de Cerler
- www.retrateria.com**
fotografía profesional
- www.biplaza.com**
edición, diseño gráfico y maquetación. Creación de sitios web.
- www.dolomitifree.com**
dolomitifree magazine online
- www.proguide.it**
actividades estivales e invernales en las Dolomitas con Guía de Montaña. Fotografía, libros e información sobre esas bellas montañas del norte de Italia.



diseño gráfico
comunicación
revistas
catálogos
websites

biplazadesign))

tel. 934 120 366 · fax 934 122 569
biplaza@biplaza.com · www.biplaza.com

MUY FÁCIL

Con nosotros es más fácil hacer su reserva. Somos especialistas, conocemos lo que busca. Un mejor servicio con un mejor precio.



www.viajesbenasque.com
info@viajesbenasque.com
Tel. 974 55 21 27

Tus datos en infopirineos

Si deseas añadir o modificar datos en esta sección, envía un mail a: **infopirineos@pirineosfree.com** indicando los datos y la sección correspondiente.



Disfruta con Veri
de la temporada de esquí.



Veri Patrocinadora Oficial de las principales estaciones de esquí del Pirineo.