



Guías de montaña y barrancos

Senderismo invernal con raquetas

No renuncies a la montaña en invierno. Con las raquetas de nieve y un par de botas impermeables, puedes desplazarte cómodamente sobre la nieve virgen y, con un poco de práctica, adquirirás la destreza necesaria para realizar recorridos más ambiciosos.

Las necesidades cotidianas de los pueblos indígenas de Alaska y Canadá les llevaron a desarrollar este tipo de calzado para desplazarse por la nieve. Los colonos adoptaron este sistema, que en los años 80 se convertiría en una práctica deportiva.

En pocas horas puedes adquirir la técnica y la destreza para desplazarte sin grandes esfuerzos: sincronizar los movimientos, repartir el peso, moverte con ritmo y equilibrio...

El Valle de Echo (Hecho) y el Parque Natural de Los Valles Occidentales ofrecen parajes inmejorables para las salidas con raquetas. Te ofrecemos dos opciones, según tus condiciones físicas:

Condiciones físicas/nivel técnico:

I.- PASEO (3 h): No se requiere experiencia previa, pero sí estar acostumbrado a caminar por media y baja montaña.

II.- EXCURSIÓN GUIADA: Se precisa cierta preparación física. El esfuerzo que se realiza durante la actividad es sostenido. Jornadas de una duración media de 5 a 6 horas. La actividad se desarrolla por desniveles hasta los 1.700 m.

III.-EXCURSIÓN NÓRDICA: el apoyo de una moto de nieve con trineo nos aporta seguridad y comodidad.

Es importante que tengas en cuenta el nivel requerido para participar en cualquier programa: si no se adapta a tus condiciones físicas y nivel técnico, podrían verse frustradas tus expectativas.

Programas:

I.- PASEO: salida de 3 horas con guía. Recorrido suave para iniciarse en este deporte.

Precio por persona:

Grupo de 5 a 9 pax..... 32 €

Grupo de 10 a 15 pax..... 29 €

Incluye material, guía titulado, seguro de asistencia e IVA.

II.- EXCURSIÓN GUIADA: para alcanzar rincones más alejados con la experiencia de un guía buen conocedor del terreno. Jornada de 6 horas aprox.

Grupo de 6 a 9 pax: 45 € por persona.

Grupo de 10 a 15 pax: 40 € por persona.

Incluye raquetas y bastones, guía titulado, seguro de asistencia e IVA.

II.- EXCURSIÓN NÓRDICA*: contamos con apoyo de una moto de nieve con trineo que nos aporta seguridad, nos permite aligerar de peso nuestras mochilas y transportar material auxiliar. Ver menú específico EXCURSIÓN NÓRDICA.

Grupo de 6 a 9 pax..... 65 €

Grupo de 10 a 15 pax..... 60 €

Incluye raquetas, bastones, guía titulado, transporte al punto de inicio de la actividad, moto de nieve con trineo (de apoyo), seguro de asistencia, segundo acompañante, tentempié caliente e IVA.

Estos programas podrían sufrir alguna variación a criterio del guía en función de las condiciones meteorológicas, de las condiciones físicas y técnicas de los participantes o por cualquier imprevisto que pueda ir en detrimento de la seguridad del grupo y del buen desarrollo del programa.

Servicios no incluidos:

Equipamiento personal

Extras personales

Comida del mediodía (pic-nic)

Traslado hasta el punto de encuentro con el guía.

Cualquier servicio no especificado como incluido.

Seguros:

En el seguro incluido en este programa queda excluido el rescate en montaña y los accidentes derivados de la práctica de: escalada, alpinismo, descenso de barrancos, vías ferratas y esquí de montaña. En estos casos, recomendamos obtener la tarjeta de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada.

Equipamiento recomendado:

- Botas de montaña impermeables
- Polainas
- Calcetines gruesos
- Pantalones impermeables
- Camiseta manga larga
- Forro Polar
- Anorak
- Chubasquero impermeable
- Gorro y guantes
- Protección solar: gafas de sol y crema de factor alto
- Cantimplora
- Mochila
- Botiquín personal
- Linterna
- Material fotográfico