

# Índice

---

<b>Presentación</b> .....	11
<b>Las raquetas: una forma más de hacer alta montaña</b> .....	13
<b>Breve repaso a la historia</b> .....	14
<b>La estructura de los itinerarios</b> .....	16
<b>Recomendaciones</b> .....	17
<b>Los itinerarios</b> .....	19
<b>El grado de dificultad</b> .....	20
<b>El horario de los itinerarios</b> .....	21
<b>El equipo necesario</b> .....	21
<b>Tipos de raquetas</b> .....	24
<b>Técnicas de progresión</b> .....	26
<b>Planificación y preparación de una salida de alta montaña</b> .....	30
<b>La condición física</b> .....	32
<b>Técnicas de orientación</b> .....	33
<b>La belleza y los peligros de la alta montaña invernal</b> .....	34
<b>Tipos de avalanchas</b> .....	37
<b>Cómo comportarse en caso de peligro de avalancha</b> .....	41
<b>Escala europea de peligro de avalancha</b> .....	42

## **El Conflent**

1. Cim de Pomerola(2.456 m), Pic de la Mort de l'Escolà (2.463 m) y Roca Colom (2.510 m).  
Desde el Coll de Mentet por el Pla Segalar .....
2. Roc de la Portella (2.440 m) y Rocs Blancs (2.440 m).  
Desde Vallter por la Portella de Mentet .....

## **La Vall de Camprodon**

3. Pic de la Dona (2.704 m) y Puig de la Serra de Bacivers (2.695 m).  
Desde Vallter por la ruta habitual de la Portella de Mentet ....
4. Travesía de Vallter al Puig de Costabona (2.465 m).  
Desde Vallter por la Portella de Mentet y el Coll de Pal .....

5. **Puig de Bastiments (2.883 m)**  
y **Pic de Prat de Bacivers (2.845 m)**.  
Desde el refugio de Ulldeter por el Coll de la Marrana ..... 66
6. **Travesía del refugio de Ulldeter al refugio de Tegurà.**  
Desde el refugio de Ulldeter por el Coll de la Marrana ..... 70
7. **Puig de Fontlletera (2.575 m) y Puig de Martinell (2.566 m).**  
Desde la pista forestal de Tegurà a Ribes de Freser ..... 76
8. **Puig de Balandrau (2.584 m).**  
Desde el refugio forestal de Tegurà por la cresta Sudeste . 80

### **La Vall de Ribes**

9. **Puigmal (2.910 m).**  
Desde Núria por la ruta habitual de la Coma de l'Embut ..... 86
10. **Travesía de Núria a Vallter.**  
Desde Núria por el Coll de Noucreus y el Coll de  
la Marrana ..... 90
11. **Puig Cerverís (2.206 m) y Puig de Balandrau (2.584 m).**  
Desde la pista forestal de Ribes de Freser a Tegurà ..... 95
12. **Taga (2.040 m) y Puigsestela (2.013 m).**  
Desde Santa Magdalena por la Portella d'Ogassa  
y el Coll de Pal ..... 99
13. **Travesía de Núria a La Molina.**  
Desde Núria por el Puigmal y la Collada de Toses ..... 104
14. **Travesía de la Olla de Núria.**  
Desde Núria por todos los collados y cumbres ..... 109
15. **Pedra dels Tres Bisbats (1.860 m)**  
y **Puig del Pla de les Pasteres (1.894 m).**  
Desde Pardines por la Collada Verda y el Coll de Pal ..... 117
16. **Pic de La Covil (2.004 m) y Costa Pubilla (2.053 m).**  
Desde el refugio del Pla de Prats por el refugio de La Covil .. 121
17. **Travesía del Collet de les Barraques a Núria.**  
Desde el Collet de les Barraques por el Coll de Queralbs,  
y el Puigmal ..... 125
18. **Cap del Ginebrar (1.984 m).**  
Desde el aparcamiento dels Alabaus  
por la vertiente Sudoeste ..... 130

### **L'Alt Berguedà**

19. **Pic de la Pleta Roja (2.062 m) y Pedra Picada (2.006 m).**  
Desde el Coll de la Creueta por el Pic de la Creueta ..... 136

20. Rocs de Canells (2.256 m) y Amorriador de Cabanes de Comafloriu (2.226 m).  
Desde el Coll de Pal por el Torrent de Comafloriu ..... 140
21. Tosa d'Alp (2.537 m).  
Desde el Coll de Pal por los Rasos de Comabella ..... 144
22. Cim de Pla Baguet (2.031 m) y Tossal de Rus (2.119 m).  
Desde el Coll de la Creueta por el Pla de Rus ..... 148
23. Creu de Ferro (2.294 m) y Cap Llitzet (2.327 m).  
Desde la carretera del Coll de la Trapa a Vallcebre ..... 152
24. Pedró dels Rasos (2.051 m).  
Desde la carretera de Fígols, por Peguera y los Rasos de Peguera ..... 157

### **El Solsonès**

25. Travesía de las cumbres de la Serra del Port del Comte.  
Desde el aparcamiento de Estivella por el Coll de Tancalporta ..... 162

### **L'Alta Cerdanya y el Capcir**

26. Pic de Cambradase Occidental (2.711 m).  
Desde el aparcamiento por las pistas de esquí y la cresta N.O. .... 170
27. Pic Negre d'Envalira (2.825 m) y Pic d'Envalira (2.827 m).  
Desde Porta por la Vall de Campcardós ..... 174
28. Puigmal de Llo (2.801 m).  
Desde Llo por el refugio de la Culassa y la cresta Noroeste ..... 179
29. Petit Peric (2.690 m).  
Desde el Llac de la Bullosa por el Estany de la Llosa ..... 183
30. Tossa Rodona (2.600 m) y Pic de Coma d'Or (2.826 m).  
Desde el Port de Pimorent por el Coll d'Engràcies ..... 188
31. Puigmal de Llo (2.801 m).  
Desde la estación de esquí de Er-Puigmal por el Torrent d'Er . 192
32. Pic de la Mina de Pimorent (2.683 m).  
Desde el Port de Pimorent por la ruta habitual de la Cresta N.E. .... 196
33. Pic dels Pedrons (2.715 m).  
Desde el Pas de la Casa por la cara Noroeste ..... 200

## **La Cerdanya**

34. Puigpedrós (2.914 m).  
Desde el refugio de Malniu por la ruta habitual ..... 206
35. Pic de la Carbassa (2.737 m) y Bonys del Manyer  
(2.801 m y 2.808 m).  
Desde la pista forestal de Meranges al refugio de Malniu .... 210
36. Tossa Plana de Lles (2.916 m).  
Desde el refugio del Cap del Rec por el refugio  
de El Pradell ..... 215
37. Pic de Sirvent (2.841 m) y Pic de Sirvent  
Noroest (2.834 m).  
Desde el refugio del Cap del Rec por el refugio  
de El Pradell ..... 219
38. Tosseta de la Caülla (2.836 m).  
Desde el refugio de les Pollineres  
por el refugio dels Estanys de la Pera ..... 224
39. Puigllançada (2.409 m).  
Desde La Molina por el Torrent Roig ..... 228
40. Puigllançada (2.409 m).  
Desde el aparcamiento dels Alabaus  
por el Torrent de l'Euga Blanca ..... 232

## **Andorra**

41. Pic Maià (2.615 m) y Pic d'Ortafà (2.612 m).  
Desde el Port d'Envalira por la ruta habitual ..... 238
42. Pic de Montmalús (2.781 m) y Pic dels  
Colells (2.747 m).  
Desde el Grau Roig por las pistas de esquí  
y el Coll de Montmalús ..... 241
43. Pic d'Envalira (2.827 m) y Pic Negre d'Envalira (2.825 m).  
Desde el Grau Roig por las pistas de esquí y el Coll S.O. .... 245
44. Pic dels Pessons (2.864 m).  
Desde el Grau Roig por la Canal dels Isards ..... 249

**Guía práctica** ..... 255

**Bibliografía** ..... 257

**CIM DE POMEROLA** 2.456 m

**PIC DE LA MORT DE**

**L'ESCOLÀ** 2.463 m

**ROCA COLOM** 2.510 m

Desde el Coll de Mentet por el Pla Segalar



Cerca de la Roca Colom.

Un itinerario muy hermoso que nos llevará a coronar tres de las cumbres más conocidas de esta región. La Roca Colom es el primer 2.500 si se viene del Cap de Creus. Itinerario de una gran belleza que recorre una región muy salvaje, ideal para realizar con raquetas. Muy frecuentado en invierno.

## Ficha técnica

Localización: cerca del pueblo de Mentet.

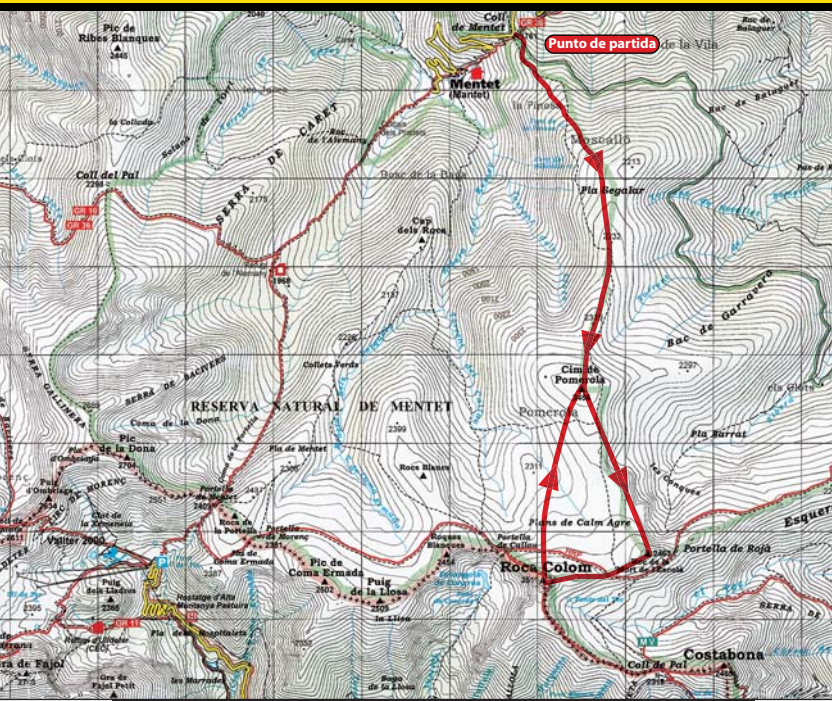
Acceso: en Vilafranca de Conflent se ha de tomar la carretera en dirección a Mentet.

Horario estimado: 5 h 40 min.

Dificultad: (\*) itinerario muy asequible. El riesgo de alud es bajo. La nieve se suele mantener en muy buenas condiciones en la parte alta del recorrido.

Desnivel acumulado en ascenso: unos 800 m.

Mapas recomendados: Vall de Camprodon-Vall de Ribes (1:50.000), Alpina, 2004.



**T**OMAMOS COMO PUNTO DE PARTIDA el Coll de Mentet (1.761 m), situado un poco antes de llegar al pueblecito de Mentet. Nos dirigimos en sentido SE, adentrándonos en el bosque y dejando a la izquierda la pista de la Collada de les Roques Blanques, que en invierno está señalizada y adecuada como pista de esquí de fondo. Ascendemos suavemente por el interior de un bosque muy espeso. Veremos que la ruta está indicada con marcas de pintura en los árboles. Intentaremos seguir este itinerario, que es por donde transcurre el camino de verano. El terreno tiene en todo momento una pendiente bastante suave. Casi siempre hay huella.

Dejamos atrás el espeso bosque y alcanzamos el Pla Segalar (2.200 m, 1 h 25 min), un altiplano muy extenso situado al N del Cim de Pomerola, cumbre que empezamos a ver. Alrededor de este altiplano hay algunos islotes de árboles.

Seguimos ascendiendo en sentido S, dejando atrás los últimos árboles. Ascendemos fácilmente por una larga loma y alcanzamos un montículo sin carácter de cumbre (2.232 m). La vista sobre el Macizo del Canigó es excepcional.



### **Alcanzando el Cim de Pomerola.**

Seguimos ascendiendo por esta suave loma en dirección generalmente S. Finalmente, alcanzamos un nuevo montículo (2.315 m), que podemos rodear fácilmente por la izquierda. A la derecha se ve el Torrent dels Clots.

Después de superar una zona bastante más plana, seguimos ascendiendo en sentido S-SO, en dirección al bien visible Cim de Pomerola (2.456 m, 2 h 15 min), que alcanzamos sin dificultad alguna. Observando en sentido SE y S descubrimos, respectivamente, las cumbres del Pic de la Mort de l'Escolà y del Puig de la Roca Colom. Ambas cumbres se ven bastante cerca.

Nos dirigimos en sentido S, descendiendo por un terreno bastante suave, dejando a la izquierda unas pendientes bastante más fuertes. Sobre los 2.400 m alcanzamos unos campos de nieve casi



### **El Puig de la Roca Colom.**

llanos conocidos como Plans de Calm Agre. Iniciamos la fácil travesía de esta zona en dirección a la pequeña cumbre rocosa del Pic de la Mort de l'Escolà (2.463 m, 2 h 45 min), que alcanzamos rápidamente sin dificultad alguna. Si hay suficiente nieve, alcanzaremos la cumbre con raquetas, si no nos quedaremos unos metros antes.

La tercera cumbre se alcanza sin dificultad. Descenderemos suavemente en sentido SO —prestando mucha atención a las cornisas que hay a la izquierda— y alcanzaremos rápidamente la parte más baja de la loma, en un especie de collado (2.420 m). A la izquierda tenemos una vista espléndida sobre el precioso Vall del Tec. Remontaremos a continuación esta suave cresta sin dificultad alguna y finalmente alcanzamos el Puig de la Roca Colom (2.510 m, 3 h 25 min), situado en plena cresta divisoria de aguas, a caballo entre la Vall de Camprodon y el Conflent. Hermosa vista sobre los valles más cercanos, así como la cumbre del Puig de Costabona, el primer dosmil viniendo desde el mar Mediterráneo.

El descenso lo realizaremos dirigiéndonos en sentido N —paralelamente al itinerario de subida—, cruzando unos amplios campos de nieve y dejando el Pic de la Mort de l'Escolà unas decenas de metros a la derecha, hasta que alcanzaremos nuevamente el Cim de Pomerola. Desde aquí seguiremos la misma ruta de descenso hasta el Coll de Mentet.