

· Hoja de ruta ·

Viaje al Pirineo Aragonés: Despoblados, Brujas, Sobrarbenses y Senderismo en Aragón

del 8 al 12 de octubre

0. Punto de encuentro

Nos encontraremos en la casa rural Casa Marina a partir de las 16h, a no ser se haya contratado un servicio de transfer desde la estación de autobuses de Barbastro, en este caso nos encontraremos en la misma estación a las 14h10.

Dirección Casa Marina: Casa Marina C/ Unica, s/n, 22375 Buerba, Huesca

Para llegar en coche, desde Ainsa dirígete a Escalona. Una vez en la bifurcación, puedes girar hacia la izquierda o seguir recto por el Cañón de Añisclo, aunque la más bonita es la segunda opción, tienes que asegurarte que la carretera está abierta.

Delante de la casa hay aparcamiento para 4 coches, pero en caso de no encontrar sitio, también se puede aparcar en la plaza del pueblo.

1. Itinerario

Jueves	Viernes	Sábado
08/10/2020	09/10/2020	10/10/2020
Buerba	El Valle de la Solana - Ainsa	Tella - Guaso - Boltaña
Check in a partir de las 16h Tiempo libre 21h Cena en Casa Marina	7h30 Yoga 8h Desayuno 9h Excursión al Valle de la Solana 13h30 Picnic en el Valle 18h Visita a Ainsa 21h Cena en Casa Marina	8h Desayuno 9h Visita Tella: el pueblo de brujas 14h Picnic & Tiempo Libre 16h Yoga 17h Visita Guaso y Boltaña 21h Cena en Casa Coronel y visita nocturna al castillo
	Domingo	Lunes
	11/10/2020	12/10/2020
	Trekking por el Pirineo	Productores Locales
	7h Desayuno 8h Excursión por uno de los valles del Pirineo 19h Yoga 21h Cena en Casa Marina	8h Desayuno & check out 9h Baño de bosque 12h Visita a productores locales 13h Fin del viaje

2. Alojamiento



Nos alojaremos en Casa Marina, <http://casamarinaturismorural.com/>, situada en el pueblo de Buerba, a media hora de Aínsa y en la zona de influencia del Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido. A menos de diez minutos en coche está uno de sus sectores más imponentes, el Cañón de Añisclo. En la casa encontraréis a Moskis, su perro montaño.

Alojarse en Casa Marina es “una experiencia emocionante y auténtica en la que disfrutar del entorno, la cultura y el ritmo de vida de Sobrarbe, respetando el medio ambiente y contribuyendo al bienestar de la población local. En el momento en que decides alojarte en Casa Marina estás haciendo turismo responsable, apoyando a la economía local y apostando por un turismo sano que huye de la masificación, respeta el entorno y vive una experiencia más auténtica.”

3. Desayunos, Almuerzos y Cenas



La mayoría de las comidas serán proporcionadas por la casa rural y tendrán estas características:

Desayuno: Café, té, leche de vaca y de avena, zumo de naranja, cacao, infusiones, cereales, fruta, pan, queso, embutido y mermeladas caseras.

Picnic: Bocado grande, una pieza de fruta y chocolate o frutos secos a elección. El precio de un botellín de agua es de 1€ (recomendamos traer cantimploras o botellas rellenables para evitar el uso de plásticos)

Cena: Menú cerrado compuesto de un primero, un segundo, postre, pan, agua y vino. Si hay vegetarianos o personas con necesidades especiales nos adaptamos a éstas.

Casa Coronel es uno de los mejores restaurantes del Sobrarbe, se caracteriza por una Cocina Km0 con productos de la zona pero abiertos a la imaginación y otros productos alternativos. Nos servirán un menú con diferentes opciones que incluye agua, vino, pan y postre.

4. Yoga



El yoga, aunque está programado por las mañanas, está sujeto a cambio de horario a causa del temporal o de ajustes de itinerario. Consiste en media hora en la que se integran técnicas de relajación, estiramientos y yoga.

Las clases de yoga combinarán diferentes estilos de la práctica como Vinyasa o Ashtanga, pero no hace falta haber hecho yoga antes para poder disfrutar de la clase.

En el marco de Covid-19, es necesario que cada persona traiga su esterilla de yoga. En caso de no poder traerla, puede traer una toalla.

5. Guía turístico & guía de montaña



Eva y Xisco serán nuestros guías durante el viaje y nos llevarán por rutas culturales, de senderismo y montaña añadiendo un fuerte componente interpretativo a las visitas.

Se adaptan al nivel y condición física del grupo para el disfrute de todos los participantes y practican la "slow mountain" que, tal y como ellos describen, "no es que vayamos lentos, es que nos gusta disfrutar del momento, del paisaje, de la actividad en sí. Sin prisas ni carreras por terminar antes de tiempo, al ritmo que marca la Naturaleza. Así que nunca apretaremos por terminar deprisa porque lo diga el contrato, disfrutamos con lo que hacemos y queremos que nuestros clientes también lo hagan."

En este sentido, hemos enviado un cuestionario para evaluar la condición física del grupo y adaptar la ruta de montaña del domingo 11/10.

6. ¿Qué traer?

- Mascarilla y gel hidroalcohólico
- Cantimplora o botella de agua rellenable (1 o 1,5l.)
- Esterilla para el Yoga o Toalla y ropa cómoda
- Ropa de abrigo (consultar la meteorología antes de salir)

Para el senderismo:

- Mochila 20-30l.
- Botas de trekking (preferentemente de caña media/alta)
- Calcetines de montaña
- Pantalones cómodos
- Camiseta deportiva de tejido sintético (evitar algodón)
- Chaqueta impermeable
- Jersey de forro polar o prenda de abrigo similar
- Gorro, guantes y braga (Buff)
- Bastones (si no tenéis, os los podemos proporcionar, solicitándolo con antelación)
- Protección solar (gafas, gorra, crema, protector labial)

7. **Tiempo**

En esta zona del Pirineo Aragonés el tiempo es variable. En octubre podemos encontrarnos con días de sol y también de lluvia, así que es recomendable consultar la previsión meteorológica el día antes de empezar el viaje con tal de ir bien preparados.

El itinerario está sujeto a modificación en caso de mal temporal.

8. **Teléfonos de contacto**

Teléfono Casa Marina: 678 28 63 41 (Judith)

Teléfono Guía Acompañante: 690 78 99 67 (Gisela)

9. **Fotografía**

Con tal de tener un buen repertorio de fotografías del viaje, una fotógrafa nos acompañará durante el desarrollo del programa. Al inicio del viaje se os entregará una hoja para dar vuestro consentimiento de cesión de derechos de imagen.

10. **Medidas Covid-19**

En el marco actual, es imprescindible seguir las recomendaciones sanitarias para garantizar seguridad durante vuestro viaje, es por eso por lo que vamos a tomar las precauciones necesarias como tomar la temperatura a diario y suministrar mascarillas y gel hidroalcohólico.

Por lo que respecta a los servicios, los guías están altamente preparados para la gestión de riesgos de esta pandemia y el guía de montaña en concreto ha trabajado como coordinador de emergencias en el dispositivo que la organización Médicos Sin Fronteras ha desplegado en España para la gestión de la crisis sanitaria provocada por el COVID-19.

El alojamiento también se ha adecuado a las recomendaciones de limpieza y seguridad actual de los alojamientos turísticos con prácticas de limpieza, desinfección y ventilación, disposición de geles hidroalcohólicos, protocolo de actuación en caso de infección, personal formado sobre buenas prácticas para prevenir contagios y evitar aglomeraciones con controles de acceso.

En el transporte compartido es obligatorio el uso de mascarillas propias o facilitadas por la organización, así como gel hidroalcohólico.

Entre el grupo vamos a intentar ser lo más prudentes que podamos, sin embargo, dado el espacio que tenemos y el tipo de viaje que es, compartiremos mesa al comer.