barrabes.com
CUADERNOS TÉCNICOS

Nº 43 Abril - Mayo 2009 PVP. 2 Euros

Las montañas doradas de Mongolia

Invernal al Pilar del Cantábrico

Madagascar: el Yosemite africano

Aisén: la Patagonia desconocida

Esquí de primavera

9 771696 791008 00043

- Desde el corazón de las Rocosas/Perdido en el Planeta Tierra
- A fondo: mochila Cerro Torre TFX7, Lowe Alpine
- Preparación física: La fuerza tracción/la fuerza de bloqueo
- Técnica y práctica: Nudos y reuniones
- Material
- Última hora

OUTSTANDING OUTDOOR EQUIPMENT.
DON'T EVEN THINK ABOUT IT.

CRAG GT

Calzado ligero y estable con fibra
de secado rápido en la parte superior.
Plantilla interior exclusiva Sole,
que se adapta a tu propio pie.
Amplio laminado en GORE-TEX®.

Cuanto menos nos sientas,
más éxito tenemos.

HAGLÖFS

DISTRIBUIDO POR: MEGASPORT.ES

EQUIPO

Director:
Jorge Chueca Blasco
cuadernos.direccion@barrabes.com

Redacción:
Equipo Cuadernos Técnicos

Diseño, maquetación e ilustraciones: José Ricarte Fillola

Producto y asesoría técnica:
Fernando Tomás

Publicidad:
cuadernostecnicos@barrabes.com
876 76 80 43

Suscripciones y distribución:
Atención al Cliente Barrabes,
atencioncliente@barrabes.com

Atención al Cliente:
Tfno. 902 14 8000
cuadernostecnicos@barrabes.com

Asesoría legal:
Carmen Cavero Español

Equipo Editorial Barrabés:
editorial@barrabes.com

Han colaborado en este número:
Xavi Fané, Jesús Calleja, Javier Selva, Álvaro Novellon, Luis Alfonso, Óscar Palacios, Diego Sainz, Fernando Caballero, Pedro Bergua, José Carlos Iglesias, Equipo Cuadernos Técnicos

Imprime:
ISAC Artes Gráficas
Dep. Legal: Z-553-2002
ISSN 1696-7917

Barrabes Esquí-Montaña SLU
Ctra Francia s/n
Benasque
(Huesca)

La escalada y el alpinismo son potencialmente peligrosos y dañinos. Cualquier persona que escala habitualmente es personalmente responsable de aprender las técnicas adecuadas y asume todos los riesgos y la responsabilidad completa por cualquier daño o herida, incluida la muerte, que pueda resultar de la actividad.

SUMARIO

Nº 43 Abril - Mayo 2009

Opinión

DESDE EL CORAZÓN DE LAS ROCOSAS 6
PERDIDO EN EL PLANETA TIERRA 8

Reportaje

LAS MONTAÑAS DORADAS DE MONGOLIA 10
ESQUÍ DE PRIMAVERA 19
INVERNAL AL PILAR DEL CANTÁBRICO 36
AISÉN, LA PATAGONIA DESCONOCIDA 44

Reseña

ESCALADA EN MADAGASCAR 26

A Fondo

MOCHILA CERRO TORRE TFX7 50

Preparación física

LA FUERZA TRACCIÓN/LA FUERZA DE BLOQUEO 54

Técnica y práctica

NUDOS Y REUNIONES 60

Material 68

Última hora 70

Foto de portada: Novellon/Palacios/Castresana/Vallés, Invernal al Pilar del Cantábrico

Impresión realizada en papel reciclado.

Tirada de 15.000 ejemplares.
Distribución Gratuita

Los contenidos de esta publicación no pueden ser reproducidos, almacenados o transmitidos en manera alguna ni por ningún medio, ni parcial ni totalmente sin el consentimiento del editor. Las opiniones vertidas por los autores de los artículos que conforman esta publicación no tienen que ser necesariamente compartidas por el director ni por el equipo de Barrabes Internet

La publicidad incluida en esta publicación no debe ser considerada una recomendación de Cuadernos Técnicos a sus suscriptores. Cuadernos Técnicos es ajeno al contenido de los anuncios; su exactitud y/o veracidad es responsabilidad exclusiva de anunciantes y empresas publicitarias.

¡Fedérate! Amplia la información en www.fedme.es

FEDME
FEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE DEPORTES DE MONTAÑA Y ESCALADA

UNA MONTAÑA DE VENTAJAS
noticias reglamentos calendarios mapas itinerarios

FEDME
FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES DE MONTAÑA Y ESCALADA
www.fedme.es
UIAA
2009
Válida hasta el 31 de diciembre
Licencia Federativa

Las montañas y el tiempo

Un lamento lastimero recurrente en el mundo de la montaña es aquel provocado por la sensación de que todo está hecho ya. Así, todo tiempo pasado fue mejor para estos agoreros que sueñan con una mítica Edad de Oro en la que el territorio virgen y las montañas y paredes por descubrir eran la norma.

Con un cierto aire de vieja dama inglesa de vuelta de todo, miran por encima del hombro las actividades que los jóvenes (y no tan jóvenes) realizan, como si estuvieran ya gastadas porque ellos las hicieron antes, como si ser más viejo fuera un mérito personal independiente del natural acontecer del tiempo. Ignorando que en la mayoría de las cosas que ellos hicieron tampoco fueron pioneros, y que a veces, la principal transformación que ha existido está en ellos, y no en la actividad. La misma emoción pionera sintieron ellos cuando lo hicieron por primera vez en su vida, que sienten los jóvenes que la realizan ahora.

Y es que quizás confundan lo que fue la Edad de Oro de su vida, con la Edad de Oro de la humanidad. Como si la ilusión de un joven hoy en día no valiera, porque ellos ya tuvieron esa ilusión antes. Luego está gastada.

Y así, no hacen sino justificar el que ellos no estén haciendo nada nuevo: no hago nada nuevo, porque todo está hecho. Cuando quizás ocurre que no puedan, o no lo hagan por comodidad. Así tienen las espaldas cubiertas y no tiene por qué asumir que lo que verdaderamente ocurre es que su tiempo de protagonismo quizás ya haya terminado.

Pues no. ¿Cómo se puede afirmar que ya está todo trillado? Evidentemente, si uno se va al Everest por la ruta normal, a no ser que lo ascienda en calzoncillos, es difícil hacer algo nuevo. Pero en un mundo tan inmenso quedan muchas montañas, muchas paredes, muchas vertientes por escalar, muchas nuevas maneras de ascender lo ya ascendido de una forma más acorde con los tiempos. De hecho, incluso muchos alpinistas y escaladores de la generación de estos agoreros, están descubriendo cosas nuevas y abriendo rutas preciosas en donde no había.

Este número de Cuadernos tiene una mezcla de todo esto. Por un lado veremos como veteranos ya en esto como Javier Selva y Luis Alfonso, en esa búsqueda de lo desconocido y no trillado, se acercan a nuevas montañas. Javier, viejo veterano, se desplaza a las montañas doradas de Mongolia, las montañas Altai, descubriendo un país y unas cimas en las que nadie de por aquí se había perdido.

Luis Alfonso, Luichi, tras ser probablemente uno de los mayores equipadores y aperturistas del mundo, con varios miles de largos en su haber, se presenta en Madagascar, en el Yosemite africano, y además de repetir algunas de las vías míticas del lugar, equipa la primera zona de deportiva.

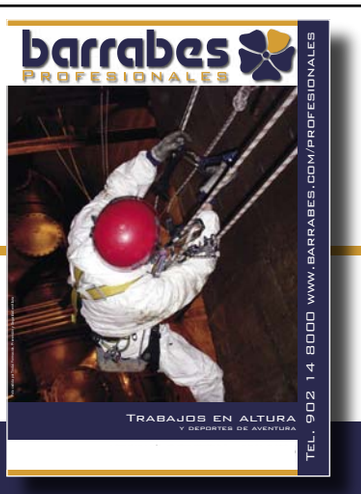
Pero por otro lado, veremos como unos jóvenes que vienen fortísimo, pueden disfrutar con la emoción de un pionero (porque ellos en su vida lo son), repitiendo una vía mítica como el Pilar del Cantábrico al Urriellu. Aunque en invierno, eso sí, algo que se había hecho en muy poquitas ocasiones.

¿Podría alguien venir a decir, con aire de quien está por encima, que lo realizado por ellos no tiene valor? ¿Qué no han tenido las mismas sensaciones que ellos tuvieron cuando repitieron esta vía (porque eran otros tiempos, pero ellos tampoco eran pioneros)?

Nosotros desde luego no lo vamos a hacer, más bien al contrario. Y pensamos que si alguien lo hace, tiene un cierto problema con algo que se llama ego y asunción del paso del tiempo.

Jorge Chueca Blasco

barrabes PROFESIONALES
NUEVO CATÁLOGO
¡Solicítalo!



Teléfono 902 14 8000 (lunes a viernes de 9h a 14h y de 16h a 20h)
E-mail: profesionales@barrabes.com
Web: www.barrabes.com/profesionales

barrabes

Solicítala ahora y benefíciate de todas sus ventajas

Descubre una Tarjeta con la que disfrutar de descuentos,
ventajas y promociones exclusivas comprando en las tiendas BARRABES.

Además, imagina que por utilizarla recibes las mejores ofertas de material de montaña, justo las que a ti te interesan... ¡y muchas ventajas más!

Descuentos directos exclusivos

- ☑ 5% de descuento directo* en tus compras en tiendas BARRABES y en www.barrabes.com
- ☑ 2% de descuento directo en nuestra tienda OUTLET de Huesca

Además, ofertas en Barrabes.com y Promociones especiales

¡ Solicita ahora la TARJETA BARRABES y disfruta de todas ellas !

Puedes solicitar tu tarjeta en las Tiendas Barrabes, en www.barrabes.com o llamándonos al 902 14 8000

NUESTRAS TIENDAS:

BARRABES BENASQUE	BARRABES MADRID	OUTLET STORE HUESCA	THE NORTH FACE MADRID	THE NORTH FACE BENASQUE
Ctra. Francia s/n	Calle Orense 56	Polígono Industrial Sepes	Calle Velázquez 35	Calle Mayor 5
BENASQUE (Huesca)	MADRID	HUESCA	MADRID	BENASQUE (Huesca)

Más información horario y localizacion: **www.barrabes.com/tiendas**

* Descuento no acumulable a otras ofertas, rebajas o promociones especiales en vigor.
La solicitud de la Tarjeta está condicionada a la aceptación de las Condiciones Generales publicadas en www.barrabes.com

ESCALADA CLÁSICA GRANDES PAREDES LEVANTE:

Salida Dirigida Avanzada de Escalada en Roca en Grandes Paredes Clásicas de 3 días de duración en Levante, destinada a aquell@s Soci@s Federad@s que tengan autonomía en vías de escalada de varios largos semiequipadas, además de escalar como primero de cuerda itinerarios de dificultad V+/6a en vías deportivas equipadas.

Fecha: 1-3 de mayo
Lugar: Levante
Más información: www.todovertical.com

CURSOS TÉCNICOS DE ALTA MONTAÑA

El club Vasco de Camping organiza para los findes del mes de Mayo los siguientes cursos: Perfecciomnamiento Alpinismo (introduccion a las caras Norte) Iniciacion escalada en roca Escalada Clasica (autoproteccion) Progresion y tipo de encordamiento en crestas Iniciacion al descenso de Barrancos
Fecha: del 1 al 31 de mayo

Lugar: Pirineo navarro-aragonés
Organiza: Club Vasco de Camping
Más información: martin-elorza@hotmail.com

ESCALADA EN EL ROQUE NARICES

Escalada en roca en el Roque Narices, en la zona del Betayga, Gran Canaria

Fecha: 3 de mayo
Lugar: Roque Narices (Canarias)
Organiza: Grupo Alpino Canario
Más información: www.grupoalpinocanario.es

COPA DE ARAGÓN DE CARRERAS POR MONTAÑA

Absolutos, veteranos/as y promesas sub-26

Fecha: 3 de mayo de 2009
Lugar: La Iglesuela del Cid (Teruel)
Más información: www.fam.es

EL STOK KANGRI: HIMALAYA INDIO. PROYECCIÓN

El Stok Kangri se situa en la región de Ladakh, el llamado Tibet Indio. Tras recorrer durante 10 días el sobrecogedor valle de Markha, entre monasterios budistas y poblados aislados, se alcanza el campamento base del Stok Kangri (6.150m). Su bella ascensión nos permite descubrir desde su cima el Himalaya Indio en todo su esplendor.

La proyección tendrá lugar a las 19h30 en las oficinas de Viajes Sanga.

Fecha: 7 de mayo
Lugar: Viajes Sanga
Más información: www.vsanga.com

VILANOVA ARTIFO

El encuentro de escalada artificial de Vilanova de Meià alcanza su tercera edición, tras el notable éxito de las dos anteriores.
Las plazas están limitadas a 10 por taller, y se exige la licencia federativa en curso.

Fecha: 9 y 10 de mayo
Lugar: Vilanova de Meià
Organiza: Unió Excursionista de Vic
Más información: www.unioexcursionistavic.org

VIAJES EXPEDICIONES
SANGA
HIMALAYA • ANDES • PATAGONIA

Donoso Cortés, 36
28015 MADRID
Tel.: 91 445 59 60
Fax: 91 445 60 54
www.vsanga.com
mail: sanga@vsanga.com

Trekking

La Palma (España) - todo el año
Yukón (Canadá-USA) - Julio 2009
Cordillera Huayhuash (Perú) – Agosto 2009
Kailash (Tibet) – Agosto 2009
Baltoro K2 (Pakistán) – Agosto 2009
Alto Mustang (Nepal) – Agosto 2009
Fuentes del Ganges (India) - Agosto 2009
Tour del Dhaulagiri (Nepal) – Octubre 2009
Tour del Manaslu (Nepal) – Octubre 2009
Trekking Everest (Nepal) – Octubre 2009
Tour de los Annapurnas (Nepal) – Octubre 2009
Torres del Paine (Patagonia) - Diciembre 2009
Glaciares de Patagonia - Enero 2010
Navegando hacia el Hielo (Patagonia) - Febrero 2010

Trekking / Ascensión

Stok Kangri 6.150 m (Tibet Indio) – Agosto 2009
Volcanes y Salares del Altiplano (Chile-Bolivia) - Octubre 2009
Makalu 3 collados (Nepal) – Octubre 2009
Mera Peak 6.476 m (Nepal) – Octubre 2009
Island Peak 6.189 m (Nepal) – Octubre 2009

Ascensiones

Nun 7.135 m (India) – Julio 2009
Ama Dablam 6.856 m (Nepal) – Octubre 2009

Mountain Bike en el Himalaya

Ladakh (Tíbet Indio) – Agosto 2009
Tour de los Annapurnas (Nepal) – Octubre 2009

Todos los viajes que ofrecemos en este anuncio van acompañados por un guía español de Sanga.

Foto: Erik Rubio. Antártida

Proyecciones de viajes todos los jueves de Abril a Junio a las 19:30h en la agencia. Para más información, por favor consúltenos.

RAIN
YES, THANK YOU

trangoworld

THE ADVENTURE IS WHERE YOU ARE

www.trangoworld.com

“DE ENTRENO”

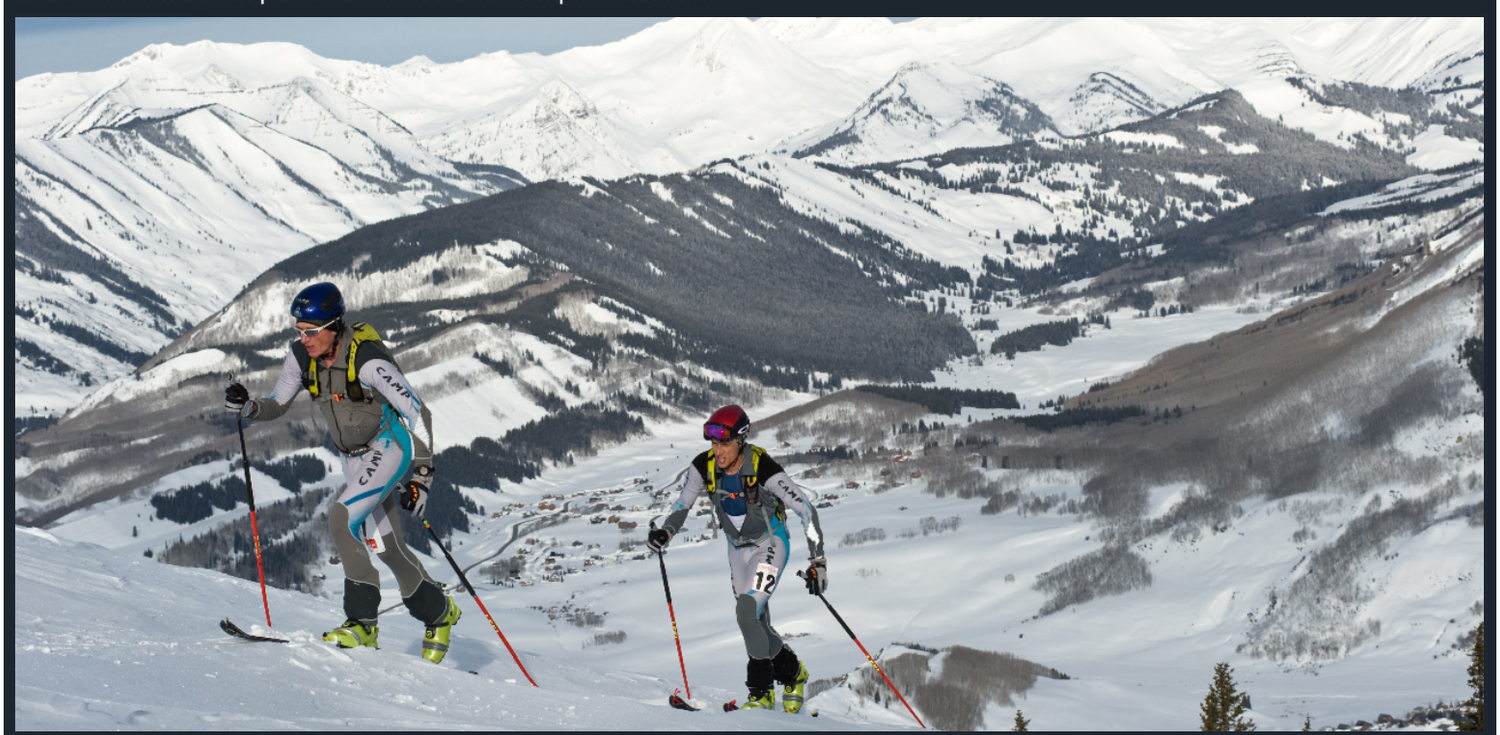
Ayer, domingo día 1 de Marzo, salí con mis amigos Alan y Steve a efectuar una épica travesía familiarmente conocida por mi pueblo como “Peeler Tour”, haciendo alusión a una de las cimas que se culminan en el trayecto. El Peeler Tour es un recorrido de altura (en su mayor parte transcurre por encima de los 3500mt) variado y espectacular que incluye un par de tutes abriendo traza por terreno raramente frecuentado por seres humanos, un par de descensos delicados en palas y canales que bordean los 50º de pendiente y que termina, después de 6-7 horas a ritmo duro, con un tramo de skating de casi 10km por el circuito de fondo que colinda el pueblo. Fue una magnífica salida que a mí me viene de perillas como entreno de cara a la prueba de esquí de montaña del Trofeo Mezzalama, en la que espero competir este próximo 19 de abril.

¿He dicho entreno? Normalmente esta es una palabreja que procuro no usar mucho, pues pienso que la mentalidad de entreno de la que surge, puede llegar a reducir la experiencia de la montaña a un mero ejercicio de velocidad y eficiencia cardiovascular que no difieren mucho de las sensaciones que puedan experimentarse en un macrogimnasio cualquiera, pero últimamente y para mi sorpresa, eso es lo que he estado haciendo: entrenar. Bueno, de aquella manera, tampoco es que siga un plan de entreno muy científico que digamos, sino que mas bien se trata de mezclar días de recorridos más o menos largos a poca o media intensidad con otros días cortos a más intensidad, añadiendo algún intervalo que otro aquí y allá, afanándome en lograr que mis transiciones de pieles sean un poco mas fluidas y todo eso. Esta temporada me he apuntado a las carreras de esquí de fondo que se organizan en el pueblo e incluso he subido un par de veces a hacer “tempo” e intervalos a la estación de esquí, un lugar que no frecuento mucho, para hacer esquí de montaña y en lugar de comer cuatro o cinco croissants a la semana ahora cómo dos. Ni siquiera tengo un pulsómetro, lo único que tengo es una idea más o menos buena de mis limitaciones físicas y qué velocidad punta puedo sostener durante unas horas sin empezar a ver a la Virgen de Las Nieves en tabla de surf.

A mi edad tampoco tiene mucho sentido tomarse esto del entreno muy en serio, simplemente porqué creo que en la intensidad adrenalínica y enfoque del entreno se pierden demasiados detalles, demasiadas experiencias que ahora para mí han tomado una dimensión mas importante.

La Mezzalama es una prueba exigente para la que quiero estar preparado, es una simple razón de supervivencia, una cosa es sufrir y otra es morir, pero la verdad es que más que la prueba pura y dura y los resultados que vayamos a obtener lo que más me excita es re-encontrarme con mis viejos amigos y compañeros de equipo Alfons Valls y David Rovira allí en los Alpes italianos, conocer un poco una bella región alpina en la que nunca he estado, compartir con ellos todo lo que allí haremos: hacer un poco de travesía, esquiar duro en la carrera, reírnos un montón de nosotros mismos y bebernos unas cervezas bajo la sombrilla de algún café italiano. En este caso la Mezzalama es mas un medio que no un objetivo. Una ocasión para encontrarnos, viajar juntos y compartir una intensa experiencia atados de una cuerda umbilical de nylon subiendo cimas y descendiendo palas junto a una humanidad sedienta de adrenalina. Ya os contaré como fue todo en mis futuras crónicas de la Mezzalama.

Xavi Fané
www.xavierfanephoto.com



Desde el corazón de las Rocosas

LOS INUITS Y EL MUNDO MODERNO

Perdido en el planeta Tierra

Hola amigos. Me encuentro en plena preparación para otro de mis viajes, en esta ocasión a Groenlandia, nuevamente con Ramón de Larramendi.

Groenlandia es casi tan grande como Europa, pero solo viven 56.000 personas, no existen carreteras que conecten ninguna ciudad o pueblo. En realidad es una gran masa de hielo y nieve de sur a norte, es el lugar mas radical que uno puede imaginar. Pero aquí se encuentran los auténticos cazadores árticos, los Inuits. Gentes adaptados como nadie a vivir en estas latitudes con temperaturas en invierno cercanas en ocasiones a los -50ºC.

Por cierto, respecto al nombre, veréis que en todo momento les llamo Inuits, y nunca esquimales. Es bueno saber que esquimal es un nombre despectivo que les pusieron desde fuera, y que significa “comedores de carne cruda”, por la evidente imposibilidad que tenían de hacer fuego para cocinar. Ellos jamás se han denominado así. Se llaman Inuits, que significa “la Gente”. Así que por respeto prefiero usar la palabra Inuit.

Y el asentamiento más remoto de Groenlandia, y casi del mundo entero, es Thule. El lugar habitado más al norte en el Ártico.

En este remoto lugar viven unas 600 personas. Hace pocos años, casi todo el mundo era cazador, pero desde que llegaron los tiempos modernos quedan pocos auténticos cazadores árticos. Han cambiado sus casas de piedra y turba, o de hielo llamados también “iglus”, por unas pequeñas casas de madera, construidas a base de subvenciones del gobierno danés, de quien depende Groenlandia como una región más de Dinamarca. Los Inuits no están satisfechos perteneciendo a Dinamarca y ansían una independencia que posiblemente según referéndum empezara a forjarse a partir del año 2012.

Estos esquimales están resentidos también con la base americana que se encuentra a unos 200 kilómetros de este punto. En el año 1951, los americanos instalaron una base en plena guerra fría, para controlar el mundo desde este punto, y la construyeron junto al pueblo Inuit. A ellos nadie les preguntó, simplemente la construyeron con autorización de Dinamarca, y tan solo dos años después tuvieron que irse de sus propias tierras, porque se hizo imposible la convivencia con los militares, y eso hicieron en el año 1953, viviendo durante un año en sus antiguas tiendas e iglús, a 200 kilómetros de la que había sido su aldea desde tiempos inmemoriales, hasta que les construyeron las casitas que hay en la actualidad. A partir de esa fecha poco a poco la modernidad empezó a introducirse lentamente pero sin tregua. Ahora hay un pequeño aeropuerto con una pista de 850 metros que se construyo en el año 2001, y Dinamarca subvenciona puestos de trabajo administrativos, y aparecieron otros trabajos que poco a poco están terminando definitivamente con la cultura esquimal de los Inuits.

¿Es esto bueno o malo?

En éste caso, es muy complicada la respuesta, porque por el lugar en donde ellos viven, el progreso puede ser un retraso en su calidad de vida:

De este territorio puede afirmarse que es inhabitable. Sin embargo, los Inuits consiguieron adaptarse a este ecosistema de la única forma posible, en un ejercicio de supervivencia único en el planeta. Allí no se puede vivir de otra forma, en ese aislamiento. Ahora ha llegado la modernidad, y su vida se desarrolla en otro mundo. Los jóvenes no quieren ni oír hablar de la caza. Pero el problema es que esa modernidad se desarrolla en un completo aislamiento, y a miles de km del resto del mundo. Con lo que se les ha robado su esencia, se les ha arrancado del ecosistema, no sólo físico, sino emocional, y ahora tienen que realizar una vida contemporánea en un lugar en el que eso no se puede hacer. Lo principal que da sentido a la vida en mitad de un desierto helado es la adaptación y la lucha por la supervivencia. Ella es el motor, la ilusión de cada nuevo día: conseguir alimentos, sobrevivir al nomadismo, al rigor del tiempo.

No es de extrañar que el alcoholismo tenga un cierto protagonismo allí. No hay mucho más que hacer.

Nuestro plan es alquilar 15 perros, y en completa autonomía, adentrarnos cientos de km y muchos días en la inmensidad, a través de la tundra, el Inlandis, y el mar helado, hasta las antiguas y mágicas zonas de caza, con los últimos cazadores que quedan en Thule. Son muy pocos. Quizás nos cueste encontrarlos, pero nos permitirá volver a su vida hace 30 años, cuando todo el mundo era cazador y las familias vivían exclusivamente de ella y eran maestros de este arte manteniendo un perfecto equilibrio con la naturaleza, pues aquí es muy abundante la caza. Las familias eran felices.

Cazaremos focas para alimentarnos nosotros y nuestros perros. Va a ser duro para nosotros, no cazadores pero la caza para estas familias es imprescindible, una cuestión de supervivencia, no un deporte. Y vamos a grabar su forma de vida en el lugar más al límite del planeta, una forma de vida casi extinguida.

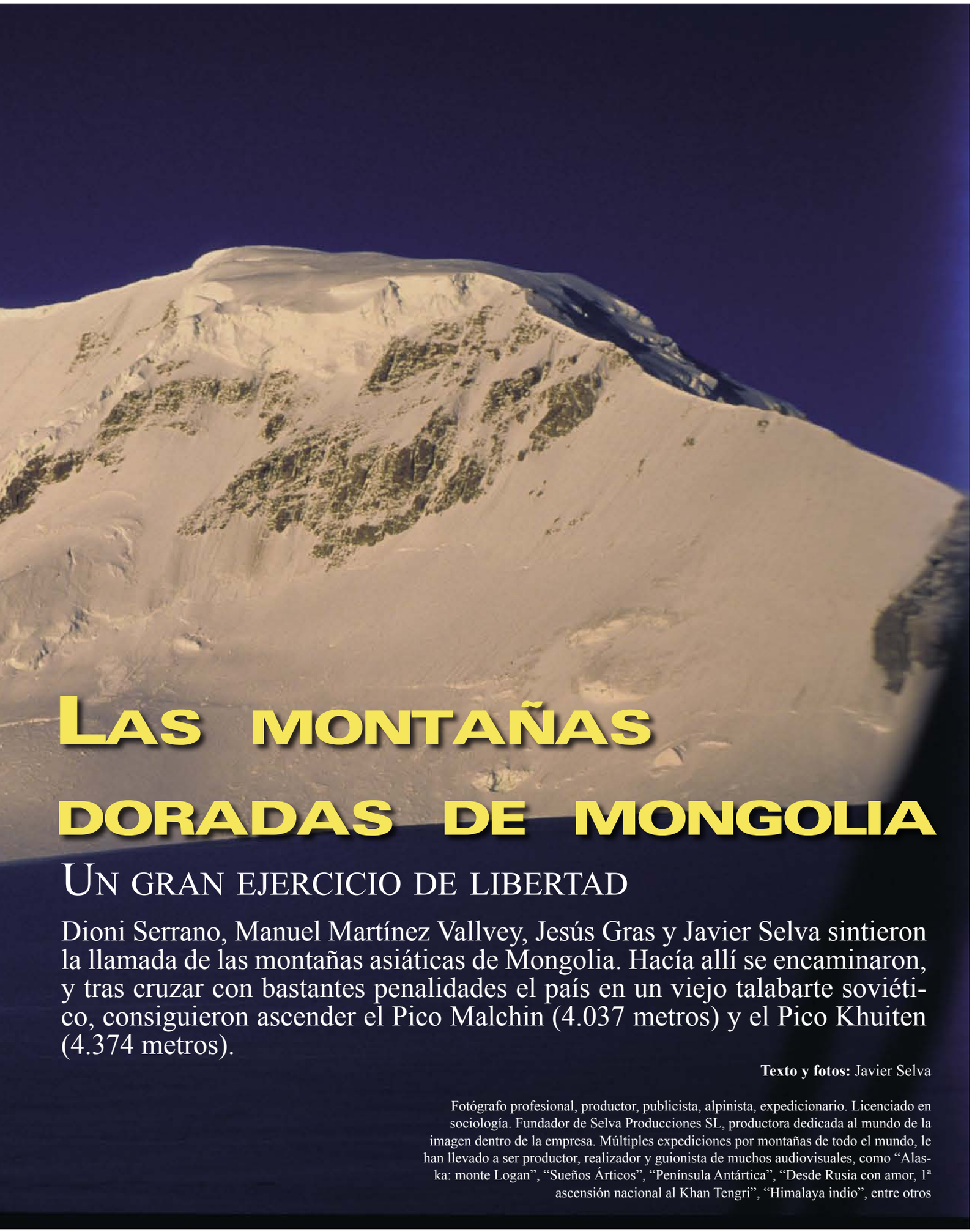
Ahora, según nos han dicho, es muy probable que en 8 años ya no quede nadie que sepa cazar en Thule, y la forma de vida Inuit habrá desaparecido por completo. En un lugar en el que la vida moderna, en cierta forma, no tiene mucha razón de ser, quizás el fin de los cazadores suponga el fin de Thule.

Os mantendré informados, como siempre, de lo que nos acontezca en nuestro internamiento por la inmensidad helada con los Inuits y los perros.

Un abrazo

Jesús Calleja
www.jesuscalleja.es

ALTAI



Las montañas doradas de Mongolia

Un gran ejercicio de libertad

Dioni Serrano, Manuel Martínez Vallvey, Jesús Gras y Javier Selva sintieron la llamada de las montañas asiáticas de Mongolia. Hacía allí se encaminaron, y tras cruzar con bastantes penalidades el país en un viejo talabarte soviético, consiguieron ascender el Pico Malchin (4.037 metros) y el Pico Khuiten (4.374 metros).

Texto y fotos: Javier Selva

Fotógrafo profesional, productor, publicista, alpinista, expedicionario. Licenciado en sociología. Fundador de Selva Producciones SL, productora dedicada al mundo de la imagen dentro de la empresa. Múltiples expediciones por montañas de todo el mundo, le han llevado a ser productor, realizador y guionista de muchos audiovisuales, como "Alaska: monte Logan", "Sueños Árticos", "Península Antártica", "Desde Rusia con amor, 1ª ascensión nacional al Khan Tengri", "Himalaya indio", entre otros

Algunos de nosotros aún recordamos los tiempos en los que en el pasaporte español figuraba una referencia explícita sobre la prohibición de viajar a "Mongolia exterior", junto a otros países sospechosos.

Nada mejor que una prohibición de este tipo para aumentar las ganas de conocer esta remota región de Asia y para crear un mito en el subconsciente colectivo de muchos occidentales.

Por éste y por otros motivos hacía mucho tiempo que buscaba la ocasión de viajar a Mongolia. Luego, como siempre, la montaña como pretexto (como diría mi amigo Juan Luis Salcedo).

En este caso las remotas y poco visitadas montañas del oeste mongol, la Cordillera de Altai, conocidas como las montañas Doradas, que hacen frontera con China, Rusia y Kazajistán, de una altura modesta pero sin información de ascensiones españolas y muy pocas occidentales.

Son los ingredientes perfectos para que mi cabeza comience a calentarse y el viaje vaya tomando forma.

Año tras año aplazado, por fin el verano del 2005 conseguimos formar un grupo sólido dispuesto a recorrer las estepas mongolas y sortear todos los inconvenientes burocráticos y físicos de un destino desconocido y novedoso como éste.

El país es una incógnita, la montaña aún más, no tenemos información de la dificultad que encontraremos, ni conocemos la logística necesaria para ascender a la montaña más elevada del país que es el Pico Khuiten de 4.374 m. Tan solo tenemos mucha ilusión, un mapa de Mongolia y algún teléfono de contacto en Ulan Bator…

Cuando uno decide escoger uno de estos países como destino de una expedición de montaña tiene varias posibilidades:

- Dar a la escalada de la montaña la máxima prioridad y por lo tanto recorrer lo más rápidamente posible el camino de aproximación que nos lleve hasta ella.

- Intentar que la montaña sea una parte del viaje y procurar que el camino que nos lleve hasta ella sea, desde la salida de casa, una larga e interesante marcha de aproximación intentando que todo cuanto en ella ocurra sea una fructífera experiencia vital. No puedo dejar de recordar los versos de Kabafis:

"Cuando emprendas tu viaje hacia Ítaca
debes rogar que el viaje sea largo,
lleno de peripecias, lleno de experiencias…"

Esta segunda opción, que casi siempre es la nuestra, puede sonar muy fácil y bonita pero en territorios tan remotos y desconocidos como éste, está llena de problemas. El primero y fundamental es que resulta imposible prever el tiempo de los desplazamientos y por lo tanto es muy difícil planificar el asalto a la montaña. Como el camino está lleno de eventualidades nunca sabemos si llegaremos con suficiente tiempo para ascender al pico elegido. Claro que esto se soluciona alargando un poco el calendario y quitándonos de la cabeza esa forma de viajar que es tan propia de los occidentales donde los días se miden en minutos y cualquier demora es una auténtica catástrofe.

Cada día tenemos menos tiempo para viajar o hacer una expedición y necesitamos que todo esté planificado al milímetro para rentabilizar al máximo nuestro tiempo y nuestro dinero. Mala estrategia de viaje. Mala filosofía de vida.

El caso es que nosotros en Mongolia decidimos que, a pesar de existir la posibilidad de un vuelo interior que nos depositaría cerca de nuestro destino, resultaría mucho más interesante y aventurero recorrer todo ese camino (prácticamente todo el país) por carretera, dentro de una especie de lata en forma de camioneta de la era soviética.

Y la verdad es que a pesar de ser un pequeño suplicio, teniendo en cuenta que las carreteras mongolas están en su práctica totalidad sin asfaltar y en un estado infame, creo que fue la mejor opción.

Siento realmente no haber podido hacerlo a caballo, como algunos de los viajeros que nos precedieron, sobre todo teniendo en cuenta la cultu-

MONGOLIA

Mongolia es un país interior, sin salida al mar. Es uno de los territorios más desconocidos y menos visitados del mundo debido a que ha permanecido cerrado hasta hace pocos años. Sin embargo, el país ofrece bellos espacios para quienes gustan de la aventura y de las culturas nómadas. Cuenta, además, con picos y cumbres, ideales para los amantes de las ascensiones. Está dominado por estepas y montañas al norte y oeste, y el Desierto de Gobi al sur. La altitud media es de 1580 m sobre el nivel del mar. La superficie es de 1.566.500 km², cerca de 3 veces el tamaño de España. Es el país número 18 más extenso en el mundo y se localiza entre las regiones de Asia Oriental y Asia Central. Está situado entre Rusia, al Norte y la República Popular China, al Sur. Su capital es Ulan Bator, en donde radica un tercio de la población total.

Procede del antiguo Imperio Mongol que dominó gran parte de Asia durante el siglo XIII, pero que posteriormente perdió su independencia y fue asimilado por Manchuria durante el final del siglo XVII hasta 1911, pero su independencia fue breve, ya que en 1919 las tropas chinas ocuparon la capital de Mongolia, y en 1921 se pudo independizar con la ayuda de Rusia. Posteriormente en 1924 se proclama la República Popular de Mongolia, y adoptaría políticas comunistas y un acercamiento a la Unión Soviética. Con la caída del comunismo en el país en 1990, adopta una constitución democrática en 1992 y marca la transición a la democracia, con la que el país se renombraría como Mongolia.

Mongolia tiene 2.830.000 habitantes, de los cuales casi un tercio (960.000) viven en la capital, Ulan Bator. En total, casi la mitad de la población vive en las ciudades. En las zonas rurales, los asentamientos agrícolas han comenzado a reemplazar a los grupos seminómadas. Con un promedio de menos de 2 habitantes por km², Mongolia es el estado soberano con menor densidad de población en el planeta.

Un 90% de los habitantes son de la etnia mongol, con una minoría de otras etnias túrquicas como el kazajo. El budismo tibetano es la religión mayoritaria del país, siendo junto con Bután las únicas naciones independientes donde esta religión es predominante.

La región central de Mongolia consiste principalmente en estepas relativamente planas. La fracción sur del país está situada en el Desierto del Gobi, mientras que las zonas norte y oeste son de carácter montañoso. El punto más alto de Mongolia es el monte Khuiten, con 4.374 metros situado en los montes Altai.

El clima de Mongolia es continental, con una gran amplitud térmica: la mayor parte del país sufre altas temperaturas en su corto verano, y un tremendo frío en el prolongado invierno, pudiendo las temperaturas descender hasta los -30°C. Ulan Bator, es la capital de estado con la temperatura media anual más baja en todo el mundo.

Las precipitaciones son mayores en el norte del país (entre 20 y 35 centímetros anuales), y menores en el sur (entre 10 y 20 centímetros anuales), llegando a ser casi nulas en algunas secciones del Gobi.

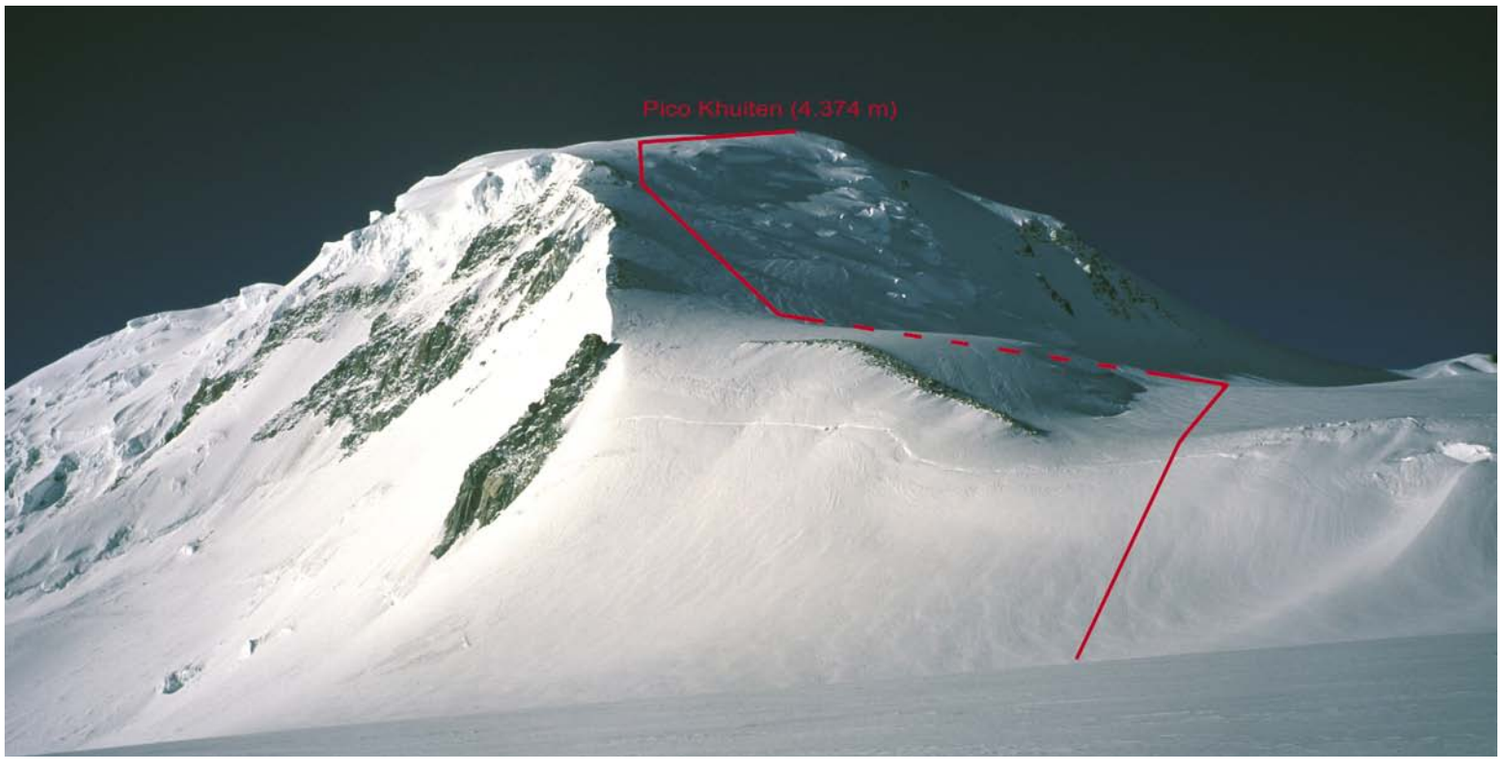
Nicolas Favresse on *Cobra Crack*. Squamish, BC. Arneses Chaos.
BEN DITTO

ARNESES

KCC
KINETIC CORE CONSTRUCTION

- Ultra resistentes, perfil delgado y alma de polímero para la distribución de la carga
- Hebillas de ajuste rápido para poner, quitar y ajustar facilmente
- Inserciones de espuma lumbares para mayor estabilidad y protección
- Revestimiento transpirable, cómodo y resistente incluso en contacto con la piel

BLACKDIAMONDEQUIPMENT.COM/HARNESSES
CLIMB@BLACKDIAMOND.EU



ra y el aprecio que los mongoles sienten por sus caballos y las personas que los montan. Pero en fin, si el tiempo ya fue justo para hacer el camino en coche, lo del caballo tendrá que ser en la próxima reencarnación (pero queda pendiente).

En Ulan Bator contactamos con una agencia local (o algo parecido) y en un santiamén nos vimos dentro de una furgona pre-perestroika recorriendo las estepas que recorrió Gengis Kan, junto con una cocinera, una intérprete y un chofer. Un grupo multiétnico y folklórico, como el país.

Y qué decir de Mongolia, qué decir de un país que es tres veces mayor en superficie que España y tan solo tiene tres millones de habitantes (de hecho es el país del mundo con menor densidad de población).

Vamos recorriendo kilómetro tras kilómetro, día tras día sin ver prácticamente a nadie, tan solo inmensas estepas desiertas hasta donde abarca nuestra vista.

Y cielos de algodón, porque Mongolia es el país de los cielos preñados de nubes eternas que parecen surgidas de la paleta de un pintor. O de los sueños de un niño.

Paisajes inmensos, limpios, serenos, que transmiten paz y que nosotros vamos descubriendo desde las ventanillas de nuestro vehículo, entre salto y salto por los baches y algún que otro sobresalto.
De tanto en tanto, restos (más bien ruinas) de la época soviética. Ahora entiendo de verdad lo que significa ser un país satélite de una gran potencia. Ahora la gran potencia ya no lo es y el país satélite se las tiene que apañar solo. Y lo intentan, pero les queda mucho camino por recorrer.

Fuera de la capital prácticamente no existe el asfalto, ni la luz eléctrica, ni el agua corriente (de cosas como la calefacción o los teléfonos ni hablamos). Tan solo restos de un tiempo en el que los rusos, paternalmente, se encargaban de estas cosas. Aquí una fábrica parada con sus máquinas desvencijadas y oxidadas, allí un tendido eléctrico que adorna el paisaje pero que hace años que no ve la electricidad, más allá un decrépito teatro que conoció tiempos mejores (seguro que Chejov fue representado en alguna noche feliz).

Porque los mongoles son un pueblo culto e instruido, lleno de tradiciones y cultura, nómadas, pero sabios, que una vez, hace muchos años, conquistaron el mundo, y no solo por la fuerza de las armas (que también, como todos los grandes imperios).
Y después de muchas, pero que muchas peripecias con el coche conseguimos llegar a nuestro punto de destino, donde de verdad comienza nuestra aventura montañera.

Las montañas de Mongolia son como casi todas, preciosas.

Estas tienen una particularidad, están en la frontera de Mongolia, China, Rusia y Kazajistán, pero esto es solo cosa de los hombres que nos empeñamos en que todo esté lleno de líneas y alambradas. Desde la cima lo que se ve es el Macizo de Altai, las montañas Doradas en todo su esplendor. No fui capaz de diferenciar los valles chinos de los rusos o los mongoles, no eran de diferente color ni estaban llenos de tipos llegados de Marte. Todos eran igual de majestuosos y llenos de colores y gentes maravillosas.

Llegamos a nuestro campamento base en una caravana de caballos y camellos llena de exotismo tan propio de estos lugares. Estamos prácticamente solos, como era de esperar. Nuestros acompañantes por supuesto no saben nada de montaña, ni de estas ni de ninguna, o sea que nos las tenemos que agenciar nosotros para descubrir cuáles son los picos y por donde tendremos que subirlos.

Primero para aclimatar y familiarizarnos con el terreno elegimos el pico Malchin (4.037 m.), que significa pastor, y nos parece fácil y con buena panorámica sobre el Khuiten que es nuestro principal objetivo.

Todo va bien, después de tantos días metidos en la lata con ruedas esto de ascender montañas es todo un goce, para el cuerpo y para el alma. Subimos, bajamos, lo típico de una aclimatación y por fin nos encaminamos al Khuiten. Estamos solos en la montaña y podemos elegir la ruta que más nos interese. Esta es una sensación rara. Cada vez estamos menos acostumbrados a la libertad, incluso en las montañas.

Elegir un país remoto y desconocido, una ruta llena de dudas e incertidumbres, una montaña desconocida y solitaria y poder ascenderla por donde “dios te da a entender” no es una cosa muy normal en este mundo actual, incluido el del alpinismo, donde todo esta pautado y lleno de normas, los caminos recorridos hasta la saciedad, el tiempo controlado y la incertidumbre se vive con auténtica angustia.

Pues para nosotros, Mongolia y el Pico Khuiten fue todo lo contrario. Un gran ejercicio de libertad.

Diario de viaje

31 de julio

Vuelo de Aeroflot a las 23,55 camino de Moscú. Nervios en Barajas por mi retraso . 4,30 h. de vuelo.

1 y 2 de agosto

Escala en Moscú de 13 h. bastante pesada. Volamos a las 20,30 h. local camino de Ulan Bator. 5,30 horas de vuelo. Llegada sin novedad a las 7 h. Nos esperan de la agencia. Nos alojamos en el hotel Sándwich. Por la tarde visita a Ulan Bator.

3 de agosto

Excursión a la Montaña de la Tortuga en coche de la agencia. Visita a un monasterio sin monjes. Por la tarde visita al monasterio de Gandantegchenling y a un espléndido mirador soviético sobre Ulan Bator. Después Dioni y yo visitamos la ciudad y sus almacenes.

4 de agosto

Reunión con la agencia para negociar el plan a seguir. Fijamos todo en 1.105 $ ó 929 € cada uno hasta el día 27. Ya veremos si cumplen...
Visita al Museo de Ciencias Naturales: cutre pero con dinosaurios espectaculares. Después visita a los almacenes y compras. Vuelta al hotel en taxi.

5 de agosto

Salida de Ulan Bator en autobusito a las 9,30 h. camino de Karakorum donde visitamos un templo con una muralla llena de stupas, un tanto cutre. Jornada tranquila. Un pinchazo. Acampada junto al templo y un río. 1er día de coche.

6 de agosto

Salida de Karakorum con cambio de moneda en el banco. Parada en Tsetserleg para comprar en un mercado local. Encuentro comiendo con Manuel el "Sevillano" que está haciendo "Hong Kong Lepe sin avión" en unos dos meses y medio, singular. Llegamos al atardecer a un bonito volcán donde pasamos la noche. El conductor repara el árbol de levas, increíble. 2º día de coche.

7 de agosto

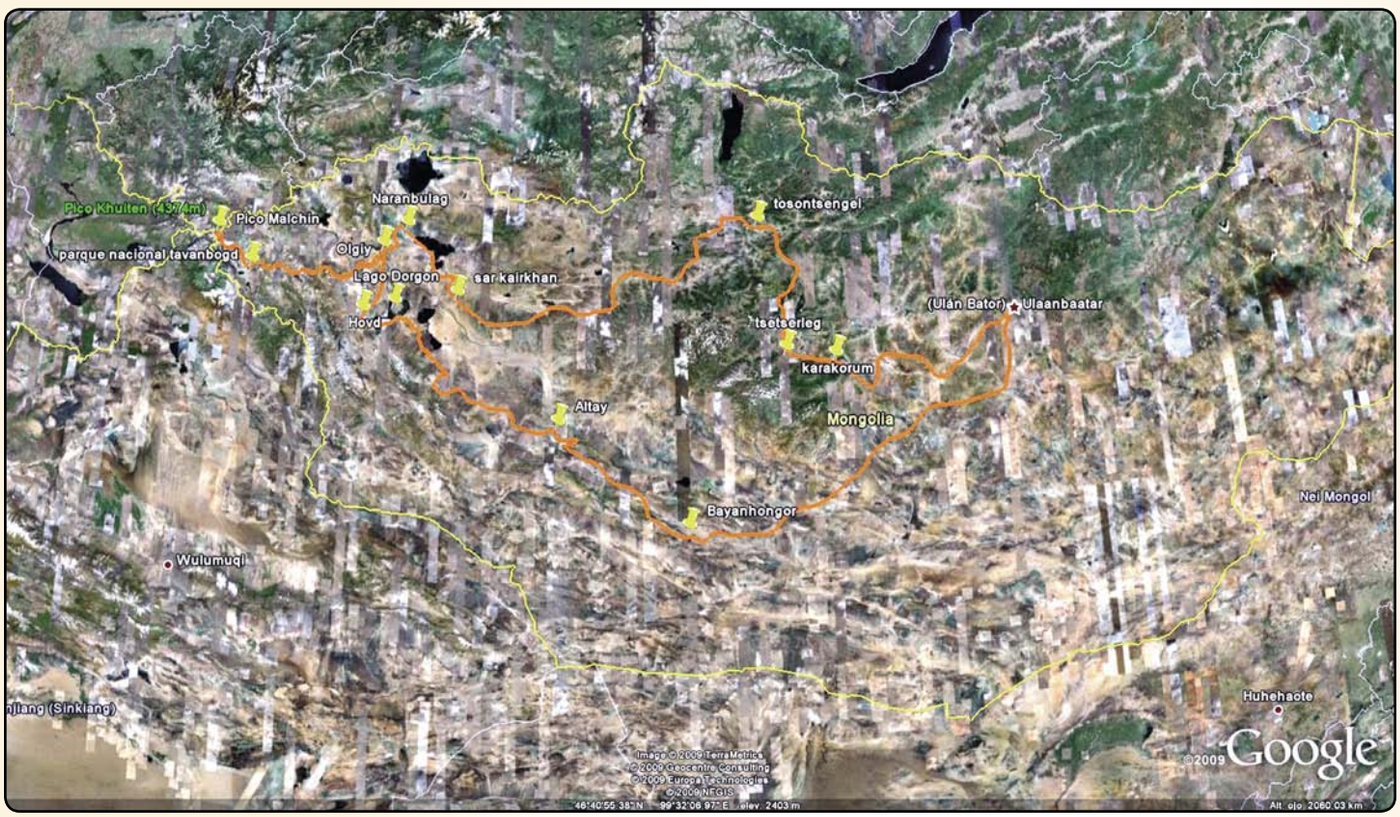
Salida del volcán y llegada a Tosontsengel. Segundo pinchazo. Atravesamos un lago y granizo. Acampada en una ladera con vistas maravillosas. Vivac con Manu. 3 er día de coche. Dolor de muelas.

8 de agosto

Salimos de Tosontsengel y llegamos a Tsardan. Pasamos por el lago Teltennmur con camellos. 3 er pinchazo. La carretera comienza a ser muy mala. Acampamos en un entorno idílico, ascendemos a unas peñas con panorámica grandiosa. Después de la cena, ataque de los mosquitos. 4º día de coche.

9 de agosto

Salida de Tsardan y llegada a Namir. Atravesamos el gran lago Khyargasnuur. Comemos en un garito del pueblo cutre y polvoriento llamado Naranbulag. Perdemos el camino y tenemos que vadear un río para llegar a Namir junto con un camión que se queda bloqueado a la mitad del río. Lluvia por la mañana, miles



de mosquitos. 5º día de coche.

10 DE AGOSTO

Salida de Namir y llegada a Olgig. Mucha lluvia. Recogemos a una lugareña junto a un puente de un lago después de realizar un gran vado, el segundo ya. Es curioso como prepara nuestro conductor el motor para evitar que se pare en mitad del río. Es muy profesional a pesar de su edad. Muchos mosquitos. Comemos en un restaurante local del Olgig con Beck que es nuestro contacto local. Ya estamos en territorio Kazako donde apenas se habla mongol. Están sin electricidad hace diez días y las calles parecen lagos por los grandes charcos. Estas ciudades de inspiración soviética son un tanto deprimentes, se parecen en todas las partes del mundo. Nos alojamos en el ger de Beck y pasamos la noche. 6º día de coche. Intentos de llamar, nulos

11 DE AGOSTO

Salida de Olgig y llegada a la Range Station del Parque Nacional de Tavanbogd. Aproximadamente 200 km. en unas 7 horas. Lluvia abundante. Paso por un control militar. La lluvia continúa por la tarde y Dioni se desvía con el jeep a ver a los padres de Aisak. 7º día de coche.

12 DE AGOSTO

Subida al campo base con seis caballos, cuatro con carga y dos para la intérprete (Sines), la cocinera (Heavy) y el conductor (Vainá). Cuatro horas con viento, algo de nieve y frío. En el campo base hay instaladas tres ger de alguna agencia.

13 DE AGOSTO

Ascensión al Pico Malchín de 4037 m. significa pastor. Amanece nevado en el campo base a las 7,30 h., estamos a 3º C.
Empleamos cuatro horas en subir y dos horas en bajar. Técnicamente sencillo pero muy bonito. Nieva por la tarde en nuestro campo base. Conocemos al colombiano Carlos, simpático.

14 DE AGOSTO

Comenzamos la ascensión al Pico Khuiten que con sus 4374 m. es el más alto de Mongolia. Partimos hacia el campamento de altura que montamos a 3500 m. en un riñón rocoso en medio del glaciar después de seis horas de ascensión sorteando grietas. Tarde y noche muy frías.

15 DE AGOSTO

Suena el despertador a las 5 h. de la mañana que es muy fría. A las 7 h. comenzamos la ascensión al Khuiten. Nada más salir de las tiendas, Dioni desaparece delante de mí, engullido por una grieta del glaciar. Momentos de nervios pero sin consecuencias. Después de seis horas de magnífica escalada estamos en la cima. Son la 1 h. de la tarde, el panorama que se contempla es incomparable. Toda Rusia, toda China, toda Kazastan y toda Mongolia a nuestros pies. Bajada al campamento de altura en tres horas. La tarde es magnífica y no hace frío.

16 DE AGOSTO

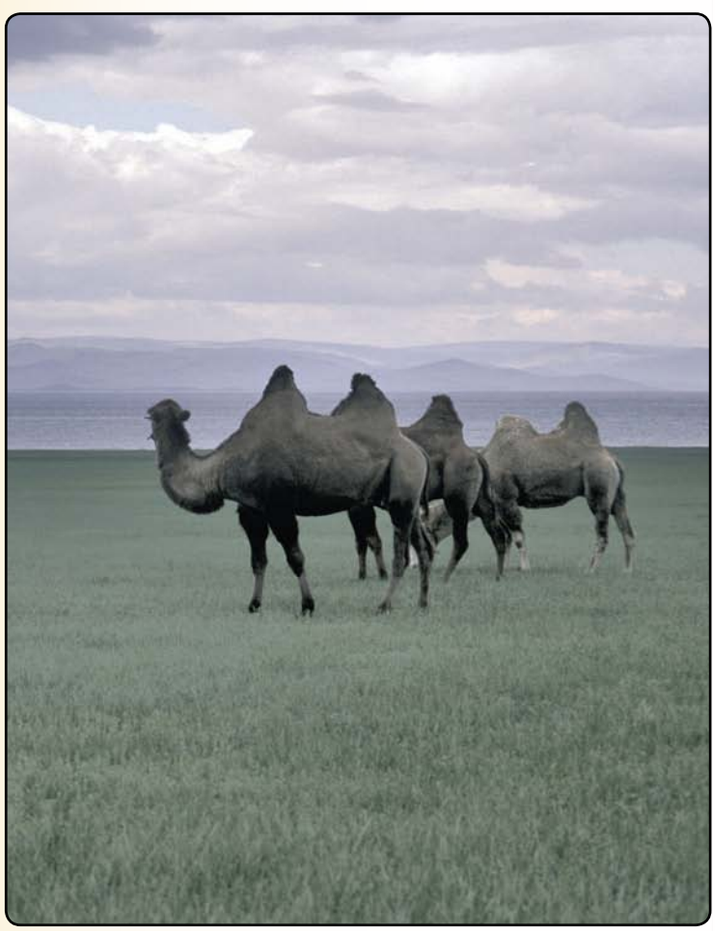
Descenso del campo de altura al base. Comenzamos a las 8,30 h. con calor. El glaciar está más franco. Al llegar a la morrena, Manu y Dioni continúan por el glaciar. Manu se lesiona la rodilla. Cuatro horas de bajada.

17 DE AGOSTO

Día de descanso en el campo base. Aprovecho para intentar subir un pico de enfrente que parece fácil y corto, pero no es así. Vuelta al glaciar y el lago de desagüe que me obliga a vadear algunos ríos. Agua gélida. Regreso pronto al campamento. Jesús Gras también da una vuelta por el glaciar. Conocemos a dos americanos con aspecto de borrachines que Manu dice que son de la C.I.A.

18 DE AGOSTO

Campo base y llegada a la Range Station. Adelantamos un día la bajada y cuando parece que no aparecerán los arrieros, después de una gran granizada, llegan y comenzamos la bajada a las 18 h. con un camello y tres caballos, uno para



Manu que está lesionado de la rodilla (ligamentos). Llegada a las 21 h. con muy mal tiempo. Dormimos en la tienda comedor junto a unos ger de los arrieros.

19 DE AGOSTO

Desde Range Station a Olgig unas cuatro horas de furgón. Visita a la oficina de correos y a los baños públicos (1000 togrog). Nos alojamos en el mejor hotel de Olgig, El Dunan, pero no tiene ni agua ni luz, sólo dos horas por la noche gracias a un generador (10.000 T/pax).

20 DE AGOSTO

Salida de Olgig y llegada a Hord. Unas seis horas aprox. de viaje, pasamos por un lago y un puerto de montaña. Llegada a la casa de la madre de Bold que es similar a otras pero sin ger. Merece destacar la letrina "semillena". Mientras preparan la cena damos una vuelta por el pueblo que es como todos. Tomamos una cerveza en algo parecido a un bar.

21 DE AGOSTO

Hord-Lago Dorgon. Antes de subir a Hord tenemos una pequeña tensión por el gas que se soluciona cuando aparecen con una bombona enorme. Discutimos con Bold por no llevar a su hermano en el furgón. Damos a su madre 10.000 T por la hospitalidad (¿?) y 10.000 T más al conductor por la desviación de la ruta que haremos hoy. Seis horas de viaje nos llevan al borde del lago y a una puesta de sol encantadora, si no fuese por los mosquitos.

22 DE AGOSTO

Salimos del Lago Dorgon y llegamos a unos 75 km. al oeste de Altai-Gobi. Por la mañana visitamos unas dunas en la orilla del lago. Viajamos unas seis horas y paramos en dos ger donde pudimos probar las especialidades del país: airak (leche fermentada de yegua) y queso piedra. Por la noche muchos mosquitos.

23 DE AGOSTO

De 75 km. al oeste de Altai a 120 km. al este de Altai. Comida en Altai junto a cuatro policías que demuestran su autoridad con su volumen. El pueblo es igual que todos. Para cenar preparamos una tortilla española que parece que tiene más éxito entre los locales que entre nosotros. Tomamos vodka. Preguntas de los mongoles sobre nuestra vida...

24 DE AGOSTO

De unos 120 km. al este de Altai hasta Bayanhongor, 4º pinchazo. Nuestra intérprete nos comunica que una avería en la distribución de la furgoneta nos impide continuar sin una pieza de recambio, intentarán conseguirla mañana. Momentos de tensión en el grupo, diferentes opiniones sobre la situación.

25 DE AGOSTO

De Bayanhongor al pie del Khankhogshin. Vainá consigue la pieza sobre la 1 h. después de bastante tensión en el grupo. Rulamos por el mercado y luego visitamos el Museo de Historia Natural. Está curioso, aunque como todo en este país le queda mucho (nota de Dioni en el libro de registro: "parece el paisaje después de una batalla..."). Vainá emplea dos horas para reparar la avería. Tres horas más de viaje y acampamos en un agradable circo granítico. A las 4,30 h. de la madrugada recibimos la desagradable visita de seis mongoles borrachos en un coche. Buen comportamiento de nuestra gente.

26 DE AGOSTO

Salida del pie de Khankhogshin hasta Khogno Khan (a 240 km. de Ulan Bator). Paramos a visitar un monasterio por sugerencia de Gras, pero es tan cutre que continuamos el viaje sin verlo.

27 DE AGOSTO

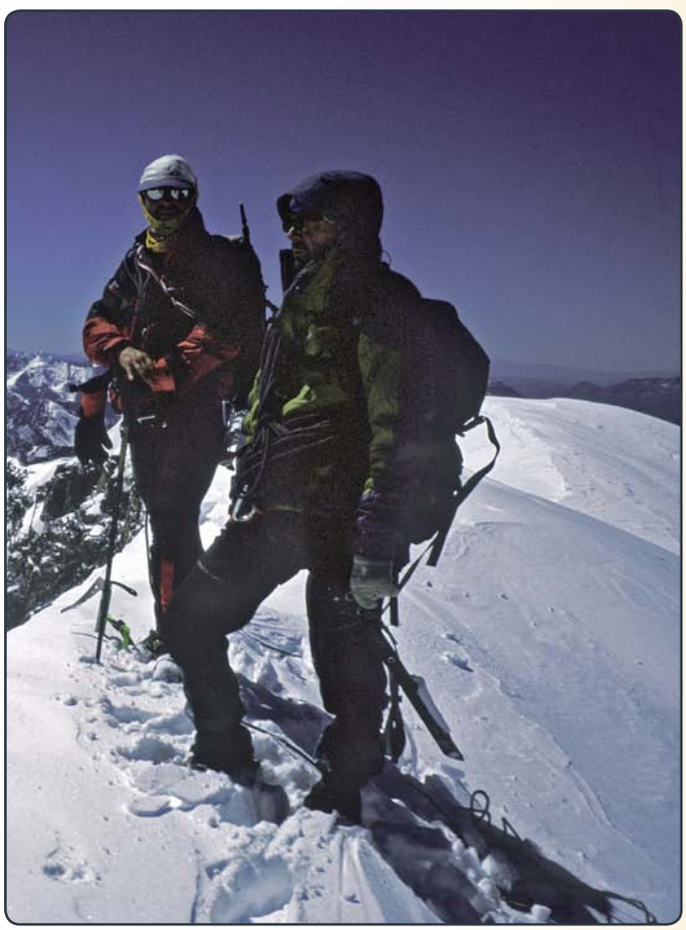
De Khogno Khan a Ulan Bator. Tenemos el 5º pinchazo. En un control, llegando a Ulan multan a nuestro conductor con 20.000 T por no llevar el permiso de transporte de turistas (por supuesto las pagamos nosotros). Comemos todos juntos a la llegada a la ciudad (5 h.) nos cuesta 72.000 T, les entregamos la propina que es de 120.000 T (unas 12.000 ptas.). Salimos al Facc Club.

28 DE AGOSTO

Compras en el "mercado negro" con chinos. Intento de robo a Dioni, nervios y agobio. Comida con chinos y compras en los grandes almacenes que estrenan las rebajas. Preparativos del equipaje.

29 DE AGOSTO

Nos levantamos a las 6 h. y cogemos el avión a las 9,10 h. Llegada a Moscú siete horas después. Escala de ocho horas en Moscú.



Delicias Primaverales

Apurando las últimas nieves y los primeros soles

Con la llegada de la primavera se inicia un ciclo de puro deleite en la vida del esquiador de montaña. Inspirados por el clima benigno y las abundantes nieves de las alturas, nuestras posibilidades son ilimitadas.

El invierno pasado en Crested Butte fue legendario. De esos que formarán parte de la memoria colectiva de los "amantes de la nieve y eventos meteorológicos" durante décadas a venir. Pero incluso cuando nos hallábamos inmersos en nuestro propio cuento de hadas y mientras afanosamente horadábamos túneles para entrar en las casas, había un pensamiento colectivo que periódicamente nos pasaba por la cabeza: el hecho ineludible de que la primavera que seguiría iba a ser proporcionalmente épica. Y así lo fue.

A mediados de abril, y como es costumbre por estas tierras, la estación cerró sus puertas con mas nieve de la que jamás han visto muchas estaciones de esquí que me vienen a la cabeza.

Desde el pueblo, la cumbre de la estación era una visión incongruente, como si fuera un enorme y delicioso cucurucho invertido de helado al que nadie podía hincarle el diente… a excepción de los bastantes autóctonos que a ella subimos a pie o con las pieles puestas para bajar las cremosas pistas y las agradables bañeras suavizadas por la acción solar y la falta de tráfico.Pero aunque la nieve fuese tan suave como el ano de un gusano de seda, la estación era la estación y ya la había esquiado “ad nauseam” durante el invierno. Yo tenía mis ojos puestos en la inmensidad montañosa que rodea Crested Butte. Gracias a la abundante cobertura y grosor de la nieve, las condiciones eran idóneas para hacer largas travesías y ascensiones a las montañas mas remotas de la zona.

Se acabó hacer yoyós en la pala de turno y de reprimir nuestro espíritu por culpa de los aludes o el frío.

Era hora de destaparse y salir a explorar.

Texto y fotos: Xavi Fané

Culto al sol

Cual pingüinos apalancados al sol sobre un insólito islote a la deriva en un mar blanco de montañas, el grupo de amigos ocupaba casi al lleno la piramidal cumbre de Mineral Point, una emblemática montaña que a modo de imponente centinela domina la cabecera del amplio valle de Crested Butte, tentándonos durante todo el invierno con su prohibida cara este.

Nos hallábamos a principios de mayo y el ambiente estaba saturado con una energía vibrante y festiva. Olía a chocolate caliente y a canutos y un sol radiante iluminaba las caras felices y curtidas de la docena de esquiadores que habíamos peregrinado hasta aquí para celebrar a nuestra manera la llegada de la primavera y todas las delicias sensoriales que eso implica.

Tres horas antes, mis cotas de regocijo no eran las mismas. La aproximación hasta la base de la montaña exige seguir el largo y casi completamente llano valle de Slate River, una pateada que cuando nos hallamos física y mentalmente predispuestos añade un par de horas a la esquiada. Pero en esta ocasión y con intención de mantener la cohesión del grupo nos decidimos a hacerlo con la ayuda de las motos de nieve.

Porqué solo había disponible un limitado número de skidoos, a algunos del grupo nos tocó ir a remolque. A primera vista eso podría parecer una brisa, pero a 50km por hora, rebotando y traqueteando sobre la superficie áspera y todavía helada como una piedra de a primeras horas de la madrugada, acabas con el cuerpo entero en un rigor mortis que ni todos los masajes turcos del mundo te sacan de él. Para mí, y me podéis llamar freerider de pacotilla si queréis, no hay nada como el viejo método de auto-propulsión por más lento que éste pueda ser.

Cuando por fin dejamos las motos de nieve a pie de montaña me invadió una cálida ola de bienestar y alivio. Ahora venía lo bueno. Con los esquís atados a la mochila fuimos a buscar la cara este de Mineral Point, un ininterrumpido tobogán de 800mt de desnivel y 40º de inclinación que afrontamos trazando una ruta casi directa. La nieve es dura, demasiado dura para bajar, pero perfecta para subir con los crampones puestos. El sol despuntó por mi espalda, iluminando el paisaje alpino con una luz rosácea, cálida y alegre que nos animó a proseguir nuestra ascensión.

"En su punto"

A media subida, mientras me detenía a contemplar el arrebatador paisaje y las pequeñas figuras de mis amigos desperdigadas a mi alrededor por toda la inmensidad de la pala caí en lo liberadora y permisiva que es la primavera. Sin duda alguna, sería absolutamente suicida, por el elevado peligro de aludes y la dificultad de abrir traza en la profunda nieve, aventurarnos en este territorio a medio invierno.

De repente aquí estamos, con las montañas convertidas en un terreno de juego ilimitado gracias a los estabilizadores procesos de fusión y congelación que tienen lugar en esta época del año. Lo único que has de tener en cuenta es calcular con cierta precisión, observando temperaturas, orientación, inclinación, etc, en qué momento del día la nieve alcanzará su punto óptimo y cuando dejará de serlo y se convertirá en una argamasa inesquiable capaz de provocar peligrosos aludes.

De vuelta a la cima de Mineral Point y hacía las diez de la mañana alguien gritó: "¡La nieve está lista para bajar!" y con la noticia

matt www.mattcommunication.com

HIRUNDOS

Arnés de cintura
ULTRALIGERO
para un rendimiento
DE ALTO NIVEL

PETZL®

www.petzl.com/hirundos

el grupo de pingüinos entró en acción, cómo si uno de ellos hubiera avistado un banco de sardinas. La espera había terminado y la inexorable acción solar por fin había iniciado el proceso de fusión, mágicamente convirtiendo el escudo acorazado de la cara este en un medio ideal en el que hincar los cantos del esquí a la vez que ejecutar virajes con un mínimo esfuerzo.

Sin perder tiempo nos apretamos las botas, nos pusimos los esquís y nos acercamos al borde de la vertiginosa pala. Por más perfecta que la nieve estuviese, los 45º que la pala tenía en la cima y el patio que había por debajo, no dejaban de impresionar. Más que como pingüinos al agua, debo de admitir, entramos en la pala con la aprehensión y resistencia de bañistas cautelosos, primero un pie y después el otro, pero una vez metidos en ella y después de hacer los dos primeros virajes, no mirabas atrás.

Los cremosos 4 ó 5cm que formaban la capa mas superficial del manto níveo invitaban a dibujar grandes virajes a gran velocidad en lo que era un acto perfectamente feliz y despreocupado bajo un cielo azul de película. La introvertida severidad invernal aquí había dado paso a la extrovertida vitalidad primaveral y todos bajamos medio desarropados y con una libertad de expresión total, buscando las irregularidades del terreno, sus concavidades y resaltes, explorando aristas y canales con la efusión de niños gozando plenamente de su hora de “patio”. En las zonas inferiores la nieve ya se había transformado más allá de su punto ideal, exigiendo más esfuerzo y técnica, pero ya no importaba, las motos de nieve nos estaban esperando para llevarnos de vuelta al pueblo.

Otra historia

Visto por detrás en la fina luz del amanecer, la silueta monolítica de mi amigo Ian es impresionante. Incluso debajo de la ropa de esquí abultan sus músculos de Conan el Bárbaro. A veces le llamamos “el pantorrillas” porqué tiene las pantorrillas mas grandes y musculosas del oeste americano. Los dos habíamos salido a primera hora de la madrugada con el objetivo de esquiar la imponente cara oeste de WhiteRock Mountain, una cima de 4000mt escondida en las rugosidades alpinas que hay entre Crested Butte y Aspen, sin el uso de las pestilentes y ruidosas motos de nieve. Iba a ser un día muy largo pero nos motivaba el hecho de que íbamos a probar suerte en un descenso que solamente unos pocos habían conseguido.

El plan era alcanzar la cumbre hacia las 10 o las 11 de la mañana, hora en que habíamos calculado que la nieve se habría ablandado lo suficiente para ofrecer una bajada segura y agradable en la canal superior, que tenía unos 250mt de desnivel con una inclinación de 45º+. Cuatro horas de marcha mas tarde, después de remontar el salvaje valle de Copper Creek bajo un sol magnífico y respirando el primaveral olor de los frondosos abetos, alcanzamos las alturas de la cara oeste, ascendiéndola con crampones y piolet por la misma ruta que teníamos pensado bajar. La nieve estaba durísima pero el sol ya había empezado a calentar y estábamos seguros de que se ablandaría.

Lo que no habíamos tenido en cuenta es que cuando llegamos a la cumbre, un fresco viento del norte empezó a soplar con per-

La mitad de la belleza depende del paisaje...
... la otra mitad depende de quien lo mira.

espacioacción
escalada y montaña

Te acercamos la montaña DESDE 1994
espaciAcción

www.espacioaccion.es

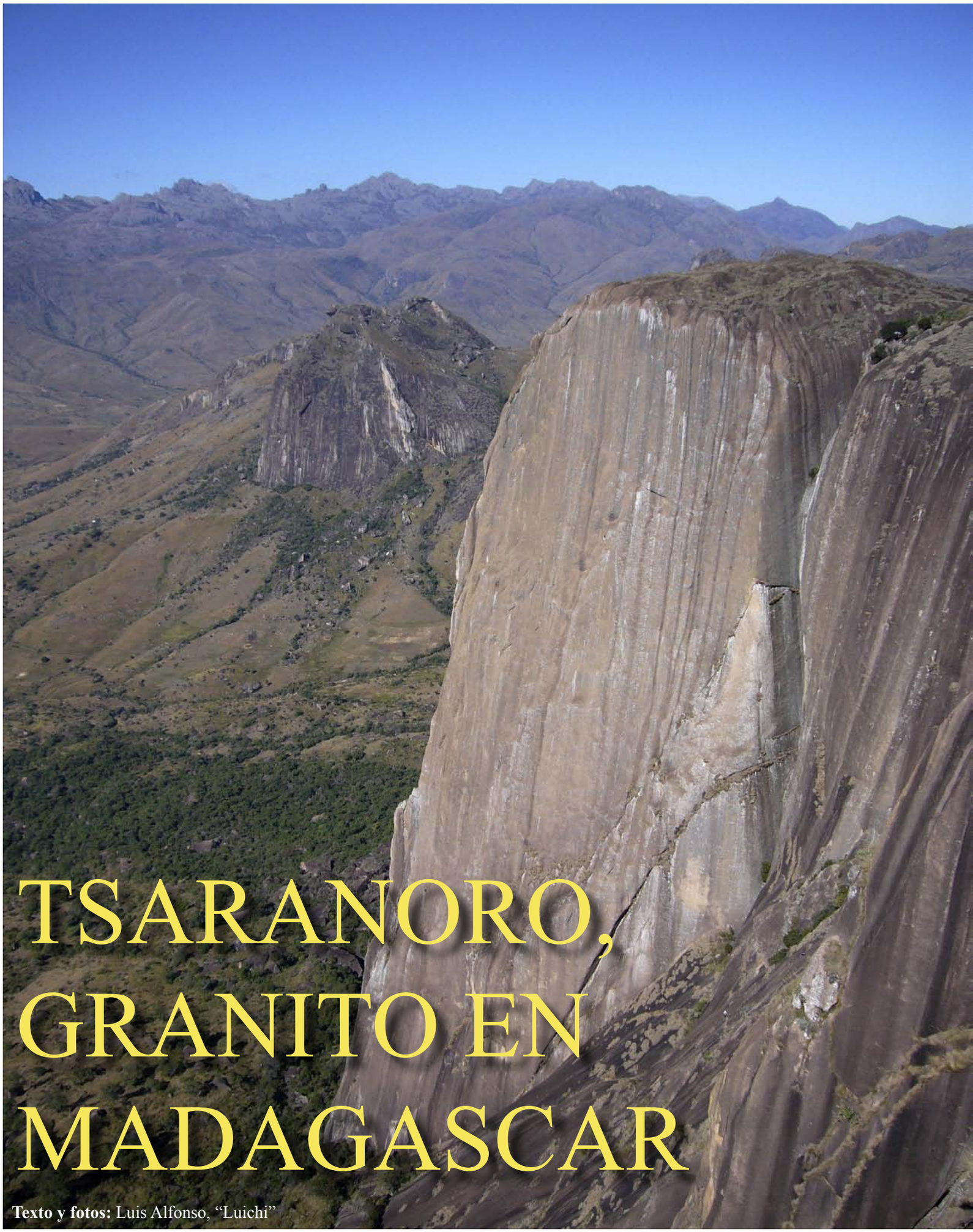
sistencia manteniendo la superficie de la nieve demasiado fría para iniciar el proceso de fusión. Después de pasar dos horas en la cima bebiendo té, resolviendo los problemas del mundo y admirando el universo blanco que nos rodeaba a pesar de hallarnos a mediados de mayo, decidimos que no podíamos esperar más y que teníamos que probar suerte en la bajada si queríamos volver al pueblo con la luz del día. Ian se abalanzó al abismo y derrapando con una estridencia de cantos y hielo que me puso los pelos de punta se marcó un par de zetas de emergencia que ni el "Zorro".

Creo recordar que soltó un gritito de miedo o sorpresa (¡uau!) que me chocó por provenir de un tío tan grandote. La cosa no pintaba bien. Adosándose contra unas rocas que habían a un lado de la canal inicial Ian me llamó con un grito para que bajase, y yo, con el estómago por corbata porqué sabía que los cantos apenas si me aguantaban en la nieve cristalizada y tan dura como las pantorrillas de Ian, bajé como pude hasta él. Una caída en este punto de la canal hubiera sido un billete seguro, de ida solo, al "mas allá". "¡Dios, las cosas que hacemos para divertirnos!", pensé yo en voz alta.

Y así, con un miedo visceral y marcando virajes en plan "abuelito con Parkinson" llegamos hasta la base de la canal, dónde por fin el ángulo de la pendiente se suavizó. Más resguardada del viento, aquí la nieve se había transformado y pudimos disfrutar de la segunda mitad del descenso esquiando como se debe, haciendo largos virajes de carving hasta el fondo del valle, dónde los dos nos desplomamos en la nieve como muñecos de trapo con las piernas hechas polvo a causa del descenso de "alta tensión" vivido en la cumbre de WhiteRock. Después de saborear el sol y unas galletas, una vez más pusimos las fijaciones en posición de "pateo" para volver hasta el pueblo en las últimas luces del día.

Si esta historia tiene una moraleja, es que incluso bien entrada la primavera, ese extraordinario equilibrio entre hielo y deshielo, entre sólido y líquido que tanto anhelamos es un proceso frágil y precario sujeto a las variaciones más sutiles del clima y entorno. Pero bueno, ése es en parte el gancho y hechizo de la primavera en la montaña. En un momento dado nos corremos sensorialmente, bombardeados por la combinación de bienestar climático y dinamismo cinético que encontramos en esa capa de nieve a punto de crema, y al otro estamos tiesos de miedo en la acerada dureza del hielo. Pero a fin de cuentas, lo que prevalece son las buenas experiencias y de esas nunca faltan en la primavera.

Xavier Fané
www.xavierfane.com



TSARANORO, GRANITO EN MADAGASCAR

Texto y fotos: Luis Alfonso, "Luichi"

El viaje

La primera noticia que tuve sobre el macizo del Tsaranoro fue de un artículo publicado en la revista Mountain, con diversas fotos en blanco y negro. Eso bastó para tener claro que había que ir. La estética de sus paredes, la cantidad de roca, África… Todos los elementos se aliaban a favor, sólo había que encontrar el momento adecuado dentro de la vida.
Con el paso de los años fueron apareciendo más artículos que, tras recortar, iban engrosando el dossier correspondiente, y que no hacían más que incrementar el ansia de ir.

El círculo se iba cerrando y veía que el momento se acercaba, "del próximo año no pasa". Inicialmente el grupo éramos David y yo, pero se fue perfilando con los días, sumándose Carles y Javi, tras diversas variaciones. Al remate nos juntamos con otro equipo formado por: Turko, Eudald, Palan y Talo. Un corrillo numeroso pero que simplificaba enormemente cuestiones como el transporte.

Un viaje a África suele (o debería) ser mucho más tranquilo y relajado de lo que se espera. En nuestro caso sucedió todo lo contrario, al menos inicialmente. Una carrera que empezó en el aeropuerto de Barcelona, de dónde salimos en coche rumbo a Marsella con el único objetivo de no perder el avión y terminó en el Camp Catta, tres estresantes días después.
Tras llegar a Antananarivo, la capital, cogemos unos taxis hasta la estación Sur de Taxi-Brousse, aquí empieza el meollo, el ajo, el caos. Una multitud te envuelve y agobia para que los contrates a ellos como montacargas y una pelea (con sangre) entre dos locales terminó dándole el ambientazo que la ocasión se merecía. Descubriremos con los días que aunque en menor medida que ésta, todas las estaciones son lo mismo y fuera de ellas todo resulta más tranquilo de lo que parece.

Los viajes en Taxi-Brousse siempre serán más emocionantes de la cuenta, los conductores van a todo trapo, de vez en cuando atropellan algún bicho, en los pueblos aceleran y, con muchísima suerte, no tendremos averías.

El país y sus paisajes son fantásticos y cautivadores, con grandes espacios abiertos, montañas, color y una luz sublime que hará las delicias de los aficionados a la fotografía.

Tras Ambalabao se le empiezan a salir los ojos de órbita a cualquier escalador amante del granito: paredes de todas las medidas se extienden a ambos lados de la carretera. Poco después dejamos el asfalto y aquellas paredes que veíamos a lo lejos van tomando forma y adquiriendo tamaño. Por fin veíamos en la realidad lo que tantas veces habíamos analizado milímetro a milímetro sobre fotografías, el Tsaranoro estaba ahí delante.

Madagascar es un país muy pobre, esta pobreza es claramente más acentuada cuanto más lejos de la capital nos encontramos, salvo algunas excepciones. Cuenta con muy pocas infraestructuras tanto médicas como sociales. Diversas ONG luchan para paliarlo en la medida de lo posible pero, ni de lejos, es suficiente. Cualquier ayuda será bienvenida.

EL SITIO

El Camp Catta es la mejor opción como base de escalada, situado estratégicamente bajo las paredes. Estas se hallan alineadas una junto a otra y separadas por amplias canales. En medio del valle se enclava el Camaleón, visible desde todas las vías y en la ladera contraria del valle tenemos el Pic Dondy, con la pared más larga, de menor dificultad y más a desmano.

Las aproximaciones, sin ser exageradas (oscilan entre 1 y 2 horas de cuesta) resultan pesadas de realizar día tras día y van fundiendo las rodillas, eso si, casi siempre por buenos caminos.

Al sol suele hacer calor, aunque resulte soportable en Junio (gracias al viento), después de mediodía casi todas las paredes quedan a la sombra y el forro se hace incluso necesario. Algunas (pocas) vías quedan todo el día en sombra, con el tiempo seguro que hay más.

Las pocas horas de luz disponibles obligan a correr, buscar vías no demasiado largas o planificar de antemano la estrategia a seguir y prever vivac, ya sea en la base de la pared, repisas (no hay muchas) o con hamaca, en todo caso el frontal será imprescindible en cualquier salida.

Durante nuestra estancia, el grupo realizó los siguientes itinerarios:
La croix du sud 6b+, Bo-catta 6b+ (1ª. ascensión), La crabe aux pinces d'or 7b+, Life is a fairy tale 7a, Mora-mora 7b+ (hasta R5), Ma piu cosí 7b (hasta R5), Vazaha m'tapitapy 8a+ (hasta R8), Norspace 7a, Hijos de la pedri 7b+ (1ª. ascensión), Cucumber flying circus 7b+, Out of Africa 7a, Always the sun 7b+ (hasta R7), Alien 6b, So lonely 6b (1ª. ascensión), Dadarabe V+, Pectorine 6b, Tsarandonga 7a (1ª. ascensión), Guides suisses 6c+ y la creación de dos sectores deportivos (los primeros de la zona): el Pedestal y el Tocho Maki, con un total de 7 vías entre 6c y 8a+.

La escalada aquí es bastante reciente, fueron Kurt Albert y Berndt Arnold quienes abrieron las primeras vías, al año siguiente un potente grupo tirolés abre Gondwanaland, de 800 metros y 7c, con tramos expuestos y escalada sostenida en torno al 7a (sin taladro) y que aún en nuestros días continúa siendo la vía de referencia. Guilles Gautier, creador de Les Lezards de Tana (agencia dinamizadora de los deportes de montaña) abre algunas vías y acompaña diversos grupos, entre los que se encuentra Michel Piola y compañeros. Este incansable aperturista dejará varias buenas líneas en los dos viajes que realiza, aparte de otro montón de vías deportivas en las calizas del Norte de la isla. Los mismos también se encargan de la divulgación del Tsaranoro, publicando diversos artículos en revistas europeas.

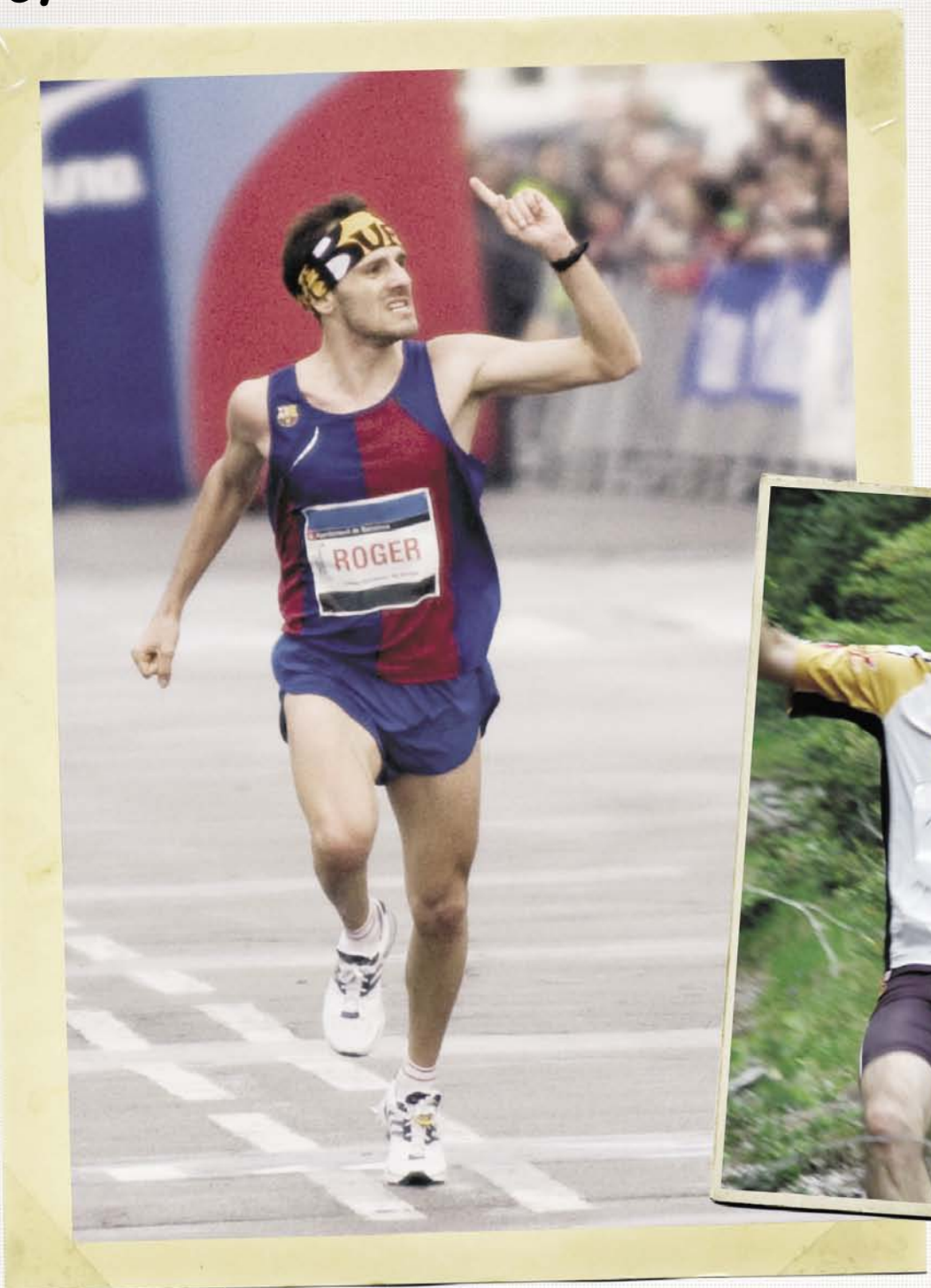
A partir de aquí la veda se dispara: suizos, españoles, franceses, checos y un etcétera que le confiere a la zona un punto internacional.

Al margen de la cantidad de paredes de diversa longitud, existen una infinidad de bloques para practicar el boulder. Pero ojo, en algunos de ellos se emplazan tumbas Malgaches y en torno a ellas existen una serie de fadys (prohibiciones) que varían según los poblados. En las que encontraremos aquí no se puede hacer boulder, entre otras cosas. Una conocida escaladora de un país bastante vecino al nuestro, hizo caso omiso del tabú y cayó víctima de una crisis de paludismo, fue la única del grupo.

Una vez al año los Malgaches realizan una celebración en que sacan a sus ancestros de las tumbas para ataviarlos con vistosas ropas, bailar con ellos, comer y beber. Toda una fiesta de esqueletos.
Cuando escalas ves al fondo, mires hacia dónde mires, ingentes cantidades de roca y algunas de longitud considerable y de acceso rápido, sólo que sin camping en la base. Lo espíritus exploradores (y con un 4 x 4) tienen un basto campo de expansión.

Muchas veces la diferencia entre ganar o perder está en la cabeza

Por eso en Buff® hemos trabajado duro para ofrecerte el nuevo Buff® Headband, la mejor forma de tener la cabeza fría y en condiciones, para superar cualquier obstáculo por muy altas que sean las temperaturas.
Gracias al tejido especial Coolmax® Extreme, el nuevo Headband® absorbe y evapora el sudor de forma rápida y permite una alta transpiración.



Roger Roca, una década en carreras de asfalto.

cinta

diadema

NUEVO HEADBAND

- -ALTA TRANSPIRABILIDAD
- -SE SECA MÁS RÁPIDO
- -CONTROL ACTIVO DEL MAL OLOR

Polygiene® Stay Fresh

COOLMAX®

BUFF® HEADBAND

www.buff.eu

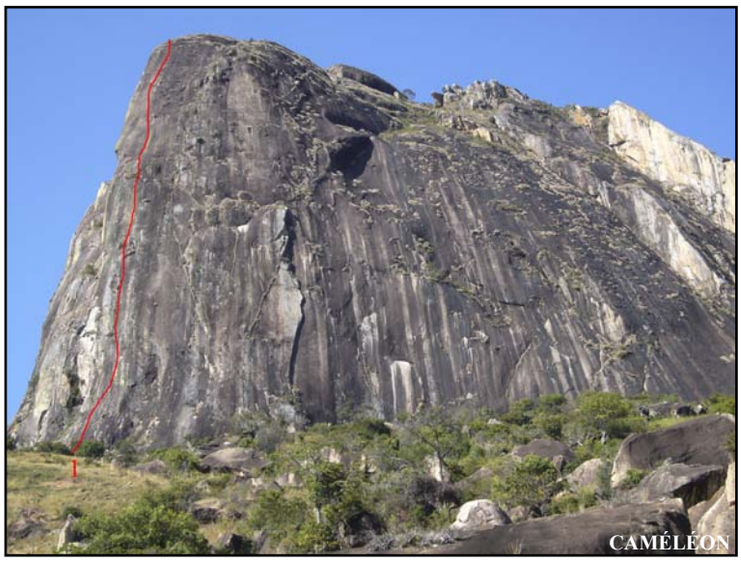
THE ORIGINAL MULTIFUNCTIONAL HEADWEAR

Buff® and the "How to Wear Buff® headwear" icon symbols are registered trademarks of Original Buff, S.A.

LAS PAREDES

Descripción de las paredes y vías existentes hasta nuestra visita

CAMÉLÉON



Característico por encontrarse aislado en el centro del valle y por la roca que lo corona, en forma de camaleón. Por el momento sólo cuenta con una vía sobre buena roca, rica en formas y con la aproximación más corta y cómoda de todas las paredes. Buenas posibilidades que, seguramente, se desarrollarán en el futuro y sol casi todo el día.
-Acceso: seguir el camino del Camaleón, tras cruzar el río abandonarlo por un desvío a la izquierda. Poco antes de llegar al camping Tsarasoa Camp, ascender directamente hacia la pared por un cómodo lomo herboso de la izquierda (45 minutos). Si estamos en el Tsarasoa Camp, la aproximación nos llevará únicamente unos 20 minutos.
-Descenso: ir a buscar el excelente camino de la vía normal, evitando todas las rocas por la derecha, O en rápel por la misma vía.
1-SCOLOTHOMB + 4 290 mts. 7a (6b+ obligado) surca las placas del evidente espolón norte de ésta montaña. Recomendable. Primer seguro a 10 metros del suelo.

VATOVARINDRY

Perfecto domo en forma de media galleta, jalonado en toda su altura por multitud de perfectos canalizos. Curiosamente las vías trazadas los usan en contadas ocasiones. La parte inferior es bastante tumbada, con tramos de adherencia alternados con resaltes de buena presa. Arriba se endereza y aumentan los agarres. Desde el final de las vías hasta la cima quedan unos 10 minutos a pie. Sol por la mañana.

-Acceso: seguir el camino del Camaleón hasta cruzar el río por segunda vez (pequeña presa y marca blanca). El lomo herboso de la izquierda nos lleva directamente a la pared. 1,30 horas.

-Descenso: parece posible a pie, tanto por la derecha como por la izquierda, pero no se tienen referencias. Por el momento lo más seguro es en rapel por las vías.

1-MALAGASY MAROTO 300 mts. 6c (6b+ oblig.) 2.001 Kenyon-Lee. Seguros alejados. Lajas que se rompen en los dos primeros largos. Descenso en rapel por Bo-Catta.

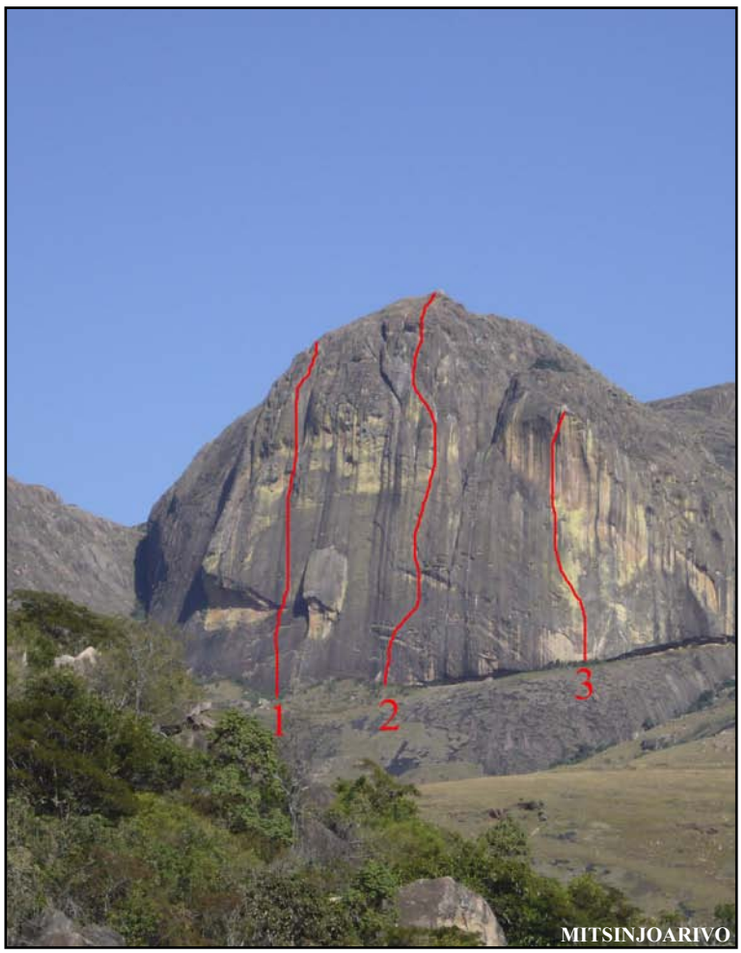
2-BO-CATTA 270 mts. 6b+ (6a oblig.) 2.007 Javi Sáez y Luis Alfonso. Bonita vía, con escalada típica de esta pared, variada. Inicio justo a la izquierda de una marca blanca de pintura.

3-LA CROIX DU SUD 330 mts. 6b+ (6a+ oblig.) 1.998 Piola-Robert. Muy bonita, sobre roca excelente y muy adherente. A veces resulta ilógica y rebuscada, pues busca intencionadamente la dificultad. Seguros separados en lo más fácil. En el descenso hay 2 rápeles fuera de la vía. Llevar un friend pequeño para el inicio de la vía.

4-KARMA CHAMELEON 325 mts. 7b (6c oblig.) 2.001 Kenyon-Lee. Seguros lejos.

5-VELOMA MADAGASIKARA 320 mts. 7a+ (6c oblig.) Motto-Pellizzari. Seguros alejados. La segunda tirada, de 6b+, podría ser una de las mejores de la región.

MITSINJOARIVO



Pared vertical, rica en agarres y muy estética vista desde lejos. En los últimos largos la cosa se tumba y la dificultad viene dada por resaltes más cortos. Sol por la mañana. Tumbas muy visibles a la derecha de La Crabe.

-Acceso: idéntico al anterior, pero en vez del lomo de la izquierda, cogeremos el de la derecha, que nos conducirá, de forma evidente, a la pared. 1,45 a 2 horas.

-Descenso: parece factible el descenso por detrás, posiblemente con algún rápel, aunque aún no se ha investigado. De momento, en rapel por las vías.

1-UN ALTRO GIRO DI GIOSTA 335 mts. 7b+ (6c+ oblig.) 2.006 Stoppini-Zinetti-Bonini-Zuchetti. Magnífica vía sobre roca fantástica, muy variada. Parabolts de 8.

2-LA CRABE AUX PINCES D'OR 320 mts. 7b+ (7a oblig.) 1.998 Piola-Robert. Otra maravilla de estas montañas, increíblemente vertical para ser granito.

3-TREMBLEMENTS HILARANT 190 mts 7a+/A2. 2.005 Froidevaux-Marie-Fressard. Inicio en artificial equipado, tres largos de libre y fisura final desplomada en A2 y 6c. Llevar bicoins y friends para éste último largo. Los dos rápeles de abajo quedan fuera de la vía.

TSARANORO ATSIMO

Una de las grandes paredes, que cuenta con pocas y difíciles vías pero con bastantes posibilidades. Inicio tumbado para, rápidamente cobrar una acentuada verticalidad que se mantendrá hasta los últimos largos. También cuenta con grandes canalizos que, desde la cima, descienden hasta bien abajo. Éstos suelen resultar más difíciles de lo que puedan aparentar, por su verticalidad y escasez de agarres.

La pared que se extiende de la vía número 2 a la izquierda, permanece a la sombra casi todo el día. Aquí sólo hay una vía, pero las posibilidades parecen muy atractivas. Hacia la derecha, sol por la mañana.

-Acceso: seguir el camino hacia el Camaleón, casi al final del bosque, un desvío a la derecha se eleva hacia las paredes del Tsaranoro. Coger un nuevo desvío a la izquierda, éste sigue por un lomo herboso y pasa cerca de las paredes 1 a 1,15 horas.

-Descenso: hasta que nadie se invente la vía normal, en rápel por las mismas vías.

1-ARC EN CIEL (NY HAVANA) 520 mts. 7a+ (7a oblig.) 2.004 Zuchetti-Stoppini-Borini-Tombini. Itinerario en diagonal, a la izquierda de una gigantesca canal rocosa. A la sombra.

2-LIFE IN A FAIRY TALE 475 mts. 7a. 1.999 C. y S. Luebben. Recorre aproximadamente el espolón que marca el giro de la pared. Llevar cintas muy largas, mucho roce en los largos. El L8 tiene presas de pie que se rompen, en la travesía. El L9 no es evidente a encontrar. Los dos primeros rápeles son a la izquierda de la vía.

3-MAI PIU COSI 670 mts. 8a+ (7b oblig.) 1.998 Sterni-Svab-Larcher. Una de las vías que marcan la talla. Difícil y con los seguros separados, todo un reto para futuros repetidores.

4-MORA MORA 700 mts. 8a+. 1.999 Blanco-Vales. Similar a la anterior. Anclajes oxidados.

5-TOKAGASY 800 mts. 7b+ (7b oblig.) 1.999 Burdet-Dubois-Ruggie. Ruta dividida en dos partes claramente diferenciadas y con posibilidad de un bivac muy cómodo a la mitad (R9 bis). La primera parte es 7a obligado y puede ser una vía por si misma. Atención a atravesar muy a la derecha tras el segundo spot del L6. Inútil llevar ganchos para escaquearse de la dificultad obligada. Bastantes lajillas frágiles y rozamiento en L4 y L11.

TSARANORO BE

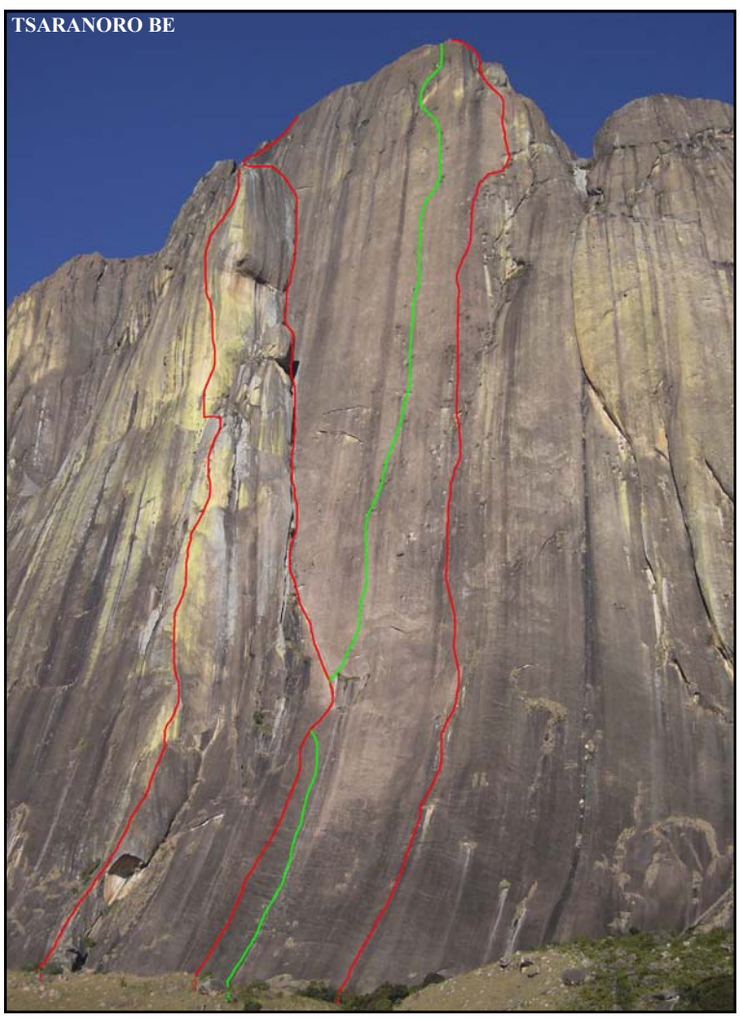
Se trata de la pared vertical más larga de la región y, desde luego, la más impresionante. Largo muro que se inicia en rampa y adquiere progresivamente verticalidad, que ya no cesa hasta casi la misma cima. La escalada suele transcurrir por grandes muros poblados de regletas, salvo una de las pocas vías de fisura de la región. Su estampa es la que más veces veremos reproducida, tanto en artículos de escalada como en folletos turísticos o de agencias. Sol por la mañana. Tras los rápeles de descenso encontramos, bajo la cima, una gran cueva de bivac.

-Acceso: igual que el anterior, pero llegados al último desvío, seguir el ramal de la derecha. Tras cruzar un pequeño torrente, se eleva en dirección a la pared, primero pasa junto a la base de “Le cas Nullard”, vuelve a cruzar el río y comienzan las vías del Tsaranoro Kely, un poco más adelante se encuentra el inicio del Tsaranoro Be. 1,15 horas.

-Descenso: por la vía normal. Seguir a pie por el espolón norte, para encontrar 2 rápeles y un destrepe fácil que nos dejan en la cima de “Out of Africa” (Tsaranoro Kely). Atravesar hacia el oeste hasta un espolón con cuerdas fijas que permiten llegar al fondo de una frondosa canal. Aquí hay dos opciones, una es remontar la canal hacia la izquierda (Sur), sorteando la pared y la vegetación (jungla) hasta llegar a la cima situada tras el Tsaranoro. Continuar hacia el Sur para coger la gran canal situada entre el Tsaranoro Atsimo y el Mitsinjoarivo.

Encontraremos un camino que nos lleva bajo el Tsaranoro Atsimo y al Camp. No se pasa por el pie de vía. La otra es continuar la canal hacia la derecha e ir en busca del collado entre el Tsaranoro Kely y el Karambony, pasarlo y descender una canal exótica en diagonal, con tirolina sobre un charco al final y que nos deja en la base del Tsaranoro Kely, esta opción es más rápida y se pasa cerca de la base de las vías. Contar unas 3 horas para la primera opción y unas 2 para la segunda.

Es posible rapelar, pero poco recomendable debido a la gran longitud



y las altas posibilidades de que se enganche la cuerda en alguna de las numerosas lajas existentes.

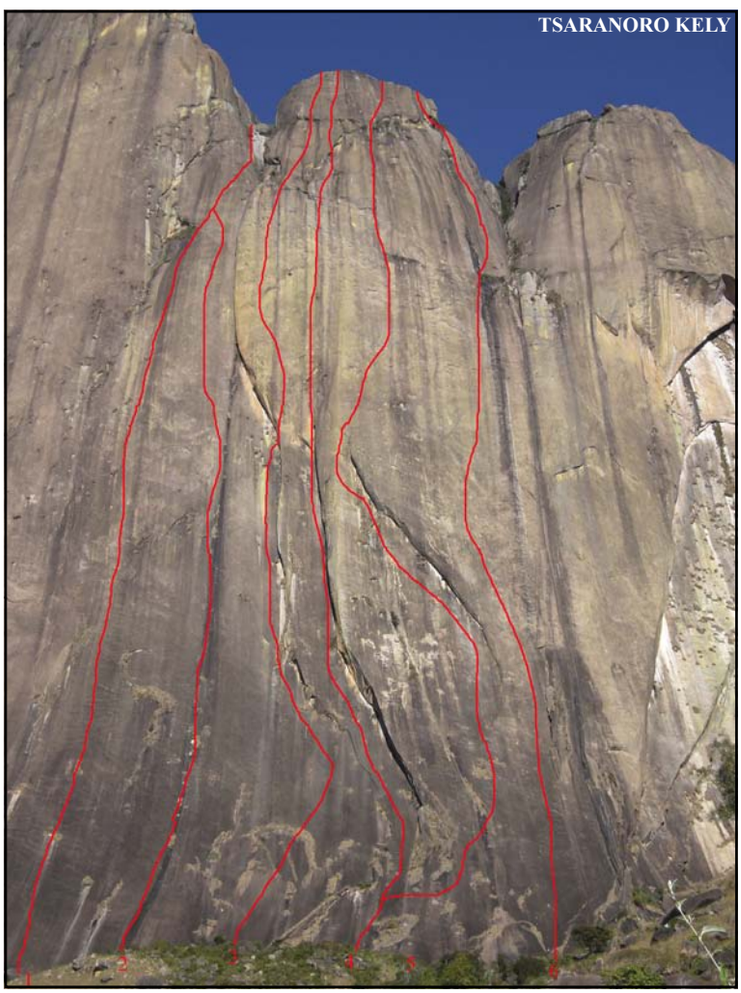
1-VAZAHA M'TAPITAPY 650 mts. 8a+. 2.001 Drsaz-Bovard-Arbonés-Richard. Vía larga, difícil y sostenida, que finaliza a dos largos de la cima, a la que podremos llegar por Vazimba. Buen bivac para dos personas, cerca de R10.

2-VAZIMBA 750 mts. 7a. 2.001 Huffner-Nason-Munting. Posible bivac en las reunions 7 y 9. Larga vía de fisuras anchas (chimeneas y OW) difíciles y con hierba en ocasiones. Llevar friends hasta el nº. 5 de Camalot.

3-SHORTCUT 800 mts. 7c+. 2.006 Benes-Sabotka. Similar a Gondwanaland, con anclajes más modernos pero igual de exigente.

4-GONDWANALAND 800 mts. 7c (7b oblig.) 1.996 Gargitter-Obrist-Zanesco-Thaler-Eger-Trenkwalder-Dimit. El muro más largo y continuo, para una de las primeras vías abiertas en la región. Difícil, sostenida en 7a y con tramos expuestos. Para alegría del personal, el largo más chungo es el último. Seguros de 8 mm. oxidados, un reequipamiento parcial añadió una expansión inoxidable en cada reunión. Primer seguro a 15 metros del suelo. Lajas inestables en los largos 4 y 5.

TSARANORO KELY



Hermana pequeña de la anterior pared, esta cima se compone de dos puntas bien individualizadas, con la misma aproximación pero con el inicio de la bajada diferente. Es la pared más saturada de vías, todas paralelas y de gran belleza, aunque podemos destacar la ya clásica "Out of Africa". La pared tiene la forma de un gigantesco tobogán, que alcanza su máxima verticalidad en la zona central, pleno de regletas y lajillas de diferentes tamaños. Diversas chorreras recorren la pared casi en su totalidad, unido a los colores negro, marrón, amarillo y verdoso brindan un conjunto del todo colorido y fotogénico. Sol por la mañana.
-Acceso: idéntico al anterior, las vías comienzan justo a la izquierda del pequeño torrente que desciende por la canal de bajada. 1 hora.
-Descenso: desde la cima de la izquierda (vías 1 a 6), localizar una instalación de rapel bajando hacia el Suroeste. Después unas cuerdas fijas nos dejan en la canal, ahora lo más práctico será ir a la derecha, hacia el collado y en busca de la canal que finaliza al pie de "Bravo les filles", segunda opción del descenso del Tsaranoro Be. Desde la cima de la derecha (vías 7 a 9), dirigirnos hacia el Suroeste hasta unirnos con la anterior bajada. En rapel por las vías, pero resulta largo e incierto, salvo para alguna vía que no finaliza en la cima.

1-NORSPACE 750 mts. 7a. 1.999 Salm-Ballmoos. De las más fáciles de la pared, pero con los seguros lejos, ya no es tan fácil. El penúltimo largo transcurre por hierba expo. Se reequipó en el 2.001.

2-HIJOS DE LA PEDRI 500 mts. 7b+ (7a oblig.) 1ª. ascensión Junio del 2.007 Palan y Talo Martín, Turko Ortiz y Eudald Ros. Otra magnífica línea de reciente creación. Se inicia por la gran chorrera negra, para dirigirse después al gran muro situado a la izquierda del visible OW. Atención a no tocar la laja situada sobre la R4, peligro de caída de la misma sobre la reunión. Salida por los tres últimos largos de Norspace o rapel por la misma vía, más recomendable en éste caso.

3-CUCUMBER FLYING CIRCUS 580 mts. 7b+ (7a oblig.) 2.000 Samitowxki-Fic-Niemiec-Zielinski. Magnífica, con unos largos centrales en 7a/a+ muy verticals y con buena presa y uno claramente más difícil, para amenizar. Seguros lejos en lo fáci.

4-EVERYTHING IS IN YOUR MIND 615 mts. 7b (7a oblig.) 2.000 Buzinkay-Doskocil-Staruch-Stefansky-Linek. Similar a las anteriores, pero más expuesta en general. Llevar bicoins y friends pequeños. Primer largo común con "Out of Africa", después continúa a la izquierda del diedro característico. En la R11 existe un largo equipado, de 7a, que se va a la derecha para unir esta vía con las últimas 3 tiradas de "Out fo Africa", pero resulta poco recomendable.

5-OUT OF AFRICA 610 mts. 7a (6c obligado) 1.998 Motto-Pellizzari-Piola-Robert. Magnífica, toda sobre roca excelente. De las más clásicas del macizo. Atención a no confundirnos en el segundo largo, con su vecina.

6-NO WOMAN NON CRY 570 mts. 6c (oblig.) 2.005 Ritcher-Helling-Gerber-Konvicka-Waehrisch-Ruelker-Jost. A la izquierda de la visible chorrera Blanca, no confundir su entrada con "Out of Africa". Pocos seguros, a pesar de lo cual, prevenir el roce en el L5. La cosa empieza a estar justilla de espacio.

7-LINIA BIANCA 350 mts. 7a (6b obligado) 2.003 Stucchi-Lazzarini-Colnag-Davila. Se inicia por los dos primeros largos de Bravo les filles, fácil pero con tramos expo. Continúa flirteando con la estética chorrera blanca, aunque la utiliza sólo durante unos pocos metros. Atención a controlar bien con la doble cuerda el exagerado rozamiento del L4. Arriba se convierte en una escalada muy vertical y con lajas frágiles en ocasiones. Equipamiento denso en lo difícil y expo en lo fácil. Chapas inoxidables en "Bravo.." y oxidadas en la vía, esta acaba más abajo del bosque situado entre las dos cimas del Tsaranoro Kely, pero se podría terminar hasta arriba, por el momento nos veremos obligados a rapelar la vía. Llevar bicoins y friends nº. 0 al 2 para los dos primeros largos y guíndola para las reuniones de arriba.

8-BRAVO LES FILLES 600 mts. 8b (7b+ obligado) 1.999 Hill-Feagan-Pyke-Rodden. Dificultad en los largos superiores, especialmente concentrada en el L8. Seguros lejos, sobre todo en lo fácil. Llevar bicoins y friends pequeños y medianos, que alteraremos con las chapas, así como algún removable bolt, que restará exposición. El gran techo de la derecha le transmite un ambiente inigualable.

9-THE ZOZE 450 mts. A3+/6a. 1.999 Libecki-Haden-Koyanagi. Estilo big wall, que pasa a la derecha del gran techo. Para encontrar el inicio, deberemos remontar un buen tramo de la canal de descenso, tirolina al principio. Llevar rurps, beaks, knifeblades, cooperheads y Camalots grandes hasta el nº. 5.

KARAMBONY (MEDIA TORTUGA)

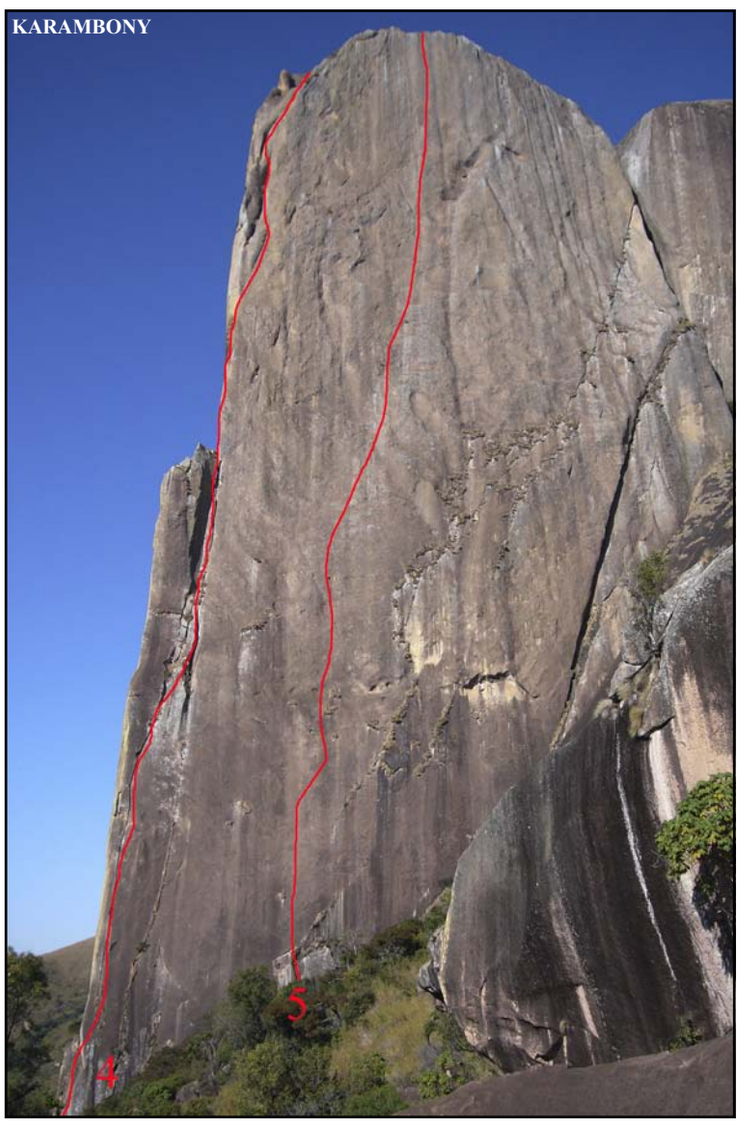
Inmenso muro negro, similar a la mitad del caparazón de una tortuga, de ahí su nombre. Situado a la izquierda de la cima principal del Karambony y delimitado por éste y la canal diagonal de descenso del Tsaranoro Kely. Por el momento únicamente existe una vía en el extremo izquierdo, fácil y tumbada. El resto de la pared esta constituido por una monumental placa negra con excelentes posibilidades. A este tramo de pared el acceso en la actualidad resulta complicado por la cantidad de vegetación existente en la base. En caso de querer ir, serán necesarias las herramientas adecuadas para trazar un camino.

La vía existente permanece a la sombra casi todo el día, más a la derecha la sombra llega por la tarde.

-Acceso: idéntico al anterior, la vía comienza antes de cruzar el torrente y cerca de la tirolina. 1 hora.

-Descenso: podemos dirigirnos a la izquierda, en busca de la cnal que nos dejará al pie de la vía. También podemos dirigirnos hacia el lado contrario, ascender a la cima del Lemur wall y bajar por la arista de la vía normal, lo que constituye una excursión más larga, pero cómoda y bonita.

1-LE CAS NULLARD 450 mts. 6a (oblig.) 1.998 Gautier-Lenfant-Tiberghien. Fácil alternativa que recorre una porción de pared plagada de canalizos profundos. Tramos expuestos y anclajes oxidados. Llevar bicoins. No es nada recomendable el descenso en rapel ya que el itinerario transcurre en diagonal.



KARAMBONY

Imponente pared, la más monolítica del lugar sin duda alguna, situada justo sobre el Camp Catta. Terriblemente estética y colorida, dónde se conjugan los líquenes verde pistacho con perfectos trazos negros o marrones a modo de pasadas de rodillo. Muy buena para fotografiar.
La zona de la izquierda, vertical o desplomada de principio a fin es ascendida por diversas rutas de artificial y descendida por saltadores de BASE jump. Una perfecta arista, por dónde transcurre "Rain boto", divide claramente las caras Este y Norte. Esta última pared es menos vertical pero igualmente espectacular por su uniformidad y perfección en las formas.

Justo a continuación encontramos el subsector denominado l'Ecole. Es la pared más tumbada de todas y alberga las únicas vías fáciles de todo el grupo del Tsaranoro, frecuentemente recorridas. Aquí predomina la técnica de adherencia, alternada con resaltes más verticales y con mejor agarre. A mitad de camino unas repisas permiten en escape e invitan a finalizar las vías, a partir de aquí se puede continuar por el muro superior, mucho más vertical y surcado por dos bonitos itinerarios, este forma una cima gemela, junto a la principal del Karambony.

Sol casi todo el día únicamente en la cara Norte (vía nº. 5) sombra por la tarde para el resto. La vía nº. 1 queda casi siempre en la sombra.

-Acceso: seguir el sendero del Karambony, que asciende directamente desde el Camp Catta. Llegados cerca de las paredes y al poco de haber atravesado un pequeño torrente, encontramos un desvío que conduce a las paredes. 45 minutos.

-Descenso: varias opciones son posibles.
-bajar por la canal que separa la segunda cima del Karambony (final de las vías nº. 7 y 11), encontraremos un tramo de cuerda fija y desembocaremos en la gran repisa diagonal, ésta no tiene un camino definido, únicamente algunos hitos. Continuar hasta enlazar con el sendero bien marcado que asciende a las vías del Lemur Wall, y por éste hasta el camino principal. Esta bajada, a partir de la víra diagonal, es válida para todas las vías de l'Ecole.

-ascender hasta la cima del Lemur Wall, encontraremos una cuerda fija, y bajar por la arista norte con la ayuda de otros tantos tramos de cuerda fija al principio. Llegaremos a un marcado collado, sin paredes ya bajo nosotros, aquí el camino se decanta a la derecha. Podemos seguirlo hasta el punto dónde nos habíamos desviado para subir a la base o coger un atajo, más rápido, que baja directamente al Camp Catta. Esta bajada es más larga, pero también más bonita y cómoda.
-Un combinado de rápel por "Alien" o "Le mur Lemur" hasta la repisa y luego a pie.

-Rapelar toda la pared.

1-SAKAY 450 mts. A3+/V+. 1.999 Libecki-Haden-Koyanagi. Big wall que transcurre por unos diedros ocultos a la izquierda de Fantasía. Tramos de jungla en los largos 2 y 8 y mala roca al final del largo 7. Llevar 5 rurps, 15 beaks, 20 knifeblades, 30 cooperheads, ganchos, 3 juegos de friends pequeños, 2 juegos de medianos y Camalot nº 3 y 4.

2-FANTASÍA 450 mts. A3+/6c, aunque alguna repetición habla de A4/7a. 1.998 Piola-Robert-Motto-Pellizari. Magnífica línea de artificial que recorre un sistema de fisuras muy estético, pasa bajo un techo y finaliza en los muros superiores, con vacío absoluto.

Una posterior repetición ha suscitado cierta polémica, al añadirse algún spit y perforar agujeros para ganchos. El L11 precisa de una buena técnica en la colocación de ganchos o un pasaje en 7a obligado. Llevar muchos clavos, Camalot hasta el nº. 5, muchos friends pequeños, bicoins (triplicar los pequeños y medianos), ganchos y cooperheads de todas las tallas.

3-TOUGH ENOUGH? 400 mts. 8b+?/A3. 2.005 Steinel-Gebel. Bestial itinerario que recorre el impresionante muro coloreado, por el centro. A

la vista del mismo se duda seriamente que se pueda escalar en libre, esta vía casi lo consigue. A pesar de tener dos tramos de artificial el resto es una difícil vía de libre a forzar (algunos grados son con interrogante). Las graduaciones propuestas son de infarto: 6a/A1, 7c+, 8b, 7b, 7b, 7c, 7c, 7a/A3, 8b, 8b+, 8a+ y 6b. La vía más difícil, de calle, del grupo Tsaranoro y un reto para los futuros candidatos. Llevar Camalots del 0,1 al ½ (repitiendo alguno), bicoins, 10 rurps, beaks y cooperheads.

En los últimos años parece haberse desatado una competición para ver quién consigue su primera liberación, proponiéndose una escalada muy sostenida en octavo grado y alcanzando una propuesta de 8c+. ¿El futuro de la dificultad?

4-RAIN BOTO 420 mts. 7b+ (6c oblig.) 1.995 Albert-Arnold. La primera vía abierta en estas paredes y de una estética poco común. Abajo resigue un, poco habitual, sistema de fisuras anchas, arriba sigue el filo del espolón alternando alguna grieta ocasional con las placas. Seguros alejados. Llevar bicoins y friends desde el 2,5 hasta el 5 (éste último de Camalot).

5-ALWAYS THE SUN 400 mts. 7c+ (7b/c obligado). 1.999 Farquhar-Mayer-Thomas-Turner. Soleado itinerario por una pared continua y limpia de principio a fin. Más o menos difícil, pero con un último largo de infarto y la posibilidad de sufrir largas caídas.

6-DADARABE 150 mts. V+ (obligado). 2.000 Delacroix-de Laroche. Bonita rampa de adherencia que se une a Alien en la R3, es una Buena opción como variante de entrada a esta. Chapas un poco oxidadas.

7-ALIEN 500 mts. 6b (6a+ oblig.) 1.999 Piola-Pavillard. Buena escalada, de las fáciles y más repetidas. Divisible en dos partes, abajo placas fáciles de adherencia, arriba muros más pinos y con mejores presas. De echo se abrió en dos partes y consta como dos vías diferentes. Más rápida de lo que parece.

8-BABAKELY 150 mts. V. 1.999 Guilles y Gaudia Gautier. La más fácil de todo el poco repertorio, escalada de IV con sólo un largo de V. Llega hasta una vira secundaria, dos largos más debajo de la gran repisa de descenso, podemos continuar por la vía nº. 9 o rapelar.

9-LEMURS RIPPED MY FLESH 250 mts. 6b+ (V+ obligado). Kenyon-Lee. Similar a las anteriores, con dos bonitos largos de salida. El 6b+ es más anecdótico que otra cosa, es un solo paso, solventable con 2 puntos de ayuda y quedando una vía de V+.

10-SO LONELY 250 mts 6b (V+ oblig.) 2.007 Luis Alfonso. Divertida y fácil vía de adherencia y cantitos, similar a la anterior.

11-LE MUR LEMUR 100 mts. 6b+. Kenyon-Lee. Alternativa para alargar cualquiera de las vías de la parte inferior. Recorre el atractivo muro negro situado a la derecha de la parte superior de "Alien". Seguros alejados.

LEMUR WALL

Extensa pared negra, dónde prácticamente finaliza la cadena del Tsaranoro. Aunque sólo tiene unos 250 metros, las vías de más a la izquierda se pueden combinar con algún itinerario del sector l'Ecole (hasta la gran vira) que servirán para aumentar metros, calentar y andar menos. Incluso una muy buena combinación sería escalar la "Alien" hasta arriba, escoger el descenso de la canal del Karambony o rápel hasta la vira y enlazar con "Pectorine" o "Txarandonga", conseguiremos así una larga y rápida integral de 750 metros y un día completo.

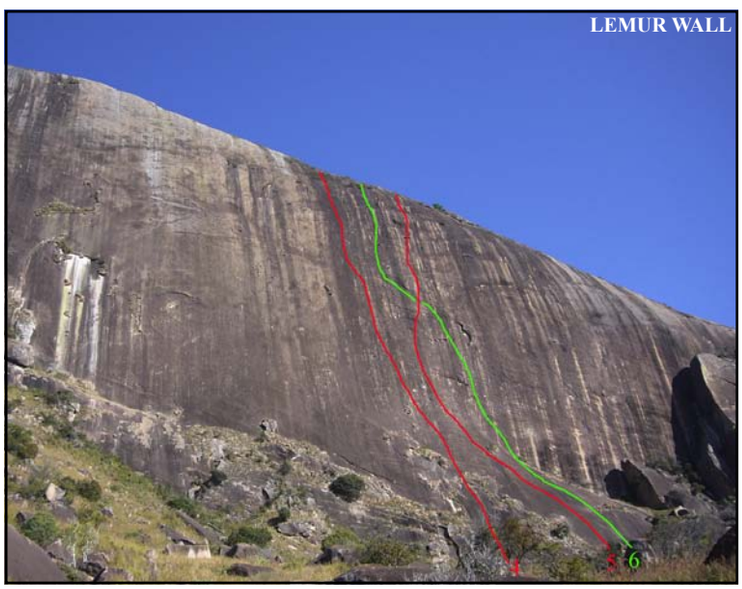
Otra buena combinación es escalar cualquiera de las vías existentes y descender andando, pasaremos muy cerca de los sectores deportivos para rematar el día.

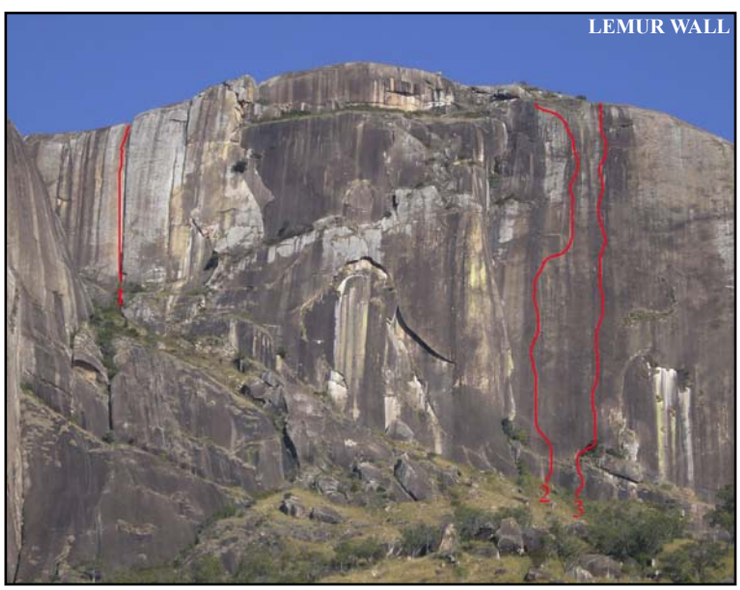
La escalada resulta bastante vertical, sobre muros uniformes, dotados de bastantes regletas y buenos agarres con formas. Sol por la mañana.
-Acceso: seguir el sendero del Karambony, que asciende directamente desde el Camp Catta. Dejaremos del primer desvío a la derecha, tras una nueva cuesta y pasado un gran bloque aislado (con tumba) coger el siguiente desvío a la izquierda. En este sendero encontramos dos ramales, el de la izquierda conduce a la gran vira y a las vías nº. 1 a 3, el de la derecha al resto. La zona central de la pared permanece virgen, de momento. Para llegar a las vías de la derecha (nº. 4 a 7) también podemos continuar por el sendero principal y, aproximadamente, debajo de la vía "Guides Suisses" éste desaparece un poco. Atravesando recto por la hierba, en dirección a la pared, vuelve a aparecer y un desvío muy marcado asciende directamente a la citada vía. 1,15 horas en ambos casos.
-Descenso: por la vía normal, encontraremos algunas cuerdas fijas en la arista de la parte alta. Ésta baja suavemente a la derecha hasta poco antes de un collado (marca blanca en el siguiente promontorio). Aquí comienza la bajada hacia la vertiente Este, después podremos elegir entre el camino directo al camping (recomendable de bajada) o continuar por el que pasa cerca de las paredes (itinerario de ascenso).

Posible en rapel por las vías.

1-GIPSY CRACK 100 mts. 7a. 2.001 Huffner-Mason-Munting. Si nuestro objetivo es escalar este, poco apetecible, OW; deberemos ascender por la gran vira, pero no merece la pena en absoluto. Lo mejor será enlazarlo con algún itinerario de l'Ecole o incluso del Karambony y arrastrarnos por la fisura tras el descenso. Presumiblemente sean necesarios friends gigantes o grandes hermanos.

2-PECTORINE 250 mts. 6b (6a+ obligado) 1,999 Thomas-Sananes. Clásica y excepcionalmente bella, dotada de grandes agarres con distintas formas. Expuesta. Chapas oxidadas. Los 2 primeros rapeles quedan fuera de la vía, con el riesgo que ello comporta.





3-TSARANDONGA 270 mts. 7a y 1 paso de A1e (6b+ obligado) 1ª. ascensión: 2.007 David Brascó y Luis Alfonso. Bonita y homogénea, flirtea por la segunda gran chorrera negra empezando por la izquierda.
4-BLACK MAGIC WOMAN 255 mts. 6c+ (6b+ obligado) 2.000 Buzinkay-Doskocil-Staruch-Stefansky-Linek-Simko. Similar a las anteriores. Expuesta.

5-EBOLA 250 mts. 6b+ (6a obligado) 1.998 Motto-Robert. Bella escalada directa. Seguros alejados, especialmente en los largos 2 y 3.

6-TSAC TSAC 250 mts. 7a+ (6c obligado) 1.998 Gautier-Tiberghien-Duteurte. Por el momento es la única vía larga abierta por arriba, hecho que ha causado cierto revuelo a la vista de comentarios escritos en algún artículo. Personalmente, no creo que sea para tanto en vista de la cantidad de roca y de los pocos escaladores que van. Otra cosa es el emplazamiento de los seguros, al parecer, bastante ilógico.

7-VOIE PLAISIR DES GUIDES SUISSES 170 mts. 6c+ (6b obligado) 2.001 Bernhard-Res Bàlher-Pontresina. Corta y bonita, especialmente los dos largos del espolón. Para llegar a la última tirada hay que atravesar un corto trozo de jungla. Seguros generalmente cerca en lo difícil.

EL PEDESTAL

Nuevo sector deportivo, con tres vías verticales o desplomadas que recorren líneas impresionantes y estéticos filos de espolón. Fotogénico y con amplias posibilidades de desarrollo, especialmente el tramo comprendido entre éste y el Tocho Maki.

Hay que caminar bastante, hecho poco común en las zonas de un solo largo, pero el lugar se lo merece y es lo que hay, tampoco hay paredes mucho más cerca.

La vía nº. 1 tiene un equipamiento extraño, en cuanto al emplazamiento de los seguros.

Equipadas en el 2.007 por David y Carles Brascó.
Sol por la mañana.

-Acceso: seguir el itinerario anterior hasta poco antes de la vía de los Guías Suizos, lo mejor es coger el tercer desvío (el que parte a la vertical del espolón). Poco antes de la base de la pared, un nuevo sendero a la derecha (hitos) conduce a la pared de más a la derecha y, atravesando por su base, al sector. 1,15 horas.

TOCHO MAKI

La otra zona deportiva de reciente creación, aunque ya había indicios de escalada, pues los descuelgues estaban instalados. Con vías más fáciles pero igualmente bellas. Todas tienen una tónica similar en cuanto a estilo de escalada, inicios en placa tumbada de adherencia, con algún paso en el que hay que tener fe. Continuación más vertical pero sobre roca muy erosionada y rica en regletas y buenos agarres.

Podemos comunicar los dos sectores deportivos, siguiendo la base de la pared, en unos 10 minutos, no hay camino pero el terreno es transitable.

Equipadas en el 2.007 por Luis Alfonso.
Sol por la mañana.

-Acceso: seguir el camino normal del Karambony. Antes de iniciar los últimos zig zags que ascienden al collado, pasamos bajo el sector, bien visible. Dirigirnos entonces directamente hacia el, sin camino pero por terreno transitable. 1,15 horas.

PIC DONDY

Es la pared más larga del valle, con itinerarios que superan los 1.000 metros de escalada, pero muy tumbada y fácil, por lo menos las vías existentes hasta el momento. Ninguna de ellas supera el 6a y sólo lo

RECOMENDANCIONES
PARA LA ESCALADA EN EL TSARANORO

A continuación algunas consideraciones específicas sobre el lugar, que os pueden ser de utilidad:

-La época buena para escalar es la comprendida entre mediados de Mayo y Octubre, fuera del período de lluvias. En Junio hace menos calor, pero el día es un poco más corto. Amanece a las 6,30 y anochece a las 17,30, madrugones asegurados. Ojo con las noches del loro…Llevad siempre un frontal por persona.

-Una vez allí estamos poco comunicados. No hay cobertura de móvil ni Internet. Únicamente un teléfono satélite para emergencias.

-Cuidado con los accidentes, no existe ninguna infraestructura médica cercana, sólo un pequeño dispensario situado más abajo del camping.

-Llevar ropa de abrigo, pues al caer el sol la temperatura desciende en picado. El Camp Catta está a 950 metros de altitud y la cima del Tsaranoro a 1.910 metros.

-Si lo vuestro es abrir vías, hacerlo sólo con material inoxidable. Las corrientes de aire provenientes del mar chocan directamente contra las paredes y en dos o tres años dejan las chapas hechas una pena.

-Estamos también en un paraíso para caminar, con paisajes espectaculares y caminos variados y entretenidos, tanto aquí como en el inmediato parque del Andringitra. Aquí ya deberemos pagar por cada día que pasemos en el.

-Bichos hay muchos y muy variados: serpientes, lemures, búhos, patos, arañas peludas gordas y asquerosas, mosquitos, camaleones, etc. En principio ninguno de ellos es venenoso. Existía una pequeña comunidad de cocodrilos del Nilo, pero los exterminaron a tiros porque se comían a los pescadores.

-La roca es granito de la mejor calidad que podáis imaginar. Sumamente adherente y abrasivo. Muy vertical por lo general y dotado de multitud de regletas, formas variadas e, incluso, zonas con chorreras. Una maravilla. La adherencia queda relegada a un segundo plano de tramos muy concretos o en las vías más fáciles. Las regletas no siempre resultan seguras, algunas veces se mueven y algunas otras saltan. Resulta muy agresiva para la piel, sobre todo las pequeñas regletas de las vías difíciles, y es recomendable llevar algún tipo de regenerador rápido.

Gracias a los pinchos de este granito, podemos escalar en adherencia en paredes cuya inclinación es superior a lo habitual en otros granitos.

La estructura es de inmensas planchas con contadas fisuras, si no vais con idea de escalar alguna vía en concreto que necesite el uso de material adicional, es mejor no llevar más que cintas expres.

Para abrir vías, un juego de ganchos y a correr, todo el resto lo sacareis de paseo. Un taladro ligero, unas buenas brocas (la roca es bastante dura) y a disfrutar.

El tipo de escalada será muy técnico, sobre regletas e interminables muros. Más sostenido cuanto más grado. Si llevais los pies de gato muy ajustados os harán ver las estrellas, en el sentido malo de la frase.

-Muchos descensos se realizan en rápel por la misma vía. Es interesante llevar una navaja y un buen surtido de cordinos de repuesto y maillons. La estructura de la roca, con multitud de lajillas y formas hace que sea relativamente fácil que se encalle la cuerda. Es una jugada si rapelamos por la vía, pero puede ser un grave problema si la línea de rápeles va por otro sitio (a veces ocurre). Será preferible bajar a pie siempre que sea posible.

hace en contadísimas ocasiones, pues la media es de IV. La estructura es compleja, grandes rampas plenas de canalizos gigantescos y espolones muy marcados, que a veces terminan en agujas. Algunos resaltes más verticales auguran futuros itinerarios más difíciles. Habrá que prestar a tención a algunas zonas con musgo. Poco visitada, sin duda debido a su mayor lejanía del camping. Confío en que algún futuro itinerario diseñado con gracia y buen equipamiento, se convertirá en una de las grandes clásicas del país.

Si contamos las horas necesarias para la aproximación, la vía y el descenso, probablemente veremos la necesidad de plantearnos el vivac, éste es posible en la base de la pared.

Sol casi todo el día, a partir de media mañana.
-Acceso: una serie de pistas conducen a Andasy, último pequeño poblado situado bajo el pico. Desde aquí, una pista asciende un poco hacia la izquierda en dirección a la montaña. Después ya se convierte en camino (vía normal). Tras cruzar un torrente, sube trazando zig zags hasta la base de la pared. 2,30 horas.

-Descenso: siguiendo la vía normal, por las pendientes de la izquierda (Noroeste), encontraremos hitos pero se trata de una bajada entretenida y laberíntica. Está previsto instalar algunas cuerdas fijas, pero…
También se puede rapelar por las vía nº. 2, pero resulta extremadamente laborioso por la longitud y lo tumbado del terreno.

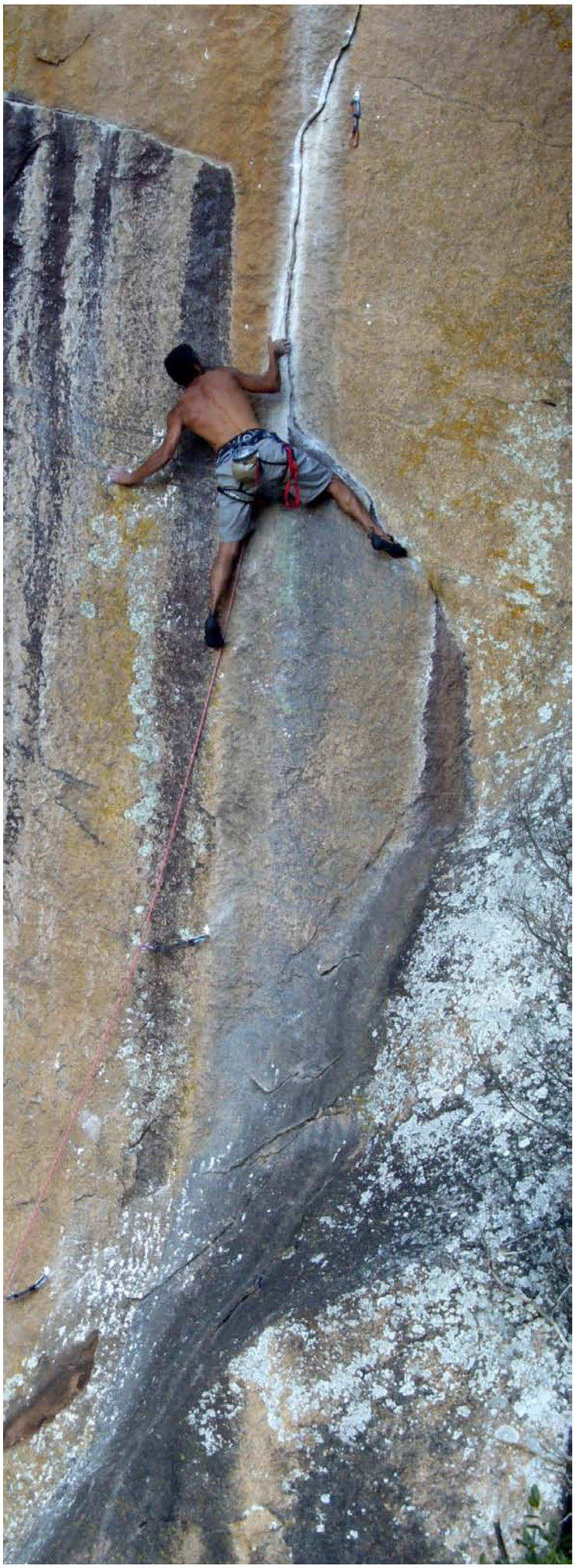
1-TATO TATO 1.160 mts. 6a (obligado). 2.000 Niemiec-Zielinski. Escalada expuesta, con solo 7 spits en 21 largos. Llevar clavos, bicoins y friends.

2-CATTA MARRANT 1.160 mts. 6a (obligado). 1.999 Burdet-Dubois-Ruggieri-de Laroche. Ascensión bastante directa a la cima, expuesta.

3- LES RÉVOLTÉS DU DONDY 350 mts. 6a (obligado) 1.998 Piola-Robert. Resigue la vistosa arista de la izquierda, por tanto su aproximación dura 1 hora más que la de la pared principal, para iniciar la escalada es necesario un rapel de 20 metros desde el último gran gendarme antes de la escalada. Posibilidad de escape por rampas herbosas, al nivel de la R3bis. El paso clave es una chimenea expo. Roca recubierta de liquen y vegetación. Según comentarios de Piola: “Una arista bella, vista desde lejos. Pero lejos de ser bella, vista desde cerca”. Llevar algo de material.

4-LEMURENSHRECK 300 mts. 7a+. 1.995 Albert-Arnold. Otra de las vías pioneras, parece encontrarse en la parte derecha de la pared, pero no he podido situarla con exactitud. Semiequipada y con tramos expuestos.

Tsaranoro, granito en Madagascar



GUÍA PRÁCTICA

Situación
La capital de Madagascar es Antananarivo, que se encuentra en el centro de la isla, aproximadamente en la zona central sureste del país encontramos el Parque Nacional de Andrigitra. El macizo del Tsaranoro queda, por los pelos, fuera de él (mejor).

Vuelos
Numerosas compañías efectúan vuelos directos a Antananarivo, desde Francia, Italia u otros países. Entre las más económicas están: Air Madagascar, Air France o Corsair. Los precios más baratos oscilan entre los 1.100 y 1.400 euros, pero es interesante consultar periódicamente las webs de estas compañías pues a veces lanzan ofertas sensiblemente más económicas en fechas concretas (nosotros volamos con Air Madagascar por 640 euros desde Marsella).

Viaje al Tsaranoro
Existen pocas carreteras y muchas pistas. El estado de las primeras suele ser muy variable, entre aceptables y llenas de agujeros de diverso tamaño. El de las segundas varía aún más sobre todo después de la estación lluviosa o durante esta, en que pueden resultar totalmente impracticables.
No existe opción para alquilar coche si no se es residente, lo más parecido es alquiler con conductor pero resulta bastante caro. Por tanto lo más normal es utilizar los populares taxi-brousse que son furgonetas dotadas de varias filas de asientos y en un estado variable, pero que generalmente no es muy bueno. Un viaje en taxi-brousse siempre resultará pesado, largo y, frecuentemente, peligroso e incierto. Tienen la buena costumbre de pasar a toda máquina por las poblaciones atestadas de personal y animalicos. De vez en cuando la colisión es inevitable y el viaje siempre resulta inolvidable.
Las tarifas son fijas invariables por ley, pero…
Desde el aeropuerto debemos coger un taxi hasta la estación Sur de taxi-brousse (20.000 Ariarys).
Una vez aquí, tomarlo con calma y procurad no agobiaros, es la prueba de fuego. Tenéis dos opciones: os empotráis en el próximo taxi que salga (por la mañana), suelen encajar bastantes más pasajeros de lo que se pueda imaginar, eso si muy barato. O si, al menos sois cuatro, lo mejor es pagar todas las plazas y coger un taxi para vosotros solos, por 440.000 A. todo el vehículo. Este os llevará hasta Fianarantsoa, hay unas 8 o 9 horas de viaje. Allí se hace noche.
Lo más práctico es concertar de antemano el resto del viaje con el Camp Catta, en Fianarantsoa cuentan con el Hotel Cotsoyannis, asociados con ellos. Nos resta un tramo de trayecto por carretera hasta Ambalavao la última ciudad que pasamos. Otro tramo de carretera y la pista, con final sólo apto para vehículos 4 x 4. En total unas 4 horas desde Fianarantsoa. Resulta a 28 Euros por persona, si nos entretenemos más y atamos nosotros el transporte, nos saldrá un poco más barato.
En Vohitsaoka, último poblado por el que pasamos, hay una barrera y debemos pagar 5.000 A. por persona en concepto de ¿peaje?

Alojamientos
En las ciudades, pueblos grandes o sitios turísticos existen de todo tipo. Los más populares y baratos andan por unos 6.000 A. o menos, pero las condiciones higiénicas dejan bastante que desear. Los de tipo medio oscilan entre los 15.000 y 30.000 A. suelen ser la opción más acertada. De ahí para arriba algo hay, pero fuera de la capital y sitios turísticos poca cosa.

A los que frecuentábamos (medianos) les llamábamos “burbujas”, ya que se trataba de instalaciones bastante buenas, cómodas y acogedoras por lo general, en medio de un país en el que si un año no llueve, la gente se muere de hambre.

En Fianarantsoa, recomiendo el ya mencionado Cotsoyannis (18 Euros una habitación doble). Cómo base en la zona del Tsaranoro tenemos tres opciones:

-Tsarasoa camp (www.madamax.com/ts/tsarasoa/index.htm) Es el camping de Guilles Gautier, situado muy a mano para acceder a las paredes del Caméléon, Vatovarondry y Mitsinjoarivo, pero más lejos del resto.

-Camp Catta (www.campcatta.com) Está situado más estratégicamente y constituye un lugar muy agradable con diversas modalidades de alojamiento.

-Tsara Camp (www.tsaracamp-madagascar.com) Más a desmano y bastante más caro.

Moneda
El Ariary es muy inestable, sólo vale en Madagascar y en el 2.007 el cambio era aproximadamente 10.000 Ariarys por 4 Euros.
En el mismo aeropuerto hay una oficina de cambio que abre cada vez que llega un vuelo internacional. Si vais un grupo minimamente numerosos flipareis con los millones que os darán.
En algunos hoteles o campings también podréis pagar en Euros.

Compras
En la capital y grandes ciudades encontraremos de todo. En los pueblos verduras, frutas, quizás carne de zebú y poco más. En el camping podemos comprar pan y algunos alimentos de primera necesidad, como las cervezas de litro “Three Horses Bear”.

Lengua
Se habla Malgache y francés como segunda lengua, pero la verdad es que muy poca gente lo habla. En los establecimientos hoteleros si que lo suelen hablar casi todos los trabajadores, así como los taxistas.

Comer
En general se come bastante bien y por módico precio, cuanto más popular sea el local o chiringuito, más barato resulta pero, como en los alojamientos, higiene precaria.

Vacunas
Ninguna es obligatoria, pero como muy recomendables tenemos: antitetánica, cólera, tifoidea, hepatitis A y B y tratamiento antipalúdico. Lo mejor es ir a un centro de medicina tropical unos dos meses antes de realizar el viaje.
Para quienes les siente mal el Ariane, Malarone es la alternativa sin efectos secundarios pero una alternativa cara. También es interesante llevar algún desinfectante para el agua. En el Camp Catta venden agua embotellada a 1 Euro, normalmente en el resto del país cuesta la mitad.

Visado
Es imprescindible un visado turístico que lo extienden en el mismo aeropuerto y con un mes de validez. Muy importante, que vuestro pasaporte tenga la caducidad al menos 6 meses más tarde de vuestra estancia, sino no os dejarán entrar en el país. 60 Euros.

Precios
Comprar comida en un supermercado resulta un poco más caro que aquí, pues se trata de productos de importación. Las tiendas de los lugareños, bares y establecimientos no turísticos son muy económicos.

Información
Para saber sobre el país y moverse, muy buena la guía de Lonely Planet (en francés o inglés). Para las vías de escalada, la página web de Camp Catta cuenta con un apartado en el que aparecen todas las reseñas sobre foto y algunos datos adicionales. Desde casa ya podéis hacer planes www.campcatta.com/topo2.php Un excelente trabajo de Christian de Laroche. De todas maneras en el camping hay unos libros con la misma información impresa.

Otras cosas
-No demasiado lejos, más al Sur, encontramos el Parque Nacional de Isalo, un gran macizo pleno de barrancos y paredes areniscas inescalables pero muy bonitas para realizar excursiones.
-Si tenéis oportunidad, lo ideal es combinar un viaje al Tsaranoro con una visita a las zonas de escalada del Norte del país. Vías deportivas sobre caliza, equipadas por Piola en su mayoría, en una isla paradisíaca. Vuelos desde Fianarantsoa por 120 Euros. Info sobre la zona y su “burbuja” correspondiente en: www.newsearoc.com Piola tiene editada una guía sobre las paredes del Norte de la isla. Y un remate de playa (¡y que playas!) siempre deja buen sabor de boca.
-Los Tsingy (agujas) están situados más al Norte del país, y se encuentran en tres parques. Se trata de la mayor y más bella zona de lapiaz calcáereo del mundo y se extienden durante varios kilómetros, formando miles de agujas y grietas por las que muchas veces no se puede ni caminar. Alguna de estas zonas es de difícil acceso.

Luis Alfonso

EL PILAR DEL CANTABRICO EN INVIERNO

El pasado día 21 de enero informábamos en www.barrabes.com acerca de la ascensión invernal al Pilar del Cantábrico, en Urriellu, realizada por Óscar Palacios, Álvaro Novellón, Unai Castresana, Mikel Vallés. Se trataba de la 4ª repetición invernal a esta mítica y durísima vía abierta en 1.981 por Gálvez y Antonio Gómez Bohórquez (Sevi). Aunque su idea era entrar en Sueños de Invierno, los planes tuvieron que cambiar.

Así nos lo cuentan ellos:

Ya todo ha pasado:

La aventura de escalar la cara oeste del Picu en invierno, es y será un recuerdo imborrable. Ahora me encuentro mucho mas tranquilo que aquel día en que llamaba por teléfono a Álvaro y le decía que sí, que me animaba a ir al Naranjo y en invierno. ¡Buf! ¿Dónde me estoy metiendo?

Todavía reciente aquel accidente que tuve escalando en Riglos. Bueno, de eso ya hace un año, tiempo suficiente para que el cuerpo se recupere. Pero, ¿y la cabeza?... Eso es otra historia. Lo más difícil ya esta hecho, tomar la decisión de ir. Ahora queda prepararse para una invernal, casi de un día para otro. Echaré en el petate todo lo que tengo, sobre todo ropa, material, dudas y mucha motivación. No es la primera vez que voy al Naranjo, lo he escalado varias veces y conozco a mis compañeros; la única pega es que nunca en invierno. El pronóstico del tiempo es bueno. ¿Cuánto durará?...

El día 25 de Diciembre nos juntamos los cuatro: Álvaro, Mikel, Unai y yo. Al día siguiente hacemos compras y subimos en coche a Sotres, el último pueblo accesible por carretera. Este invierno está siendo especialmente malo. Estamos a finales de diciembre y ya han caído unas cuantas nevadas. En la zona nos dicen que no recuerdan un invierno así desde hacía muchos años. Esperemos que la aproximación no nos de muchos problemas.

Al llegar el tiempo empeora, pero... ¿no daban bueno? En Sotres está cayendo una buena nevada. ¿Que hacemos? Pues nada, de momento a la Gallega, a por unas buenas fabes de primero y de segundo cabrito, si le queda. Si no, ya nos preparará algo. No es mal plan para coger fuerzas en vistas de lo que nos espera.

Al día siguiente nos ponemos en marcha temprano. Tenemos unos cuantos porteos por delante. Ha despejado pero hay mucha nieve. Desde Sotres comenzamos a andar, ya que la pista que lleva a Pandébano está en mejores condiciones para el esquí de fondo que para intentar hacer el cabra con el 205. Nuestro destino es el refugio de la Tenerosa, a medio camino del Urriellu. Ya en las campas de Pandébano tenemos un fuerte repecho hasta el collado. En condiciones normales no supone más esfuerzo que subir una larga cuesta, ahora le añadiremos el abrir huella y el fuerte viento racheado que en ocasiones nos tira al suelo. Llegamos al refugio y sin perder tiempo bajamos de nuevo a Sotres. Queremos aprovechar el día para hacer dos viajes, pero el estomago reclama su parte de protagonismo y nos obliga a hacer escala de nuevo en la Gallega. El sitio, la verdad, que merece más de una visita. Charla agradable y mejor comida, aunque por esta vez preferiríamos que la conversación no girara en torno a los rescates sucedidos en picos durante los últimos 30 años. Esa noche la pasamos los cuatro en la Tenerosa después de hacer un segundo porteo con la tripa hinchada.

El camino a la vega Urriellu esta precioso, todo nevado y con un día increíble. Unai, Álvaro y yo nos turnamos en la tediosa tarea que supone abrir huella con un petate a la espalda, mientras Mikel baja de nuevo al pueblo a por lo que, esperemos, sea el último porteo. Las laderas acumulan nieve recién caída, pero no tanta como para que haya un especial riesgo de aludes. Aún así, pasar por esas canales tan verticales y con el peso de los petates, te corta la respiración. Dejamos los trastos en el refugio y bajamos de nuevo a la Tenerosa donde nos volvemos a reunir los cuatro. Estamos contentos, llegar a la Vega era una incertidumbre, otro porteo y estaremos escalando.

Mikel bajará de nuevo a Sotres para subir lo que falta, pero sin intención ya de escalar; no lo ve claro y se retira. Así pues, el proyecto de subir la Sueños de Invierno queda para otra ocasión, no muy lejana. Por fin el día 29, después de tres días de porteos y abrir huella comenzamos a escalar. Llevamos demasiados trastos y ese ha sido el peaje que hemos tenido que pagar para intentar una ascensión de este estilo. Unai y yo subimos todo el material a la base, mientras Álvaro baja de nuevo a la Tenerosa para subir la última carga.

Estamos ansiosos por meternos en la pared. Cambiamos las raquetas

por los estribos y nos encaramamos en el gran desplome de la Bermeja. Los primeros metros nos hacen perder un poco de tiempo hasta que conseguimos llegar al primer buril. El tiempo sigue estable y a pesar de haber empezado tarde a escalar logramos dejar fijadas las dos primeras tiradas. Esa noche nos juntamos con Álvaro, será la última noche que pasemos en el refugio antes de meternos en la vía.

Comida para una semana, 25 litros de agua, los sacos, la ropa, hamacas... Los petates van más cargados que nunca pero el desplome nos facilita las cosas y no rozan en ningún sitio. Jumareamos los dos largos fijados el día anterior e izamos la pesada carga. A esta labor, junto a la de ir escalando de primero, nos iremos turnando durante todo el recorrido por la pared.

Ese día nos nieva un poco, lo que no impide que sigamos avanzando por el extraplomo. La noche nos alcanza en el cuarto largo y Unai lo termina con el frontal mientras Álvaro monta las hamacas en la tercera reunión; las fijamos también por los laterales. Para el frío y la nieve vamos preparados, pero el viento es lo que más nos preocupa. El Pilar del Cantábrico en invierno está todo el día a la sombra, los días son muy cortos y si se te mete el viento lo puedes pasar realmente mal. Más de una historia hemos oído de abandonos por culpa del viento, e incluso alguno ha terminado con la hamaca dada la vuelta en mitad de la noche.

Para cenar disfrutamos del menú típico en estas ocasiones: Salmoncito ahumado, surtido de ibéricos, solomillo a la pimienta... Una cosa es pasar frío y otra saltarse el banquete de nochevieja por el simple hecho de estar colgados a 100 metros del suelo. Las uvas tampoco faltaron, aunque adelantamos el reloj un par de horas para no trasnochar demasiado. Sergio, desde el refugio, nos da las últimas predicciones que auguran buen tiempo.

Los largos se van sucediendo. A medida que vamos ganando metros se vuelven más lentos y laboriosos. Cuanta más inclinación pierde la pared más imaginación tenemos que usar para colocar los seguros. Cuando el compañero llega a la reunión todo el mecanismo se pone en marcha, como en una contra reloj: fijar, jumarear, recuperar el material y asegurar en el siguiente. Así conseguimos montar nuestras hamacas un poco más arriba, en la séptima reunión, la cual ya no moveremos hasta que nos toque bajar. Esta vez anclamos mejor los laterales de las hamacas, puesto que al estar más altos nos vemos más expuestos al aire.

En otra jornada más de escalada dejamos fijadas nuestras cuerdas hasta la décima reunión. Cinco largos nos separan de la cumbre. Los dos primeros son del Pilar, luego conectaremos con la Rabadá Navarro, por donde ya hemos pasado los tres en verano.

Nos levantamos a las seis con intención de llegar a cima. Hace más frío que en días pasados y lo sufrimos de lo lindo. Los largos son de escalada libre, pero subir sin guantes se hace difícil y el ir sin pies de gato tampoco ayuda. "Forzamos" en artificial hasta donde podemos y donde no, nos envalentonamos para salir en libre a la "caza" de algún clavo. Nuestros pies no entran en calor por más saltitos que demos y las dudas empiezan a crecer por momentos.

Hemos gastado casi todo el día en hacer dos largos que no pasan del 6a, y el panorama que vemos al conectar con la Rabadá no es muy acogedor. La nieve cubre las pequeñas repisas que normalmente sirven de agarre, las fisuras están heladas.

Suerte que le toca a Unai encabezar este largo: escaló la Rabadá hace apenas unos meses y debería tener el recuerdo bastante fresco. Sale de la reunión corriendo hasta que una campa de nieve le frena. Retrocede en un par de ocasiones al no verlo claro. Ningún seguro fiable le pro-

tege durante bastantes metros. En la reunión empezamos a pensar que nuestro intento no va a llegar mucho más lejos. Finalmente consigue alcanzar un cordino que misteriosamente surge del hielo, dándole la confianza suficiente para avanzar unos metros mas hasta poder protegerse en una fisura. La cuerda empieza a correr de nuevo con agilidad y parece que todavía tenemos alguna opción de terminar la ruta.

Unai no encuentra la reunión, que debe andar oculta bajo la nieve, lo que le hace seguir escalando hasta llegar a unos clavos a mitad del siguiente largo. La última tirada es mas vertical y, afortunadamente para nosotros, no ha acumulado tanta nieve. La resolvemos relativamente rápido y a base de jumars nos juntamos los tres en el final de nuestra ruta.

Nos quedamos a tan solo unos metros de la cima, una rampa de nieve y hielo nos separa de la virgen de las nieves. Así llaman a la pequeña escultura que este invierno hace especial honor a su nombre, y que tantas veces ha posado junto a escaladores sonrientes en la foto de cumbre. La próxima vez que escalemos el Naranjo, porque si de algo estamos seguros es que volveremos, o lo haremos en verano, o traeremos los crampones. Sin virgen o sin cima, como prefiera verse, las caras que aparecen en nuestra particular foto de fin de vía, dejan bien claro la alegría que sentimos. Hemos logrado llegar hasta el final de éste espléndido pilar rocoso desde el cual hoy no se ve el cantábrico. Ocupa su lugar otro mar bastante más alto y blanco que cubre casi toda nuestra vista. Sólo alguna cima cercana asoma entre las nubes y, en medio de ellas, la gran sombra del pico en el que estamos subidos.

Disfrutamos un poco más del sol antes de empezar el descenso. Seis días metidos en la cara noroeste, calentándonos a base de saltitos en las reuniones, consiguen que valoremos como nunca una buena repisa soleada. Trece rápeles y algunas horas de caminata nos separan de la Gallega. Buena costumbre tienen en Asturias de dejar el puchero lleno encima de la mesa para que comas hasta que te duela la tripa. Nadie en nuestra situación renegaría de hacer otra visita a tan amable señora. Pero el cielo, esta vez, nos truncó los planes.

El vino de la cena no nos ayudó a madrugar demasiado. Después de nuestra última noche de hamaca, y otro día más de rápeles por la misma ruta que empleamos para subir, la primera parada obligada fue en el refugio. Cena de celebración hasta las tantas de la mañana. Al día siguiente, para cuando nos quisimos levantar, los copos ya eran lo bastante gordos como para que no andáramos perdiendo mucho el tiempo.

Llenamos los petates hasta arriba, algo a lo que nuestra pobre espalda no se acaba de acostumbrar, y nos encaminamos hacia Sotres con un montón de palabras en la cabeza, la mayoría de ellas terminadas en U: Estofau, Quesu, Cabritu...

Una hora andando nos bastó para darnos cuenta que ese día no comeríamos fabes. La nevada se había convertido ya en ventisca y llevábamos un buen rato sin saber a ciencia cierta dónde estábamos. Decidimos volver sobre nuestros pasos antes de perder la huella que habíamos hecho de bajada.

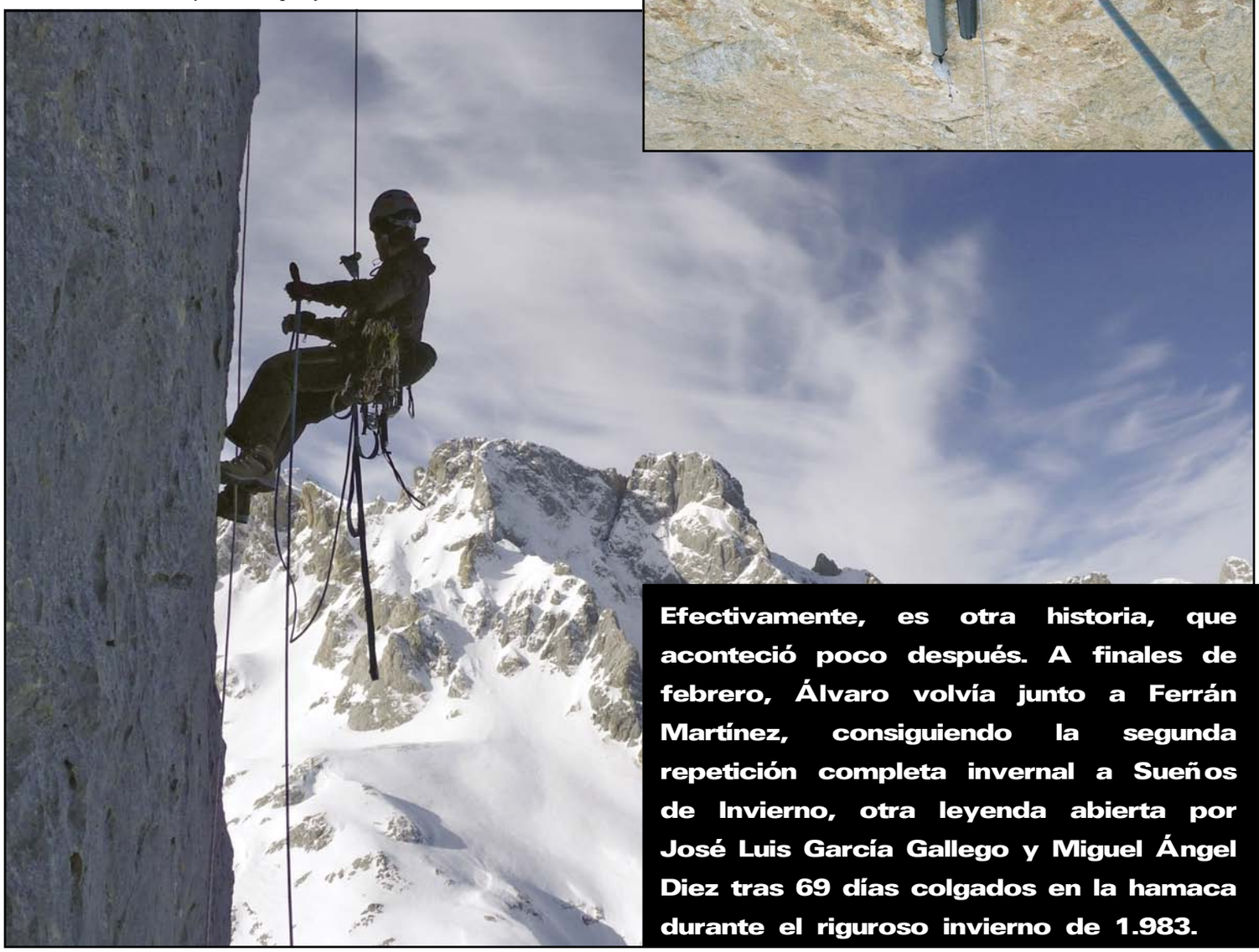
Éramos conscientes que volver al refugio suponía tener que quedarnos en él hasta que la nieve volviera a asentar. Las canales de Vallejo, que dan acceso a Pándebano, son bastante avalanchosas y no tiene sentido arriesgarse a pasar por allí sin estar el camino en buenas condiciones.

Pasamos cinco días en el refugio dedicados por completo a comer, dormir y arreglar el mundo. Otra cosa no podíamos hacer. De los cinco días, cuatro se los pasó nevando. Fuimos conscientes, más que nunca, de la suerte que tuvimos al poder escalar el Pilar del Cantábrico con un tiempo excepcional. El Naranjo mostraba ahora su faceta más invernal, cubierto de nieve y barrido por fuertes rachas de viento.

La situación no tenia pinta de mejorar en los próximos días. Podíamos haber pasado allí otra semana más y el camino hacia Sotres seguramente seguiría igual de avalanchoso. De hecho, durante el siguiente mes las nevadas fueron casi continuas.

Decidimos poner nuestra situación en conocimiento de los bomberos de Asturias, por si pudieran evacuarnos de allí aprovechando algún vuelo que hicieran por la zona. No tuvimos que esperar mucho. Después de efectuar un rescate en el mar los bomberos aprovecharon la salida para sacarnos del congelador en el que se había convertido la Vega de Urriellu. Como decían los bomberos mejor bajaros sentados disfrutando de las vistas que no tumbaos.

Atrás quedó el Picu y nuestro amigo Sergio a cargo del refugio en el que pasaría las siguientes semanas sin ver un solo alma. También se quedó nuestro material, con idea de volver no demasiado tarde a cumplir otro sueño. Pero esa ya es otra historia...

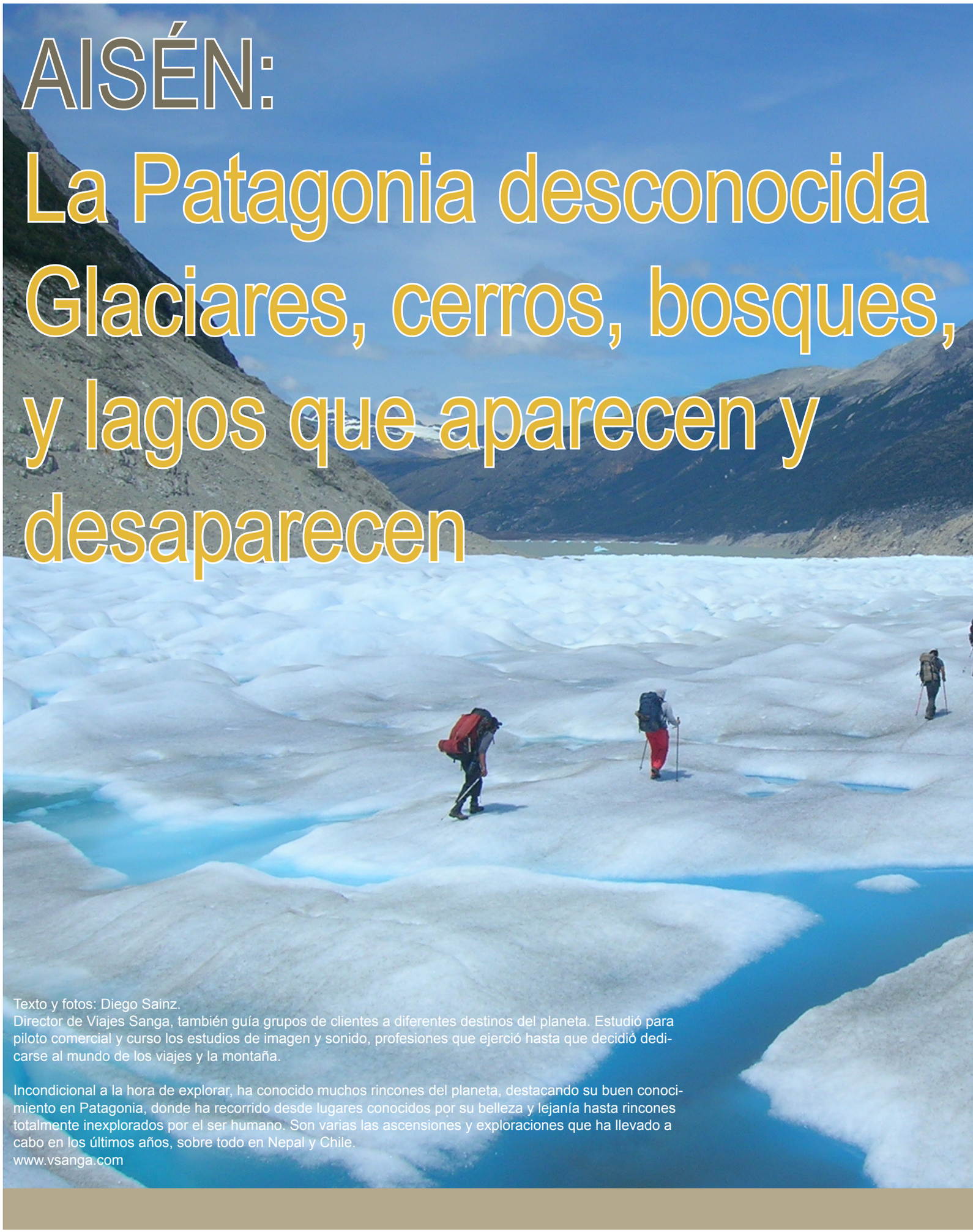


Efectivamente, es otra historia, que aconteció poco después. A finales de febrero, Álvaro volvía junto a Ferrán Martínez, consiguiendo la segunda repetición completa invernal a Sueños de Invierno, otra leyenda abierta por José Luis García Gallego y Miguel Ángel Diez tras 69 días colgados en la hamaca durante el riguroso invierno de 1.983.

AISÉN:

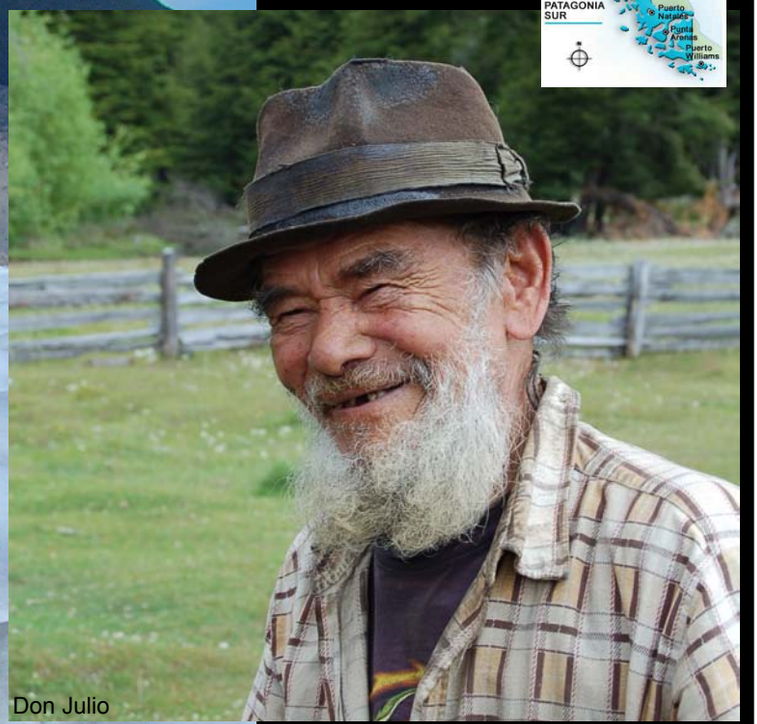
La Patagonia desconocida

Glaciares, cerros, bosques, y lagos que aparecen y desaparecen

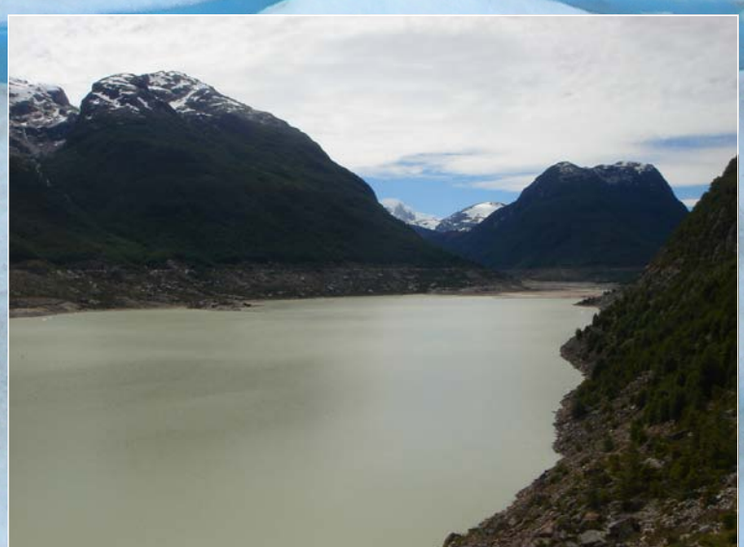


Texto y fotos: Diego Sainz.
Director de Viajes Sanga, también guía grupos de clientes a diferentes destinos del planeta. Estudió para piloto comercial y curso los estudios de imagen y sonido, profesiones que ejerció hasta que decidió dedicarse al mundo de los viajes y la montaña.

Incondicional a la hora de explorar, ha conocido muchos rincones del planeta, destacando su buen conocimiento en Patagonia, donde ha recorrido desde lugares conocidos por su belleza y lejanía hasta rincones totalmente inexplorados por el ser humano. Son varias las ascensiones y exploraciones que ha llevado a cabo en los últimos años, sobre todo en Nepal y Chile.
www.vsanga.com



Don Julio



Lago Cachet lleno/Lago Cachet vacio

Perdida en lo más inhóspito de la Patagonia, se encuentra Aisén, la undécima región de Chile. Desconocida por su complejo acceso, es sin duda alguna uno de los paraísos terrenales que aún esconden rincones inexplorados.
Es comprensible que esta región de la Patagonia Chilena aun sea tan desconocida. No fue hasta principios del siglo XX cuando se comenzaron a explorar y habitar estas latitudes australes. Nunca se llegó a explorar su totalidad y nunca se llegó a habitar de manera notoria; son pocos los pueblos que podemos encontrar en toda la Patagonia, la mayoría de ellos pequeños y desperdigados junto a algún río, lago o mar.

La dificultad geográfica para acceder a esta región y su clima, siempre inestable, hacen que Aisén nunca haya sido muy poblada, fueron muy pocos los pioneros que se aventuraron a comenzar una nueva vida en estas regiones tan extremas.

A día de hoy, aún se pueden encontrar en Aisén antiguos colonos que viven como lo hacían los pioneros que llegaron hace 100 años. Don Julio es un ejemplo, un poblador del Valle Colonia, junto al Campo de Hielo Norte.
Aisén es posiblemente la región más salvaje de Chile, en ella se encuentra el río más caudaloso de este país andino, el Río Baker; además del segundo lago más grande de Sudamérica; el Lago General Carrera.

Esta región de la Patagonia Chilena, entre el Pacífico y la desolada pampa Argentina, es a día de hoy un regalo para amantes de la aventura, el montañismo y cualquier actividad en la naturaleza. Sus paisajes son el mejor regalo para cualquiera que se aventure a conocer sus partes más salvajes. Además de sus bucólicos valles de prístinos bosques, de sus lagos como mares, de sus lagunas con aguas transparentes, azuladas o turquesas, lechosas o negras, de sus paredes de granito o de sus hongos de nieve que cubren muchas de sus cimas… nos encontramos rodeados de gigantescos campos de hielo; el Hielo Sur (casi 400 km de largo) y el Hielo Norte (100 km).

Si obviáramos los polos, sería la primera reserva de agua dulce del planeta.

Pero esta región tiene más motivos para cautivarnos, pues también dentro de ella se encuentran las dos montañas más altas de la Patagonia; el Monte San Valentín de algo más de 4.000 metros y el San Lorenzo, con algo más de 3.800 metros. Ambas cumbres son una seria tarea, el San Lorenzo quizá más accesible, pero para llegar al San Valentín, hay que cruzar parte del Campo de Hielo Norte, por lo que solamente la aproximación puede tornarse muy compleja, como se ha podido atestiguar en estos últimos años, en donde varias expediciones, entre ellas una fortísima formada por miembros de Al Filo de lo Imposible y de los gurpos de montaña del ejército chileno, han tenido que ser rescatados in extremis sin ni siquiera poderse acercar a la montaña.

Para muchos, el descubrimiento de Aisén ha sido una bella sorpresa, un lugar donde todavía te puedes llegar a sentir pionero, en uno de los parajes más bellos de la Pachamama. Fue en 2004, la primera vez que me animé a viajar por Aisén, acompañado por buenos amigos, recorriendo la región casi completa de norte a sur. Desde entonces, todos los años he regresado, para seguir disfrutando de todas las vivencias que te pueden llegar a dar estos viajes.

Como incondicional a la hora de explorar nuevos lugares, tengo que reconocer que Aisén fue una lotería que me tocó, tras escudriñar mapas y escuchar historias variopintas de lugareños.

Para alcanzar la zona hay que llegar a Balmaceda, la ciudad del viento, un poblado desolado que se encuentra al limite de la gran pampa Argentina, aunque administrativamente pertenezca a Chile. En este lugar no hay nada que hacer, así que lo mejor es abandonar cuanto antes este pequeño aeropuerto y continuar a cualquier otro sitio, que siempre será mejor.
En mi caso siempre he huido a Coyhaique, capital de Aisén, Reserva de Vida. Es un pueblo algo insulso pero rodeado de paisajes abiertos y puros. No hay que perder el tiempo en la Patagonia, ni en ningún otro lugar, así que lo mejor después de descansar, es abandonar Coyhaique rumbo al sur por la carretera austral.

La carretera austral es una pista de tierra para vehículos. La parte que nosotros transitamos es la más salvaje e incomoda pero también la más bella. Son unas 8 horas rodeados por paisajes típicos de la Patagonia occidental, es decir… verdor, espesura, bosques, lagos, ríos, glaciares y ventisqueros. Después de un duro viaje por carretera, llegamos a las orillas del Lago General Carrera, de más de 200 kilómetros de largo. Un rincón de película. Un mar rodeado de ventisqueros; los indios Tehuelches lo llamaban “Chelenko”.

Puerto Bertrand es un minúsculo pueblo a unos minutos del gran lago Carrera, se encuentra a las orillas del lago Bertrand, dando origen al nacimiento del río más caudaloso de Chile, el Baker, de aguas tan turquesas como gélidas. Este río muere en el pacífico, allá por los canales australes, entre el campo de hielo norte y sur, cerca de un inolvidable pueblo llamado Caleta Tortel.

Después de 3 días de viaje iniciamos una travesía por los Glaciares de Aisén, un regalo a nuestros sentidos. Ya desde el primer momento, la emoción se palpa en el ambiente, hay que iniciar la aventura navegando 2 lagos, el Bertrand y el Plomo. Ambos se unen de forma natural y puede apreciarse sus límites con una casi perfecta línea que separa el color turquesa del Bertrand con el aspecto lechoso del Plomo. Después de casi 1 hora de navegación rodeados de cordilleras y ventisqueros, llegamos a la orilla más alejada del lago Plomo, donde desembarcamos. Entramos en un mundo de gigantes.

Don Ramón vive a este lado del lago con su familia, es quien nos ayudará en la logística del porteo y sólo en invierno se mudan a Puerto Bertrand. Viven en una casa de madera, con algún que otro animal de granja, una pequeña huerta y algún árbol frutal, como el maravilloso cerezo en el que nos deleitamos con esas deliciosas cerezas del verano austral. Hacia el fondo, se alarga el Valle Soler, que nace en los contrafuertes del Campo de Hielo Norte. Un valle gigante y salvaje que deja notar que está muy vivo, en constante cambio, como muchos de los valles de Patagonia, donde sus ríos corren con fuerza desmesurada, donde sus lagos de repente desaparecen por algún cambio morfológico… El Valle es recorrido por el río Soler, que desagua en el lago Plomo y nace en un lugar tan salvaje como el Campo de Hielo Norte.

Hace pocas décadas todo el Valle tembló, cuando uno de los lagos que se forman por el deshielo pudo con el depósito glaciar que lo contenía, creándose un GLOFF que inundó gran parte de este inmenso valle. Gracias a que es un lugar inhóspito y casi nadie lo habita, no hubo perdidas humanas, pero si pereció mucho ganado salvaje. Aún a día de hoy al recorrer este valle, salta a la vista lo que debió ser ese gran tsunami fluvial, que arrasó con un valle colosal. Hay claras muestras de una gran batalla natural.

Son algo más de 2 días los que estamos remontando este valle, dejando siempre el río Soler a nuestra derecha. En un punto en donde antaño habitó uno de los primeros colonos de la zona, ascendemos buscando la entrada al aún invisible Glaciar Neff, proveniente del Campo de Hielo. Cuando se llega arriba y se divisa esa gigantesca masa blanca, un escalofrío recorre tu cuerpo… para luego disfrutar de una de las imágenes más bellas que a tus ojos puedas regalar. La grandeza y anarquía paisajística distorsiona nuestras pupilas, que no son capaces de procesar tal grandeza, tal belleza y tal hecatombe natural. El hielo hipnotiza. Entonces despiertas de tu borrachera visual y te das cuenta que ahí te vas a meter, en esa desolación, en esa pampa helada, en ese mundo de hielo donde sobrevivir es imposible para cualquier ser vivo.

Bordeamos el glaciar Neff por uno de sus laterales, rodeados de paisajes totalmente rotos, tratando de encontrar una entrada fácil al hielo. La laguna que debía haber junto a la pared lateral del glaciar ha desaparecido, sus aguas se han filtrado a través de la porosidad del hielo milenario, dejando una gran concavidad en el suelo y témpanos que deberían estar flotando, se posan sobre tierra, sobre lo que era el fondo de la laguna desaparecida. La imagen es escalofriante.

Así que decidimos caminar por lo que debió ser el fondo de la laguna, dejando a nuestro alrededor témpanos varados que crujen mientras pasamos, por fin encontramos una entrada al hielo y en un saltito pasamos al mundo helado… estamos dentro… pongámonos los crampones.

Caminar sobre un glaciar es una experiencia sencillamente inolvidable. Hace unos años tuve la suerte de hacer una travesía por el Campo de Hielo Sur, allá por la zona del Torre y Fitz Roy, fue una tremenda experiencia. Recuerdo que además tuvimos un clima estupendo y nos hartamos a ver todo lo que nos rodeaba. Otra borrachera visual. Pero el glaciar Neff es diferente, pues la travesía del Hielo Sur fue sobre una planicie helada pero cubierta de nieve y ahora caminábamos sobre puro hielo, con sus grietas, sus ríos y sus lagunas de fantasía.

El Glaciar Neff debe tener algo más de 15 kilómetros, proviene del Campo de Hielo Norte y su frente rompe en un lago de color lechoso. Nuestra idea era cruzar el ancho del glaciar, que son unos 4 kilómetros y nos llevará casi 3 horas. Caminar sobre él y mirar a tu alrededor ensancha cualquier alma. De belleza sin igual son los ríos que recorren la superficie del glaciar, aguas gélidas y totalmente transparentes que dejan ver el fondo de hielo azulado. También están las piscinas naturales, que se crean sobre el hielo, de un azul puro y brillante.

Después de unas horas ensimismados en este mundo como de otro planeta, queda salir de él, pues no debemos quedarnos: estos lugares son para entrar y salir… y toca salir… y menuda es la salida. Terreno incómodo como ninguno, según nos vamos acercando a uno de sus limites laterales, van apareciendo piedras, que se posan sobre el hielo, las trae el glaciar de lejos y poco a poco se ven más piedras y el hielo se va manchando más… llega un momento en que las piedras, de todos los tamaños, cubren el hielo y el camino se vuelve más frágil, hay que pisar bien, sino los resbalones y “culetazos” están garantizados. Después de idas y venidas, subidas y bajadas, salimos de esta terrible morrena comenzando a ver algún liquen y pequeña flor: volvemos a la vida. Pues aunque el hielo genere toda la vida que hay a su alrededor, dentro de él no se podría decir que exista vida alguna.

Nos dirigimos a nuestro siguiente campamento, pasando antes por diversas lagunas que antaño fueron solo una. Entramos al bosque donde vamos a acampar y montamos las tiendas, hacemos un fuego y descansamos de un día tan vibrante como el que acabamos de tener. De nuevo sentimos que estamos en un rincón único, con vistas al glaciar que acabamos de cruzar, sus lagos y cordilleras e inmersos en un bosque de fábula, invadido por hayas milenarias, donde el ser humano nunca ha intervenido.

La primera de las 3 veces que he realizado este recorrido, puesto que teníamos un día de descanso en este bello lugar, decidimos, acompañados por un buen clima, ascender un cerro que se encontraba junto a nuestro campamento. La ascensión no era técnica, era un cerro cuya base estaba repleta de matas, arbustos, árboles y turberas… que nos dificultaron seriamente el poder continuar… nadie antes había ascendido este cerro y estaba ansioso de ver las vistas que había desde la cima… por lo tanto la ascensión no fue nada fácil, pero en la cumbre todas las penurias se olvidaron. Éramos los primeros en divisar aquella maravilla que se presentaba ante nuestros ojos, cordilleras, glaciares, lagos, ríos y valles nos rodeaban haciéndonos sentir muy dichosos. 360º de locura visual. Entre otras cosas, veíamos el lago Cachet-2, que al día siguiente bordearíamos y del que hablaré más adelante.

Desmontamos el campamento y proseguimos nuestro camino… hacia el bosque Cachet, un bosque absolutamente virgen, tupido y mágico por sus tonalidades y su vida… pues tiene vida, el bosque respira, se transforma… nos vigila. Es el bosque más bello que he conocido.

Ahora toca bordear el lago Cachet-2 para llegar a nuestro próximo campamento. Este lago tiene 5 kilómetros de largo por 2 de ancho, es de origen glaciar y sus aguas vienen del campo de hielo, se nutre principalmente por un río proveniente de un lago que hay a más altura, el Cachet y que tiene su origen en los hielos. También recibe agua del glaciar Colonia que rompe en sus aguas. Nuestro campamento se encuentra justo en frente de la pared del glaciar, un lugar de belleza extrema.

El lago Cachet-2 tiene una historia que a algunos les sorprenderá, pues es un lago que desaparece. ¿Cómo que desaparece? ¿Un lago de 5 kilómetros de largo…? ¿con una profundidad en algunas de sus partes

de más de 300 metros? ¿Y en pocas horas?

Si, sucedió en abril de 2008, se volvió a llenar unos días más tarde, se volvió a vaciar en octubre del mismo año, volvió a llenarse pero no completamente, para volverse a vaciar a finales de diciembre… de nuevo se lleno hasta la mitad y volvió a vaciarse a finales de febrero de este año 2009. Entre estos 2 últimos sucesos anduvimos por allí, hubiese sido una aventura haber vivido alguno de sus vaciamientos.

Es realmente increíble haber conocido este lago lleno y de repente verlo medio vacío, la imagen es tétrica, irreal, cambia el paisaje, los árboles que trae la corriente están varados en las orillas, creando un paisaje singular, es como si una gran batalla se hubiera llevado a cabo en las orillas del lago, que en algunas partes se han convertido en acantilados debido al vaciamiento. Las causas del vaciamiento se debe a la porosidad del hielo, haciendo que las aguas del lago pasen a través de él sin límite, haciendo que el lago se desagüe por completo. Luego la porosidad de alguna manera se rehace y vuelve a tapar la salida del agua, haciendo que el lago vuelva a aparecer…

Así es la naturaleza, un constante cambio que en estas latitudes puedes apreciar de un día para otro. Por supuesto que es una de las grandes bellezas de Patagonia, su transformación, su movimiento… todo parece tener vida, nubes aceleradas en el cielo, torrentes de agua que se oyen en la lejanía, árboles que crujen a tu paso, ríos que cambian su curso, lagos que desaparecen, aludes de hielo… todo, todo, está en un continuo cambio.
Son ya 3 veces las que he completado este circuito y en todas ellas he notado transformaciones importantes.

¿Qué cambia continuamente?:

El glaciar; nunca hemos entrado a él ni hemos salido de él por el mismo lugar, nunca ha estado igual su superficie, este pasado enero por ejemplo, había ríos que no existían el año anterior, también lagunas.

El lago Cachet-2 de repente desaparece para volverse a llenar, cambiando el paisaje radicalmente. Por otro lado, ¿qué pasó con el río que nacía del lago Cachet-2? ¿Pues que ha desaparecido! Fue alucinante llegar este año al río y ver que ya no existía, un paisaje nuevo, salvaje… un silencio en un valle donde antes se oía el río correr con fuerza… hablamos de un río importante, de más de 10 metros de ancho. No era un arroyo.

La llegada a nuestro próximo campamento nos hace olvidar el cansancio. Estamos en un alto, al fondo un inmenso valle rodeado de picos y ventisqueros e inundado casi en su totalidad por el lago Colonia. A nuestra derecha rompe el glaciar Colonia con un frente muy roto que se pierde al fondo serpenteante antes de ascender al campo de hielo.

La ruta está llegando a su fin, al día siguiente navegaremos el lago Colonia rodeados de ventisqueros durante. Nuestro próximo campamento se llama Sol de Mayo, un antiguo puesto de pobladores del valle, un lugar bucólico donde desaparecer.

Nos queda un día más de caminata, una jornada larga recorriendo todo el valle, hasta llegar al río Baker, cortándonos el paso y mostrándonos que se acabó nuestra aventura por el mundo de los hielos.

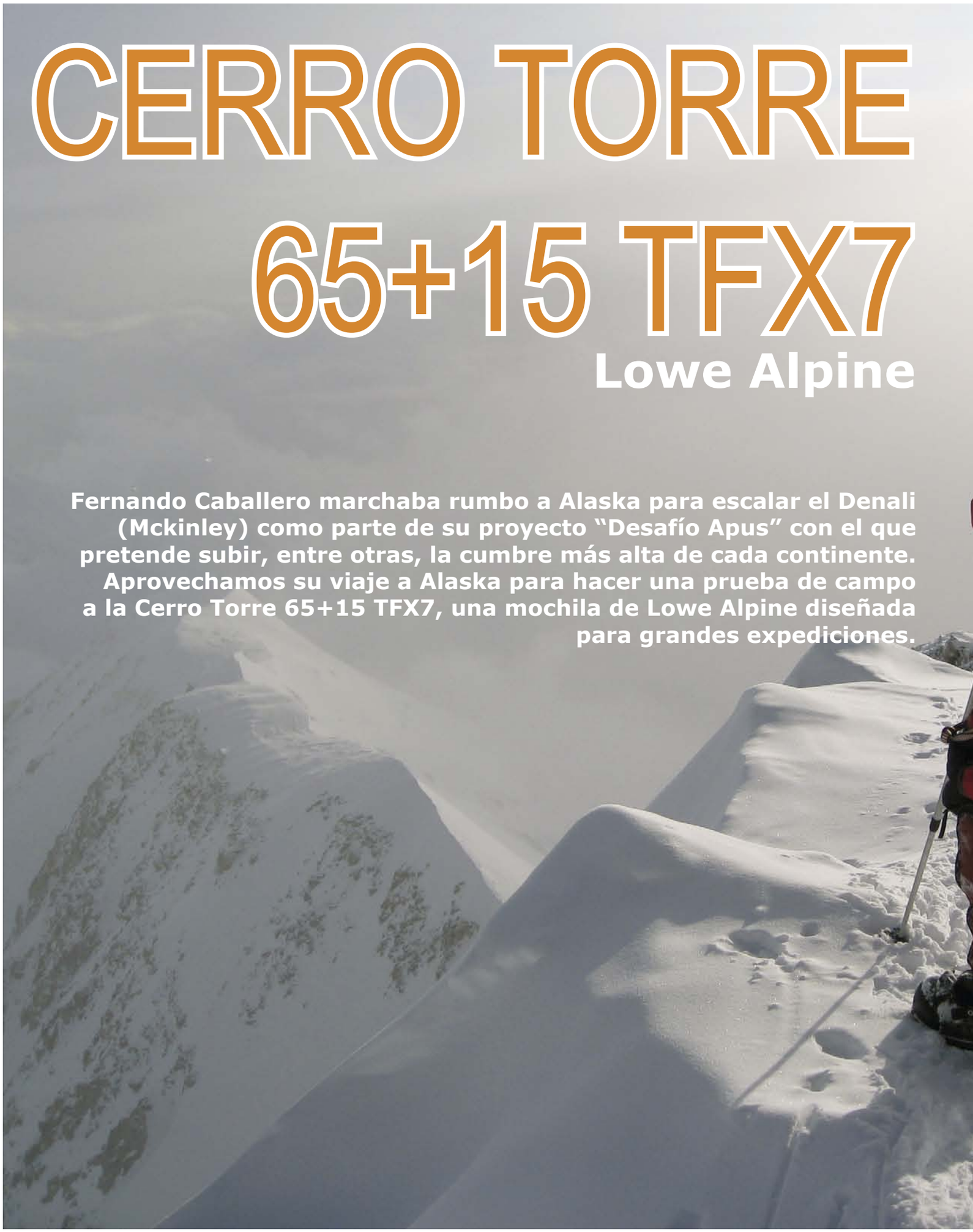
Este pasado enero, por fin pude finalizar el viaje de la forma soñada: navegando el río Baker, completé su ciclo hídrico, es decir, seguí la vida del agua, desde que se crea en el hielo, hasta que muere en el mar.
Acampamos junto al río, para al día siguiente comenzar a navegarlo durante 3 días, hasta llegar a su delta en los canales australes del Pacífico.
La experiencia fue un acierto, navegar el río más caudaloso de Chile, rodeado de tupidos bosques, cordilleras, ventisqueros y cascadas que caían de infinidad de paredes, ha sido una de las experiencias más auténticas de mi vida… todo cambia desde abajo… el paisaje desde el río es otro… así es.

Después de casi 4 días explorando su cuenca, inmersos en paisajes intocados, llegamos al delta, junto a Caleta Tortel. Era un sueño hecho realidad, alcanzar el Pacífico a través de este río.
.
Aisén es pura Patagonia, es un regalo para los viajeros y alpinistas, una región que deja huella, un baño de humildad y grandeza a la vez… allí seguirá, ajena a todos los que nos aventuramos a recorrerla, pero convirtiéndose sin darnos cuenta, en nuestra patria… ¡¡patria de nuestra alma!!

CERRO TORRE 65+15 TFX7

Lowe Alpine

Fernando Caballero marchaba rumbo a Alaska para escalar el Denali (Mckinley) como parte de su proyecto "Desafío Apus" con el que pretende subir, entre otras, la cumbre más alta de cada continente. Aprovechamos su viaje a Alaska para hacer una prueba de campo a la Cerro Torre 65+15 TFX7, una mochila de Lowe Alpine diseñada para grandes expediciones.



Alaska, "…la última frontera…". Sólo pronunciar su nombre me quita el aliento y me llena el espíritu de sueños, recuerdos intensos y unas ganas incontrolables de volver, sí, volver allá, a lo más lejos, lo más puro, lo desconocido. Volver a tierras salvajes, a sus 360 grados de horizontes inacabables, a su rutina de montaña tras montaña, abismos y glaciares desbordantes.

Había soñado desde que tengo memoria con ir a Alaska y esta vez deje de soñar y fui. Una mochila para expediciones de muchos días tenia prioridad en la lista de material que había que llevar, así que fue genial que Cuadernos Técnicos de Barrabes me ofreciera probar la Cerro Torre 65+15 TFX7 de Lowe Alpine en las exigencias del Denali, donde su temperamental climatología, altitud y terreno glaciar, no regalan nada, a nadie.

Al Denali hay que llevarlo todo a cuestas, estás obligado a ser 100% autosuficiente, no puedes dejar de llevar todo aquello que evite que te metas en apuros o te saque de ellos y a la vez, tienes que ser sumamente selectivo con lo que vas a meter en la mochila y su peso, todo lo vas a cargar tú.

Desde que aterrizas con la avioneta en el mismísimo glaciar Kahiltna ubicado a 2100 metros de altura sobre el nivel del mar hasta que alcanzas los 5250 metros del campo 5, cargarás contigo todo el material técnico junto a toda la comida y combustible para un mínimo de 20 días. Vas liberando carga dejando depósitos para garantizar la vuelta a casa en caso que la climatología se tuerza en tu contra, como suele pasar, pero como mínimo necesitas provisiones y combustible para aguantar unos 10 días en el "Medical Camp" ubicado a 4200 metros. Toda esta carga se reparte entre un trineo o pulka que arrastras y una mochila que debe ser generosa en capacidad de carga y prestaciones.

La Cerro Torre 65+15 TFX7, además del acceso superior convencional de toda mochila cuenta con un amplio acceso frontal que permite tomar fácil y rápidamente el material que se necesita sin tener que explorar a ciegas en las "profundidades" de la mochila o extraer todo el contenido para conseguir lo que queremos. Esta característica en una mochila preparada para cargar entre 25 a 30 kilos de material es una comodidad más y descubrí en Alaska que se agradece cuando la rapidez y el ahorro de energía se vuelven vitales.

El acceso superior tiene un cierre con cordón y tanca que permite ajustar el volumen a 65 litros o expandirlo hasta 80. También viene equipada con una goma elástica que fija un almacenamiento extra por fuera y un compartimiento independiente con cierre de tanca para el saco de dormir que queda aislado del resto de la carga y nos ayuda a organizarnos mejor.

Aterrizamos en el glaciar Kahiltna ilusionados con tremendo ambiente y sin perder tiempo terminamos de acomodar todo entre las pulkas y las mochilas. Ese mismo día comenzamos nuestra aventura atravesando varios kilómetros de glaciar y nos tomo cuatro días establecernos en los 4200 metros del "Medical Camp" (campo 4) que se convierte en el campamento clave para asediar tanto la vía normal (West Buttres) como todas las rutas que transitan por la pared suroeste del Denali, incluida la vía que teníamos en mente, la "Orient Express".

Estos días de porteo y aproximación me sirvieron para valorar los distintos bolsillos, compartimientos independientes, cantidad de espacio interior y correas de la Cerro Torre 65+15 TFX7 en actividades de varios días sobre terrenos en donde estás obligado a llevar de todo para ser autónomo: saco de dormir, esterilla, tienda, hornillos, vestimenta, comida, cuerdas y material técnico en general. Pienso que es una mochila todo terreno pensada para expediciones en general y una excelente compañera si decides sumergirte en los destinos más salvajes; la veo ideal para porteos en Himalayas, largas travesías en Patagonia y expediciones a montañas de gran altitud en todo el mundo.

Una vez que hayas sido selectivo con lo que llevarás, seguro que en la mochila Cerro Torre de Lowe Alpine cargarás todo lo necesario para afrontar aquellos desafíos logísticos en donde tu vida depende de lo

que llevas contigo. El día que superas el celebre Windy Corner, que tiene la fama de ser uno de los lugares más ventosos e inhóspitos del planeta, las grietas se suman al espectáculo y el desafío consiste en lograr que el trineo junto a toda la carga que va atada a ti no se cuele, arrastrándote, por uno de esos agujeros sin fin.

Una buena combinación de cargas es fundamental cuando todo lo arrastras cruzando grietas y tiesas pendientes que van desde terreno en el que todo se hunde en la nieve a hielo pulido donde todo resbala; cuando tu rumbo atraviesa tanto extensos llanos glaciares como cortados de “mejor no te caigas” es importante contar con una mochila que de estabilidad.

El sistema ajustable de espalda TFX7 de Lowe Alpine permite un porteo confortable incluso en jornadas largas gracias a contar con un micro ajuste que permite adaptar la distancia entre los tirantes y el apoyo lumbar con mucha precisión, con lo cual se logra acomodar el respaldo de la mochila perfectamente a nuestra talla.

TFX7 incorpora también un sistema de amortiguamiento que equilibra la carga siguiendo nuestros movimientos, balanceando el peso según nuestros gestos. Esto nos da seguridad y confort cuando nos movemos por terreno inestable o peligroso. Tanto los tirantes como los apoyos son anatómicos y se adaptan con gran precisión al cuerpo.

Junto a Javi Garrido de Terrassa, mi compañero de escalada en esta aventura, nos toco aguantar una semana entera en el “Medical Camp”, el mal cálculo en la comida o nuestro habitual gran apetito redujo nuestras provisiones a nada, el viento y las nevadas nos condenaban esos días a la rutina de desenterrar la tienda, hacer apuestas sobre si nuestro hogar aguantaría el temporal, mendigar comida a las expediciones que abandonaban y reparar los dos hornillos que ya se nos habían estropeado.

Esos días muchas expediciones perdieron sus depósitos de comida enterradas en zonas cercanas, el viento había arrancado las indicaciones con las que se marcan los depósitos. Vimos como los Rangers que controlan esta zona que da acceso a la vía normal invitaban a más de una expedición a retirarse en caso de no contar con combustible o comida necesarias para alcanzar el campo de evacuación; a aquellas expediciones que lo habían agotado o perdido todo, les proporcionaban lo necesario en combustible y comida solo para alcanzar, 2000 metros más abajo, la zona de aterrizaje de las avionetas; lo que esta claro es que los Rangers no cuentan con provisiones para toda la gente que allí se junta, ni tendrían por qué.

En un desesperado esfuerzo por que no nos sucediera lo mismo y ver terminada nuestra aventura por falta de comida, “investigamos” y nos enteramos que los mismos Rangers habían dado, a unos guías estadounidenses que llevaban con sus clientes dos semanas en esas condiciones, la valiosa información de un depósito cerca de lo alto de las cuerdas de la vía normal (West Butress) lleno de combustible y comida declarado abandonado por la evacuación de sus dueños, no nos demoramos en preguntar por otro tesoro oculto.

No era un secreto que existía otro gran depósito abandonado y que no éramos los únicos que lo necesitaban. Una expedición que había intentado otra ruta en la vertiente suroeste, la West Rib, se retiró con problemas de congelaciones en algunos escaladores, abandonando así un gran depósito a unos 5000 metros de altura. Una de las destacables obligaciones que asumen los Rangers del Denali es la de retirar al final de la temporada todos los depósitos que se hayan abandonado, se encuentre donde se encuentre, el depósito abandonado estaba en una zona bastante expuesta así que si alguien lo desentierra y baja por ellos, genial.

Los partes meteorológicos no cambiaban, eran de muchísimo viento y el lugar del deposito estaba bastante expuesto a él, a esto había que sumarle que no era seguro encontrarlo, el viento podría haber enterrado o arrancado las señales como había sucedido con muchos, lo que si era seguro es que no podríamos aguantar muchos días más sin reabastecernos. También era seguro que con la intensidad del viento poca gente se animaría a ir a por él en aquellos días, así que escalamos hasta la West Rib y alcanzamos con un parte de vientos entre 80 y 100 km por hora aquel depósito, fue el día que más frió pase ¡y el día que encontramos el tesoro!

Los Rangers decidieron que las provisiones que llenaban nuestras dos mochilas eran todas nuestras, nos lo habíamos ganado y les habíamos ahorrado el trabajo. Como buenos piratas dimos de comer a más gente con nuestro botín, que era de lujo, los mejores liofilizados vistos, lasañas, pollo tireyaky, tacos mexicanos, strogonof, barritas y geles por kilos que me duraron todo el año, todos los sabores imaginables, tartas, chocolates..¡qué no había! ¡éramos ricos y famosos!

Aquel día gracias a los compresores laterales pude convertir la mochila Cerro Torre en una mochila de ataque, desenterrar el depósito, cargarlo y ajustar con las mismas correas laterales el volumen de la carga, esto me dio mayor equilibrio al destrepar algunos pasos delicados de nuestra aventura por la West Rib. También ayudó la comodidad que brinda la hendidura que tiene la mochila en la parte superior del respaldo que permite mover la cabeza sin rozar con el mismo cuando la mochila se expande a su máxima capacidad. Todos estos detalles dotan de gran versatilidad a la Cerro Torre TFX7.

Con la panza llena decidimos que había llegado el momento de comprometernos y tirar para arriba, el parte meteorológico del día indicado eran malo pero lo que se venia era peor, así que nos sumergimos un poco más en la salvaje Alaska recorriendo la vía “Orient Express”. Recuerdo su belleza, los horizontes que se nos abrían, recuerdo que no acababa y había que apurar, que hacía frió y que fijar la salida nos desorientaba cuando todo se nublaba; finalmente salimos a flote luego de saborear una gélida línea que transcurre por más de 1500 metros de corredor con un ambiente único, una experiencia genial.

Para recuperar el depósito en la West Rib y otro que desenterramos días después en la West Butress me fue muy bien la Cerro Torre, lo mismo para las marchas de aclimatación pero sus 2 kilos 892 gramos son mucho peso para atacar una vía técnica o realizar un intento a cima en altitud; en la vía “Orient Express” no llevé la mochila Cerro Torre por ir lo más ligero posible.

Salimos de la “Orient” a las doce de la noche, que en Alaska sigue siendo de día pero las temperaturas son las de la noche más fría; la vía justo te saca en el “football field” (campo de fútbol) dejándote a tiro de las pendientes finales que dan a la cumbre, pero aquella “noche” por seguridad decidimos dejar la cima más alta de norteamérica para luego, nos dedicamos rápidamente a encontrar las huellas que llevan al campo 5 de la vía normal (West Butress) antes que desaparecieran. Nunca antes habíamos llegado a este campo pero habíamos coordinado refugiarnos en él en caso de que se nos hiciera tarde.

Alcanzamos el campo 5 de la vía normal bajo el temporal a las 4 de la madrugada, descansamos unas horas en las tiendas de las chicas de Benasque y continuamos hasta el campo 4, al día siguiente volvimos a subir al campo 5 porque decidimos que no nos íbamos sin la cumbre y terminamos haciendo cumbre por esta vía el 4 de junio; finalmente el saldo de nuestra experiencia es inolvidable, desenterramos un depósito riquísimo en la vía West Rib a 5000 m, otro en la vía normal, escalamos la vía “Orient Express” que no tenia ninguna repetición desde el 2003 y escalamos después la West Butress hasta la cumbre.

Al día siguiente de hacer cumbre no paramos hasta subirnos a una avioneta. Ahora queda imborrable el recuerdo del camino de vuelta descociendo nuestra ruta por el glaciar Kahiltna, totalmente solos en la inmensidad, libres, satisfechos, con nuevos sueños y ganas de más.

Conclusión:

La Cerro Torre 65+15 TFX7 ha sido probada en el Denali (Mckinley). Este tipo de expediciones en Alaska exigen que seas autosuficiente por unos 20 días aproximadamente y para serlo necesitas contar con una mochila versátil y de gran capacidad de carga.

Esta mochila de Lowe Alpine permite ajustar el volumen a 65 litros o expandirlo hasta 80 con una carga aproximada de 30 kilos. Los 4 bolsillos, 2 compartimientos independientes, la cantidad de espacio interior y 4 correas laterales de compresión la hacen ideal para largas travesías en Patagonia, porteos en Himalaya y expediciones en todo el mundo realizadas en estilo alpino por varios días.

Pienso que el sistema ajustable de espalda TFX7 de Lowe Alpine hace de las jornadas duras y largas una experiencia más cómoda reduciendo la sensación del gran peso que arrastras y dándote seguridad en terreno delicado donde es importante tener gran estabilidad, como destrepes o progresiones muy expuestas por cuerdas fijas. En realidad, es una mochila de gran carga, pero se portea como una más técnica, lejos de aquellos mochilones de castigo que hemos tenido que soportar durante mucho tiempo.

Su mayor virtud sin duda es esto, hacer más cómodo lo duro que son ciertos porteos y el equilibrio que brinda al amortiguar y balancear el peso.

A lo anterior añádele muchas prestaciones como la facilidad para acceder al contenido interior y accesorios como gran cantidad de bolsillos que dan orden, compartimiento separado para la bolsa de dormir, una funda impermeable y un sistema de hidratación ideal para jornadas en donde es preferible no detenerse cada vez que nos viene bien un trago de agua.

Todo lo anterior la hace una mochila versátil y muy recomendable para expediciones en general aunque sus 2 kilos 892 gramos, ideales para actividades de gran envergadura, la conviertan en muy grande y pesada como mochila de ataque, ya que en el supuesto caso que lleves una a cima, tiene que ser lo más ligera posible. ■

ENTRENAMIENTO PARA ESCALADA 1: LA FUERZA DE TRACCIÓN

Texto y fotos: Pedro Bergua

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, especialidad en Alto Rendimiento Deportivo, se ha especializado en entrenamientos de escalada, siendo el preparador personal de algunos grandes como Carlos Logroño (Citronio), o el integrante del Equipo de Jóvenes Alpinistas Manu Córdova.

La serie de pequeños artículos que con este "capítulo doble" iniciamos, tratará de abordar todos los aspectos que, de una manera u otra, influyen en el rendimiento de la escalada.

Evidentemente, algunos de ellos tendrán una mayor relevancia en función del tipo de escalada para la que se entrene y de las características (o puntos débiles a mejorar) de cada escalador. No trataremos sólo los aspectos de índole física (aunque comencemos hablando de ellos), sino que habrá espacio para la técnica, la táctica, la psicología aplicada al rendimiento…, que tan importante peso tienen en nuestra disciplina.

Poco a poco, nos iremos introduciendo en cada uno de estos factores que afectan a la calidad y la cantidad de nuestras escaladas. Veremos cuáles son, la importancia que tienen y algunas nociones para poder entrenarlos con rigor.

La estructura interna de estos artículos, para facilitar la consulta al lector, será siempre que se pueda la que a continuación explico:

Apartado 1º - Breve descripción del aspecto a tratar (para que hablemos todos en el "mismo idioma" y sepamos a qué nos estamos refiriendo); lo llamaremos: ***¿Qué entendemos por….?***

Apartado 2º - Presentación de medios y métodos de entrenamiento para mejorar el aspecto que se trate. En cada uno de ellos veremos para qué nos servirá, cómo se debe realizar, variantes…, y algo fundamental para saber si es o no conveniente que lo usemos en nuestro caso particular, su especificidad (el grado de transferencia que tendrá para la situación real de escalar) y su complejidad (lo que aconsejará su inclusión en las sesiones de escaladores con mayor o menor bagaje de entrenamiento a sus espaldas). Estos dos puntos son importantes, pues nos orientarán en cierta medida al trazar una "progresión" coherente entre los ejercicios que se detallarán, con el objetivo de no quemar etapas o fases que nos puedan limitar a posteriori; este apartado se llamará siempre: ***Medios, ejercicios y demás familia...***

En este primer capítulo trataremos una cualidad que a "todo" el mundo parece "preocupar", pues parece que por mucha que se tenga, siempre ¿se necesita más?... la **Fuerza de Tracción**.

¿QUÉ ENTENDEMOS POR…FUERZA DE TRACCIÓN?

Antes de hablar de la fuerza de tracción, deberíamos saber (al menos un poquito) qué es la fuerza. Tranquilos, no vamos a ponernos excesivamente teóricos y a explicar los procesos fisiológicos que generan una contracción muscular y cuyo resultado es la producción de fuerza (aunque no necesariamente movimiento)…, pero para que todos estemos entendiendo lo mismo al hablar de este término, ahí van unos breves "apuntes".

En el mundo de la escalada, la fuerza es la cualidad física cuya manifestación, resultado de los procesos que generan la contracción muscular en último término, nos permite potencialmente y hablando "a grosso modo" realizar los movimientos de una vía, bloque, etc… Y digo potencialmente porque, como bien publicitó una conocida marca de neumáticos, "la potencia sin control no sirve de nada", es decir, que tener mucha fuerza si no se sabe aplicar de forma coordinada y precisa (a esto se le viene a llamar técnica), hará que o no podamos resolver los movimientos en cuestión, o desperdiciemos gran cantidad de esa "fuerza". Por tanto, la fuerza es una cualidad que interviene directamente en el desarrollo de la escalada, y de su manifestación continuada a lo largo de toda la ascensión dependerá que seamos capaces o no, potencialmente, de encadenar la vía o el bloque en cuestión.

En el caso de este artículo, vamos a profundizar en una manifestación concreta de la fuerza, tanto por el tipo de contracción que se dará, concéntrica – excéntrica (esto es, que los extremos de las estructuras óseas implicadas en la contracción muscular se acercan o se alejan según la musculatura se acorta o se estira, respectivamente), como por la musculatura que interviene, que llamaremos de tracción o antigravitatoria, pues se trata de músculos del tren superior que intervienen en el desplazamiento del cuerpo en la vertical en contra de la gravedad (dorsal ancho, bíceps y braquial anterior principalmente). Evidentemente, son muchos más músculos los que intervienen en el desplazamiento en contra de la gravedad, ya sea de forma sinergista (acompañando el movimiento "a favor" de forma secundaria y estabilizando la postura del cuerpo) o como antagonista (controlando el movimiento mediante la contracción de los grupos musculares de acción contraria a la voluntaria), pero para el caso de este artículo, nos centraremos en los señalados.

MEDIOS, EJERCICIOS Y DEMÁS FAMILIA…

Las formas de trabajar la fuerza de tracción son muchas y muy variadas, más o menos atractivas para el escalador y, normalmente, más o menos indicadas para cada uno, según sus circunstancias. A continuación veremos algunas de ellas.

• Ejercicios analíticos de musculatura agonista
(comúnmente, pesas)

- ***Para qué sirve:*** Este tipo de trabajos sirven como acondicionamiento previo de la musculatura de tracción, para la realización de trabajos posteriores de mayor calidad. Con ellos, ganaremos fuerza (dependiendo de la orientación del trabajo: fuerza resistencia, fuerza máxima por hipertrofia o por coordinación intramuscular, fuerza explosiva…) en esta musculatura, pero sin las coordinaciones necesarias para su aprovechamiento óptimo en la acción concreta de escalar.
- ***Cómo se realiza:*** Depende del tipo de ejercicio, aunque encontramos 2 clases principales: los realizados con máquinas (en los que el trabajo es totalmente guiado, más aconsejados para rehabilitación de lesiones o iniciación) y con pesos libres o gomas (el control del ejercicio está totalmente en nuestra mano, y se necesita cierta experiencia para ejecutarlos correctamente).
- ***Variantes:*** Todas las que permitan el material de que dispongamos (máquinas, mancuernas, barras, gomas…) combinado con los distintos métodos de trabajo existentes.
- ***Especificidad:*** Baja, la ganancia de fuerza adquirida la debemos transferir posteriormente a la acción de escalar.
- ***Complejidad:*** Por este orden, de menos a más, sería: trabajo con máquinas, barras, mancuernas y gomas.

• Dominadas o Tracciones de brazos sin desplazamiento de las manos.

- ***Para qué sirve:*** Se trabaja la fuerza en el conjunto de músculos que intervienen en la tracción vertical del cuerpo, de forma coordinada entre ellos. Se utiliza normalmente para generar un buen nivel de fuerza de base en niveles medios y medio-bajos, para trabajos posteriores de mayor calidad. Los trabajos más comunes son de fuerza resistencia y fuerza máxima dinámica por hipertrofia y coordinación intramuscular.
- ***Cómo se realiza:*** Haciendo presa con ambas manos a la misma altura y el cuerpo suspendido de ellas, se tracciona de ambos brazos para subir la barbilla por encima de la línea de las manos, y se vuelve a la posición inicial (dominada o tracción común).
- ***Variantes:*** Manos en pronación o supinación (palmas mirando al frente o hacia nosotros – mayor implicación del bíceps –, respectivamente), con brazos a distinta altura, con un brazo, con lastre, con apoyo de un pie, con gomas, con electroestimulación simultánea…
- ***Especificidad:*** Media, pues trabajan coordinadamente todos los músculos que intervienen en la tracción entre ellos, pero no con el resto del cuerpo que se encuentra suspendido.
- ***Complejidad:*** Media o media-baja, dependiendo de la variante que se use.

Tracción a 2 brazos sin lastre o dominadas

• Campus o Tracciones de brazos con desplazamiento de las manos

- ***Para qué sirve:*** Trabaja de forma coordinada la musculatura de tracción y la coordinación óculo-manual, al haber desplazamiento de las mismas en la realización del ejercicio. Se puede utilizar para muchas cosas, desde trabajos excéntricos puros, de fuerza explosiva, de fuerza rápida, de fuerza resistencia, de fuerza reactiva…
- ***Cómo se realiza y Variantes:*** En este caso, pongo juntos ambos apartados, pues no existe un "ejercicio tipo" en el campus sobre el que se puedan hacer variantes. En general, se pueden hacer trabajos ascendentes, descendentes o combinados, con trabajo de manos (desplazamiento de las mismas) simultáneo (lanzamientos) o alternativo (tipo escalera), en los que variará la distancia de los desplazamientos en función del objetivo que busquemos, el lastre (peso corporal o con adición), etc…
- ***Especificidad:*** Media-alta, pues existe un componente coordinativo mayor que en las tracciones sin desplazamiento de manos, pero se trabaja sin "contar" con el resto del cuerpo (que actúa como lastre) durante la acción.
- ***Complejidad:*** Alta, tanto a nivel coordinativo como físico, se trata de un medio que permite una mejora de la fuerza de tracción con gran calidad, siendo a su vez muy exigente para las estructuras blandas (en continua solicitación), algo que podemos paliar en cierta medida variando el tamaño de la presa – listón que usemos.

• Escalada dinámica

- ***Para qué sirve:*** Trabaja la fuerza justa y precisa que necesitamos para la acción de escalar, que dependerá del tipo de vía que hagamos.
- ***Cómo se realiza:*** Para favorecer la transferencia de fuerza de la musculatura de tracción a la que se necesita realmente para ascender una vía o bloque, debemos diseñar (si es en el plafón) y escalar mediante movimientos que impliquen la necesaria utilización de la fuerza del tren superior. Para ello, debemos variar la inclinación o desplome de la superficie que escalemos (pues favoreceremos distintas coordinaciones de la musculatura de tracción, que se dan al trabajar en ángulos diferentes), y la tipología de movimientos que vayamos a hacer, que deberían ser, eso si, siempre ascendentes.
- ***Variantes:*** No hay 2 vías iguales, ni 2 bloques iguales. Cada uno precisa de más o menos fuerza aplicada de una manera concreta. En la variedad de nuestras escaladas (en roca y plafón) tendremos la clave para formar las coordinaciones necesarias para afrontar cualquier vía, si bien es la escalada en bloque la que más solicita esta cualidad. Concretando un poco más, en el caso del trabajo en plafón, el trabajo de la fuerza de tracción se realiza muy bien en bloques ascendentes de pasos largos, en los que limitemos el uso de pies a presas medianas que nos faciliten en cierto modo el primer impulso o la inercia necesaria para comenzar cada movimiento, algo que no tiene porque ser necesariamente en pie mano.
- ***Especificidad:*** Máxima
- ***Complejidad:*** Variable, dependerá de la dificultad del "problema" en cuestión.

CONSIDERACIONES FINALES

En todos los trabajos que hagamos de fuerza, independientemente de cuál sea, el resultado que obtendremos dependerá de la orientación que le demos al mismo, algo que está directamente relacionado con los componentes de la carga con que los ejercitemos (volumen, intensidad, velocidad, densidad, etc…). A

Ejercicio en campus (ascendente alternativo 2-2)

Las coordinaciones en la musculatura de tracción son diferentes según el plano en el que se escale

este efecto, la consulta de la tabla 1 es de particular ayuda para la determinación de las intensidades de la carga con que debemos trabajar para conseguir uno u otro efecto.

	Fuerza Máxima	Adaptación nerviosa	Índice Manifestación de la Fuerza Máxima (IMF) – Explosividad	Hipertrofia
Cargas altas (90-100%) / 1-3 rep/serie	++	++	+++	+
Cargas ligeras (30-60%) / 6-12 rep/serie	++	+	++	+
Cargas medias (70-85%) / 6-10 rep/serie	++	-	+	++

Tabla 1. Gonzalez y Gorostiaga.

El resto de componentes de la carga: volumen, frecuencia, densidad…, dependerán de las cargas precedentes y de la "experiencia" de cada uno (en cuanto al tiempo que se ha entrenado antes – meses, años... –) para que se puedan producir o no mejoras, es decir, que la carga que apliquemos sea eficaz.

Otro aspecto que debemos tener en consideración a la hora de entrenar la fuerza PARA ESCALAR (no se trata de ser el más fuerte del mundo, sino de escalar más y mejor), es que los entrenamientos que hagamos deberán tender cada vez más hacia una especificad mayor, es decir, hacia un parecido mayor con el esfuerzo real que se debe realizar en el tipo de escalada que practiquemos.

Un ejemplo claro sería la diferencia en cuanto a la fuerza de tracción necesaria para encadenar una vía deportiva larga ó un bloque de 8 movimientos, para los que niveles elevados de fuerza resistencia ó de fuerza explosiva respectivamente, sería lo más indicado, algo que debería ir asentado sobre una buena base de fuerza máxima.

ENTRENAMIENTO PARA ESCALADA 2:
LA FUERZA DE BLOQUEO

¿QUÉ ENTENDEMOS POR…FUERZA DE BLOQUEO?

Es muy común escuchar entre el colectivo de escaladores, sobre todo tras varias horas de escalada bajo la "sombra" de un desplome, frases como: "me falta bloqueo", "ya no bloqueo" o la genuina "bloqueo pa´tras". Hay tantos estilos de escalada como escaladores, y tantas formas de interpretar los movimientos de una misma vía como variabilidad en la antropometría de éstos, pero hablando en particular de la fuerza de bloqueo (o la fuerza de tracción isométrica, que es lo que ahora veremos), podemos afirmar que el tipo de escalada o de escaladores que más la usan son aquellos que tienden a escalar de forma estática.

En el desarrollo de cualquier escalada se suceden una serie de contracciones musculares a nivel de musculatura de tracción que nos ayudan a progresar por la vía, escalemos de forma más o menos estática o dinámica.

Dichas contracciones pueden producir o no el movimiento de nuestro cuerpo hacia cualquier dirección en relación con la pared, o simplemente fijar una postura para realizar un movimiento con otro segmento corporal. A este tipo de contracciones de la musculatura de tracción, en las que no se produce movimiento de la musculatura activa, las llamamos estáticas o isométricas,…., o como suele escucharse vulgarmente, bloqueos.

Uno de los aspectos que caracteriza a la escalada es la gran variedad de manifestaciones de la fuerza que se emplean, pero la realmente determinante del rendimiento es la que en este artículo comenzamos a tratar, la fuerza isométrica, ya que no sólo interviene en el desarrollo estático de los movimientos, sino de forma particular en la prensión de los agarres, lo que hace que podamos seguir escalando la vía o no, aunque este punto lo veremos en otro artículo.

Hemos visto cómo el entrenamiento que debemos hacer orientado a la mejora de la fuerza para la escalada debe tender, conforme pasa el tiempo, cada vez más hacia la especificidad en su aplicación, por tanto, mayor relevancia debería tener el entrenamiento de esta manifestación de la fuerza en función del uso que le demos habitualmente en nuestras escaladas (si solemos escalar muy estáticos).

Profundizando un poquito en las características de la manifestación isométrica de la fuerza, debemos decir que ésta se desarrolla en los ángulos articulares en los cuales se trabaja y no en otros, esto es, que si sólo trabajamos los bloqueos a 90º, en ese ángulo de trabajo tendremos más fuerza, pero no a 120º, ni a 45º ni a 150º….

De forma general, podemos hablar de 2 orientaciones o tipologías de trabajo para la mejora de la fuerza isométrica: una estaría relacionada con la mejora de la resistencia isométrica a cargas medias o bajas, y otra con la mejora de la fuerza máxima isométrica.

El trabajo de resistencia a la fuerza isométrica se lleva a cabo mediante repeticiones hasta la fatiga, que se identifica con temblores por desincronización de las fibras musculares implicadas, con cargas de intensidad media (50-60% de nuestra fuerza isométrica máxima o FIM) o medio-bajas (30-40% FIM); al contrario, el trabajo para la mejora de la FIM, necesita de una estimulación de mayor intensidad (cargas máximas o submáximas, del 90 al 100% de la FIM).

La Fuerza Isométrica Máxima (FIM), la identificamos con la mayor carga que podemos soportar en una angulación dada para un tiempo de 3 a 5 segundos como máximo. Ésta siempre es mayor a nuestra máxima fuerza dinámica.

Un aspecto que debemos tener en cuenta es que el trabajo orientado a la fuerza máxima isométrica (trabajos de 3” a 5” con carga máxima para ese tiempo) somete a gran tensión a las estructuras tendinosas implicadas en la fijación de las articulaciones solicitadas (sobre todo a nivel del codo), por lo que no deberemos realizarlo sin un buen acondicionamiento previo de fuerza de base, tanto dinámico como estático, y con un control absoluto de la carga de trabajo, que nos evite sobrecargas y/o lesiones a posteriori.

MEDIOS, EJERCICIOS Y DEMÁS FAMILIA…

Algunos de los ejercicios que vamos a ver son variantes en la ejecución de los explicados para el entrenamiento de la fuerza de tracción.

• Ejercicios analíticos de musculatura agonista

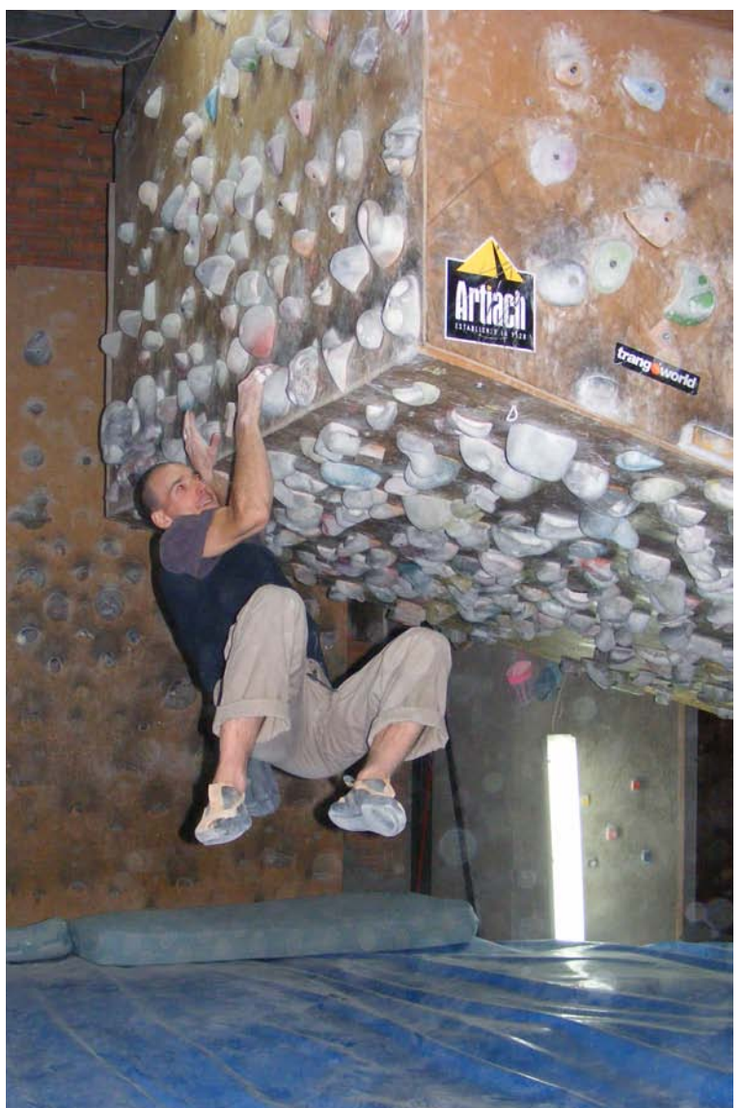
(comúnmente, pesas)

- Para mejorar la fuerza isométrica mediante este tipo de ejercicios, que se pueden realizar con mancuernas, barras, gomas…, simplemente debemos ir alternando fases isométricas en cada repetición (entre 3” y 10”), de mayor duración cuantas menos repeticiones y viceversa. Se trata de una opción más para dar variedad a este tipo de trabajos, ya que se suelen emplear como medio de acondicionamiento, por lo que no tiene más sentido realizar otro tipo de trabajos para la mejora de la fuerza isométrica a través de éstos.

• Electroestimulación

- ***Para qué sirve:*** Se utiliza para muchas cosas, pero en el caso concreto de esta cualidad, como potenciación de trabajos voluntarios, para poder entrenar más en fatiga en la línea en la que se esté trabajando en voluntario (fuerza resistencia, fuerza máxima, fuerza explosiva, etc…).
- ***Cómo se realiza:*** Colocación de los electrodos en el músculo/s concretos, selección del programa adecuado y trabajo a la máxima intensidad soportable para que sea realmente efectivo. La musculatura implicada no se debe mover durante la contracción (debe estar fijada mediante alguna resistencia externa, es decir, trabaja siempre en isometría).

Inventos para el trabajo de la fuerza con electro



Trabajo de la fuerza de tracción sin desplazamiento de manos a 1 brazo

■ ***Variantes:*** Se pueden combinar formas de trabajo simultáneo, voluntario e involuntario (con electroestimulación) al mismo tiempo. No se ha demostrado una mayor eficacia, pero introduce variedad al entrenamiento.

■ ***Especificidad:*** Baja, ya que trabaja la fuerza de forma aislada por cada grupo muscular, sin las coordinaciones necesarias que se precisan escalando.

■ ***Complejidad:*** Baja, pero si nunca hemos usado un electro, mejor comenzar con programas más tranquilos como los de capilarización, resistencia aeróbica…, antes de meternos con los de fuerza en todas sus variantes, por el tipo de sensaciones y la intensidad que requiere su correcto uso principalmente.

• Bloqueos a uno o 2 brazos.

■ ***Para qué sirve:*** El resultado de este ejercicio, que dependerá de la orientación de la carga será, no obstante, una mejora de la fuerza máxima o de la resistencia a la fuerza en la angulación/es en las que trabajemos con cada brazo (o ambos a la vez).

■ ***Cómo se realiza:*** Consiste en ir alternando bloqueos en diferentes ángulos, de entre 3" a 15" (dependiendo del objetivo del trabajo), con uno o dos brazos a la vez (dependiendo del nivel del escalador), desde la posición habitual de tracción a uno o dos brazos (en una barra, en la tabla multipresa, en una presa cualquiera…). Lo fundamental es trabajar entre 3 y 4 angulaciones (cerrado, 90º, 120º y 150º, por ejemplo), pues la ganancia de fuerza isométrica es específica del ángulo en el que se trabaja.

■ ***Variantes:*** Manos en pronación o supinación (palmas mirando al frente o hacia nosotros – mayor implicación del bíceps –, respectivamente), con brazos a distinta altura, con un brazo, con lastre, con apoyo de un pie, con gomas, con electroestimulación simultánea, alternando pasos sin pies por el panel realizando una travesía…

■ ***Especificidad:*** Media, pues trabajan coordinadamente todos los músculos que intervienen en la tracción entre ellos, pero no con el resto del cuerpo que se encuentra suspendido.

■ ***Complejidad:*** Media o media-baja, dependiendo de la variante que se use.

• Combinaciones de trabajo estático y dinámico (campus, tabla, travesías en panel con fases de isometría…)

■ Se trataría de una variante natural del ejercicio anterior, y algo más específica que ésta. Cuando ya tenemos un nivel de fuerza de base suficiente, podemos trabajar con muchísimas variantes de ejercicios dinámicos e isométricos combinados y que, además de ser más entretenidos normalmente, son más parecidos a lo que sucede realmente al escalar, que vamos alternando contracciones dinámicas y estáticas a lo largo de la vía. Como siempre, dependerá de la ori-

Máxima especificidad del trabajo de fuerza isométrica de tracción (pie-mano ascendente)

o del dinámico) como aspecto que marcará la pauta de calidad en el desarrollo del ejercicio.

• Escalada estática.

■ ***Para qué sirve:*** La aplicación de movimientos estáticos en roca o en plafón nos servirá para ampliar el repertorio de gestos concretos en los que debemos ganar fuerza específica para realizarlos con menor esfuerzo. Esto no sólo repercutirá en una ganancia de fuerza o de resistencia a la fuerza en la musculatura de tracción, sino en toda la "cadena" de antagonistas y sinergistas que debe trabajar de forma coordinada para ejecutar cada movimiento.

■ ***Cómo se realiza:*** La escalada estática se apoya en constantes bloqueos para la realización de los movimientos, lo que implica una mayor seguridad en la ejecución de los mismos (aspecto positivo) así como un mayor desgaste físico (aspecto negativo). En este sentido, variar a menudo el tipo de escalada (desplome) y las travesías y bloques sobre los que entrenamos, será la clave.

■ ***Variantes:*** Podemos favorecer la mejora de la fuerza isométrica mediante situaciones de escalada real, ejecutando de forma forzada los bloqueos para la ejecución de los movimientos en estático pero durante más tiempo del necesario, de forma que prioricemos el componente físico sobre el rendimiento final (algo que será más fácil de llevar a cabo en el plafón).

■ ***Especificidad:*** Máxima

■ ***Complejidad:*** Variable, dependerá de la dificultad del "problema" en cuestión.

RESUMEN Y REFLEXIONES

Hemos visto cómo la fuerza, en sus manifestaciones tanto estática como dinámica, tiene su papel en el transcurrir de nuestras escaladas.

La importancia de su desarrollo armónico es relativa al tipo de escalada predominante que llevemos a cabo (si sólo hacemos placas tumbadas, no hace falta que lleguemos a traccionar 5 veces a un brazo) y, sobre todo, debe ir precedida de un trabajo coordinativo y técnico de base fundamental para construir un escalador polivalente y sin barreras futuras, impuestas por la excesiva orientación sobre las cualidades físicas sobre el resto de los aspectos determinantes del rendimiento.

También es cierto que un nivel inicial de fuerza es necesario para comenzar a realizar los primeros "pinitos" en la vertical, pero no un entrenamiento estrictamente dirigido a la mejora de las cualidades físicas.

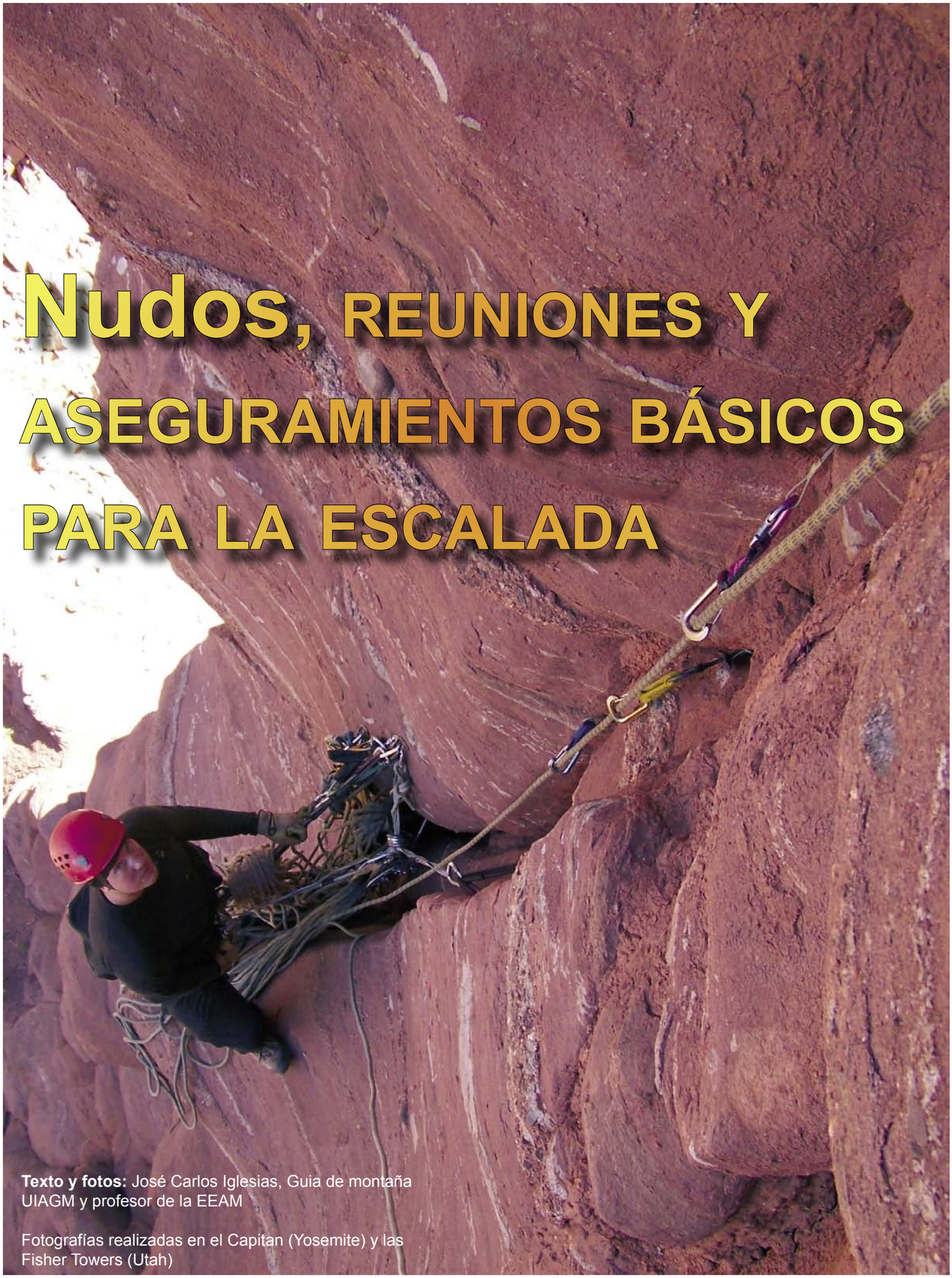
La construcción de un buen escalador pasaría, desde mi punto de vista, por un trabajo jerarquizado desde el principio de este modo: trabajo técnico y psicológico inicial, trabajo táctico, trabajo físico y psicológico final.

En esta serie de artículos se podría decir que hemos empezado por el final, o por lo fácil, el entrenamiento físico, que es en lo que la mayoría nos solemos fijar cuando no encadenamos (me falta bloqueo, no tengo resistencia, etc…).

Muchas veces, es el trabajo anterior de base lo que falla, y a lo que no ponemos remedio por falta de ganas o conocimientos.

Espero que en próximos artículos podáis ir sacando ideas sobre la mejora de estos otros aspectos…, o al menos, esa es la intención. ■

Nudos, reuniones y aseguramientos básicos para la escalada



Texto y fotos: José Carlos Iglesias, Guia de montaña UIAGM y profesor de la EEAM

Fotografías realizadas en el Capitan (Yosemite) y las Fisher Towers (Utah)

La cadena de seguridad está compuesta por una serie de factores que, trabajando al unísono, mantienen al escalador en sus pies. Son factores de seguridad y han de permanecer unidos. La ruptura de uno de tales factores puede producir el desequilibrio en el sistema de seguridad y en consecuencia, un accidente en la cordada.

Son varios los eslabones de tal cadena de seguridad: la cuerda, el arnés, los nudos, la reunión, el sistema empleado para asegurar al compañero, los mosquetones y cintas exprés, los seguros intermedios emplazados en la pared de roca, nieve o hielo, etc.etc. El buen empleo de cada uno de ellos mantendrá a la cordada segura. El mal uso de uno de ellos puede complicar la progresión de la cordada, ante la posible caída de uno de los escaladores.

La cuerda mantiene unidos a los miembros de la cordada. El arnés permite que nuestro cuerpo absorba la presión de una caída minimizando el daño. Los nudos mantienen a los miembros de la cordada seguros y permiten realizar maniobras de cuerda con la confianza necesaria de aguantar la peor de las caídas. La reunión posibilita el relevo de los largos y nos mantiene seguros y atados a la pared. El aseguramiento permite el movimiento del escalador y el frenado adecuado en caso de caída, ayudando a absorber las fuerzas de impacto generadas durante tal proceso. Las cintas y seguros intermedios permiten la absorción de la energía de tal impacto y por lo tanto liberar a la reunión y al compañero de una fuerza excesiva.

Todos los factores de la cadena de seguridad trabajan en conjunto, dependiendo unos de otros. La seguridad de la cordada dependerá del buen o mal uso de cada uno de ellos (foto 1, cadena de seguridad en una cordada en pared).

Durante éste artículo revisaremos los nudos, reuniones y aseguramiento durante la escalada.

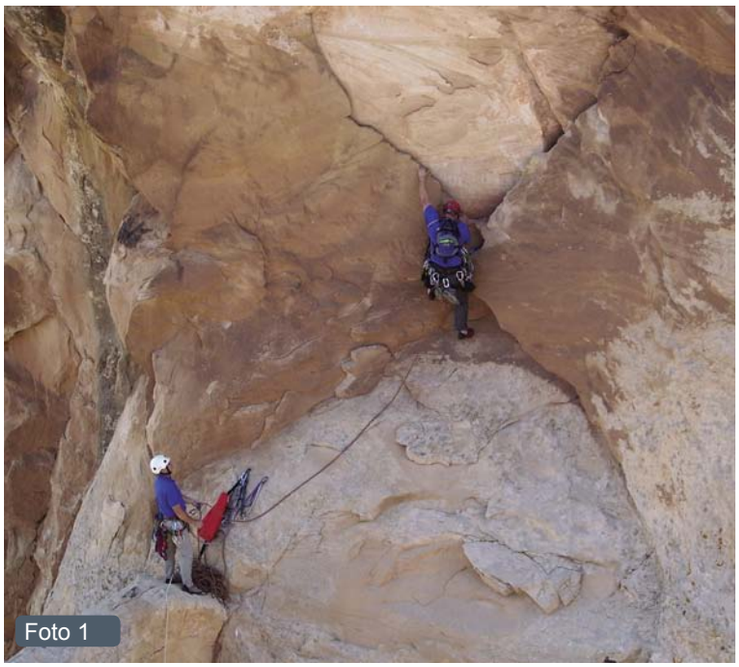


Foto 1

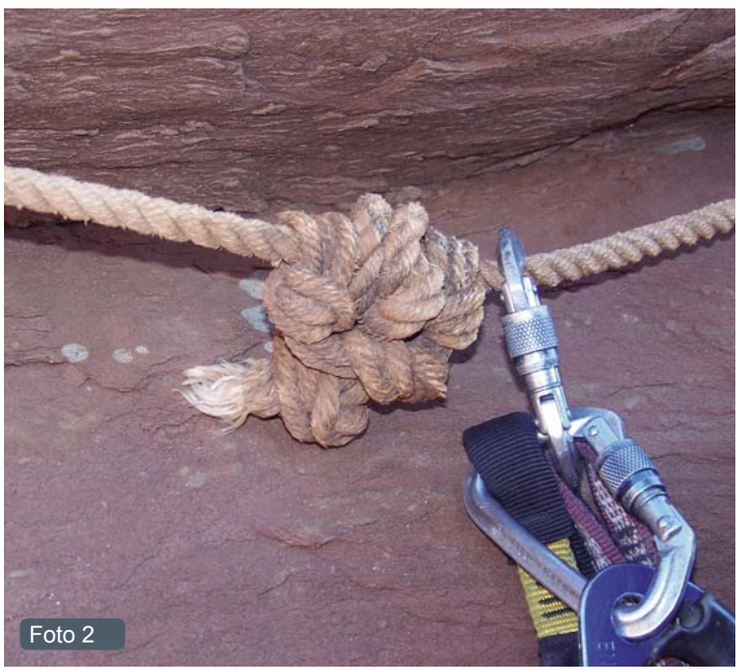


Foto 2

Foto 3

NUDOS

Durante la escalada empleamos nudos para realizar infinidad de maniobras de cuerda. Nudos para atar la cuerda, anclarnos a la reunión, empalmar cuerdas, enlazar cintas y cordinos, fijar cuerdas a los seguros, ascender por cuerdas, etc. etc. Algunos de los nudos son polivalentes y los podremos emplear en diferentes situaciones, mientras que otros son muy específicos y particular a cada maniobra de cuerda. Existen gran cantidad de nudos, la mayoría de ellos originados en los deportes de vela y actividades marineras, y posteriormente aplicados a las actividades montañeras.

Con el transcurso de los años hemos ido adoptando aquellos que se adaptan de mejor manera a nuestras necesidades. Los hemos puesto en práctica y testado en laboratorios con el fin de poder hacernos una idea más clara de su resistencia y grado de seguridad. De ahí la importancia de elegir un pequeño número de nudos que sean útiles y polivalentes, con el fin de eliminar errores y confusiones. Con el fin de ayudarnos a tal elección a la hora de elegir un nudo sobre otro revisemos los siguientes puntos:

- **Resistencia del nudo.** Hemos de intentar emplear los nudos que ofrezcan una mejor resistencia al trabajo destinado a realizar. Hoy en día disponemos de varios trabajos y estudios de resistencias de nudos, realizados en laboratorios y en el exterior. En el año 1998 la Escuela Militar de Montaña y Operaciones Especiales de Jaca realizó un maravilloso estudio de resistencia de nudos para la técnica de escalada. En tal estudio podemos observar los diferentes nudos con sus respectivos números de resistencia y aplicaciones a la escalada. Con ello nos centraremos a elegir un pequeño

surtido de nudos que nos permitan resolver cualquier situación durante la escalada. Hemos de tener en cuenta que la confección de un nudo en la cuerda, cordino o cinta va a reducir la resistencia de tales materiales, en algunos casos incluso hasta el 60 por ciento de pérdida de resistencia. Otras el veces, es mal estado de la cuerda o cintas incrementará el punto de ruptura del material una vez aplicado el nudo. Son algunos de los factores a tener en cuenta.

- **Facilidad de confección.** Cuanto más sencillo de realizar sea un nudo mucho más fácil será el recordarlo. La complejidad puede dar lugar a dudas y frustración. Si el nudo necesita nudo de remates o de refuerzo quizás sea necesario emplear otro más sencillo y sin complicaciones. Los nudos ha de estar bien peinados y rematados con el fin de garantizar su resultado y ser fáciles de reconocer. En la **foto 2** observamos un nudo realizado en una cuerda prehistórica y en una reunión todavía en funcionamiento. Ante la duda de si el nudo está bien realizado o no, hemos de caer en la rutina de incluso deshacerlo y volverlo a confeccionarlo antes de colgarnos de él y poner nuestra vida en juego.

- **Efectividad.** Un nudo ha de ser efectivo y cumplir su propósito de manera rápida y sencilla. En vías largas de pared no podemos perder tiempo confeccionando nudos que son difíciles de recordar o que tenemos dudas de su efectividad.

Nudos de union

Son nudos que emplearemos a la hora de empalmar cuerdas o cintas, bien durante operaciones de rápel o bien durante la confección de anillos de cuerda o cintas.

1. **Nudo de cinta**. Es un nudo simple realizado por chicote, esto es, empleando la punta de un cabo. Es un nudo práctico para unir cintas o cordinos de reunión o anclaje. Es conveniente dejar un sobrante en cada extremo una vez que hayamos finalizado el nudo. Se trata de un nudo que se apretará enormemente una vez que apliquemos peso o carga, siendo difícil de deshacer (lo que en ocasiones nos puede interesar). **Foto 3, abajo.**

2. **Nudo de ocho por chicote**. Realizaremos un nudo en ocho en uno de los extremos de una cuerda y a continuación lo doblamos pasando por él la otra cuerda. Al final un nudo doble en ocho, dejando un poco de sobrante en cada extremo de cuerda. Es un nudo práctico a la hora de empalmar dos cuerdas de diámetro semejante durante las maniobras de rápel o bien cuando fijamos una cuerda directamente a un árbol o bloque. **Foto 3, segundo nudo empezando por arriba.**

3. **Nudo de pescador doble.** Se trata de dos nudos dobles enfrentados y apretados entre sí. Es un nudo ideal para unir cuerdas de diferente diámetro durante maniobra de rápel. También es un nudo práctico para unir cordinos auxiliares. **Foto 3, tercer nudo empezando por arriba.**

Foto 5

Foto 4

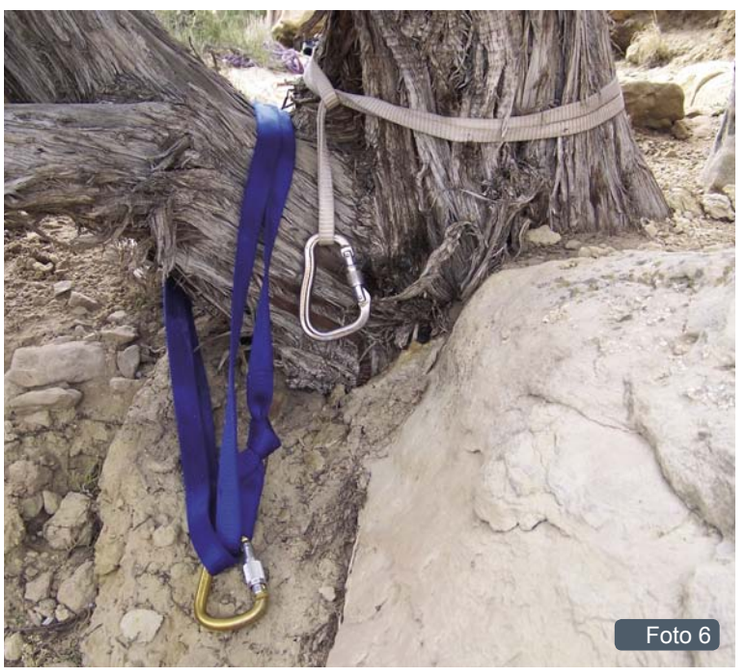


Foto 6

Foto 7

Foto 8

Foto 9

4. **Nudo de cola de vaca.** Los americanos le llaman el nudo europeo de la muerte. Un poco exagerados, creo yo. Es un nudo muy práctico durante maniobras de descenso en paredes surcadas por fisuras y grietas. El diseño del nudo lo mantiene alejado de las grietas y de tal manera evita que la cuerda se nos pueda quedar enganchada en una de ellas. Para confeccionarlo simplemente realizaremos un nudo de gaza simple a unos 20 o 30 centímetros de los extremos de las cuerdas, apretándolo bien. Siempre que mantengamos el peso en la cuerda el nudo se mantendrá apretado pero en el momento que dejemos de pesar o tensionar la cuerda (por ejemplo si nos paramos en una repisa), hemos de tener la precaución de observar que el nudo se mantiene firme y apretado. **Foto 3, nudo de arriba.**

Nudos de anclaje

Son nudos que emplearemos para maniobras de cuerda relativas al fijado de cuerdas, atarnos a la reunión, maniobras de autorrescate, o incluso montaje de reuniones.

1. **Nudo de ocho.** La familia de los nudos en ocho es muy amplia y abarca todos los campos relacionados con la seguridad debido ello a su versatilidad, resistencia y facilidad de confección. Es nudo fácil de hacer y de deshacer. La carga de rotura del nudo es del 62% y el punto de rotura es de aproximadamente unos 1.600 kilos. Es un nudo muy empleado a la hora de autoasegurarnos a la reunión, para fijar cuerdas fijas y durante maniobras de rescate. **En la foto 4, el nudo en ocho a la izquierda.**

2. **Nudo ballestrinque.** Es un nudo muy polivalente y práctico que podemos emplear en todas las maniobras de cuerda. Su facilidad de ajustamiento y su alto grado de seguridad lo hacen uno de los nudos elegidos por los escaladores y grupos de rescate. Lo podemos emplear como autoseguro a la reunión, pues podemos ajustarlo a nuestra conveniencia y siempre permaneceremos asegurados a la reunión. También es muy empleado durante el fijado y ajustado de cuerdas, montaje de reuniones y maniobras de autorrescate. La carga de rotura es del 60% y el punto de deslizamiento sobreviene a partir de una carga aproximada de unos 1.200 kilos. **En la foto 4, el nudo ballestrinque a la derecha.**

3. **Nudo de ocho doble y de dos senos.** Un nudo muy resistente y práctico. Lo podemos emplear para fijar cuerdas o durante el montaje de reuniones. Si los senos los mantenemos juntos e iguales podemos fijar la cuerda directamente al anclaje, con una carga de rotura del nudo del 70% y un punto del rotura de aproximadamente unos 1.900 kilos. Antes de tensar el nudo tenemos la opción de ajuntar los senos a nuestra conveniencia. De tal manera podemos anclar cada uno de los senos independientemente en dos anclajes diferentes, manteniendo el sistema triangulado repartiendo las fuerzas en ambos seguros. Es una manera rápida y sencilla de montar una reunión y al mismo tiempo ahorrar material de montaje de reunión. En la **foto 5** podemos ver una reunión montada con el nudo en ocho de dos senos. El escalador permanece anclado directamente a la reunión y a partir de ella aseguramos a nuestro compañero, en este caso es el segundo de cuerda.

4. **Nudo de alondra.** Este nudo dispone de un diseño frágil y muy vulnerable al soporte de grandes fuerzas, perdiendo aproximadamente la mitad de su resistencia. El rozamiento existente en el material durante su confección hace que limitemos el uso del nudo para solo determinadas ocasiones. Aquellas en las cuales simplemente hagamos uso del peso

de nuestro cuerpo, como por ejemplo cuando atamos una cinta a nuestro arnés durante las maniobras de rápel y así poder anclarnos a la reunión. O para estrangular clavos o rivets durante escalada artificial. En la **foto 6** podemos ver un árbol estrangulado con un nudo alondra de manera precaria (a la derecha) y una cinta alrededor del mismo árbol ofreciendo un mejor anclaje (a la izquierda de la foto).

5. **Nudo romano.** Es un nudo de anclaje diseñado para el montaje de cuerdas fijas, fraccionamientos, maniobras de rescate, tirolinas, etc. Es un nudo muy resistente y que podemos emplear en cualquier tramo de la cuerda, trabajando en línea y sin afectar la carga del otro extremo de la cuerda. En la **foto 7**, el nudo de la derecha.

6. **Nudo de mariposa.** Es un nudo de uso parecido al romano, pero de menor resistencia. Es muy práctico para maniobras sobre glaciares y montaje de cuerdas. En la **foto 7**, el nudo de la izquierda.

Nudos de encordamiento

El nudo más recomendado para atar la cuerda al arnés es el nudo en ocho por chicote. Es un nudo resistente, fácil de realizar y memorizar y no necesita de nudos de refuerzos. En cuerdas nuevas es conveniente apretar el nudo de vez en cuando pues tiende a aflojarse un poco. Es siempre necesario dejar unos centímetros de cabo de sobra. En la **foto 8** podemos apreciar un encordamiento con el nudo de ocho al arnés.

Nudos autobloqueantes

Los nudos autobloqueantes son aquellos que realizamos en la cuerda con el fin de crear rozamiento y bloqueo a la hora de realizar maniobras especiales. Tales nudos serán imprescindibles durante situaciones de autorrescate, ascenso por cuerdas, sistemas de autoseguro durante el rápel, montajes de polipastos, rescate en grietas, etc. Los nudos los confeccionaremos a través del uso de cordinos y cintas simplemente enrollados alrededor de la cuerda.

Tal fricción en la cuerda nos permitirá el empleo del nudo en todas sus capacidades. Una vez que pongamos peso en el nudo éste se bloqueará en la cuerda con el fin de evitar su deslizamiento.

Existen una buena variedad de nudos autobloqueantes y elección va a depender de nuestros objetivos y maniobras de cuerda. Disponemos de nudos con bloqueo unidireccional o bloqueo bidireccional y su empleo también dependerá de la situación en la que nos encontremos.

Foto 10

Foto 11

Foto 12

Como norma general emplearemos para su confección cordinos de un diámetro no inferior a 7 milímetros.

Hemos de recordar que los nudos autobloqueantes realizan su función a través del rozamiento con la cuerda y tal rozamiento va a debilitar la vida del cordino.

De igual manera que hemos hecho al confeccionar otros nudos, los nudos autobloqueantes hemos de peinarlos bien y tensarlos antes de aplicar peso en ellos.

A continuación repasaremos algunos de los nudos autobloqueantes más versátiles a emplear durante la escalada.

1. **Marchard con dos senos.** Es un nudo que bloquea en ambas direcciones, muy práctico y resistente. Daremos varias vueltas alrededor de la cuerda y pasaremos el mosquetón por ambos senos. Es un nudo recomendado para el ascenso de cuerdas y durante la confección de un autoseguro para el rápel. La ventaja de éste nudo con respecto a otros es la de su facilidad de desbloqueo y deslizamiento después de aplicar peso en él. En la **foto 9** arriba a la izquierda.

2. **Marchard con un seno.** Es un nudo unidireccional que se confecciona dando varias vueltas alrededor de la cuerda y pasando el seno inferior del cordino a través del seno superior. Es un nudo muy práctico durante maniobras de rescate y montaje de sistemas de polipastos pues funciona muy bien en combinación con una polea. En la **foto 9** abajo a la izquierda.

3. **Prusik.** Es el nudo autobloqueante más conocido. Es fácil de confeccionar y bloquea mucho. No obstante es nudo difícil de deslizar y desbloquear una vez que le hallamos aplicado peso. Es un nudo práctico durante el encordamiento glaciar. Es un nudo bidireccional y a mayor número de vueltas alrededor de la cuerda mayor rozamiento. En la **foto 9**, arriba a la derecha.

4. **Autobloqueante con mosquetón.** Es un nudo que se realizar atando la cuerda a alrededor de la cuerda y un mosquetón amplio colocado paralelo a ésta. El seno sobrante lo pasaremos por otro mosquetón y del cual nos colgaremos. Es un nudo que se desplaza mejor que ningún otro a través de la cuerda, simplemente

Foto 13

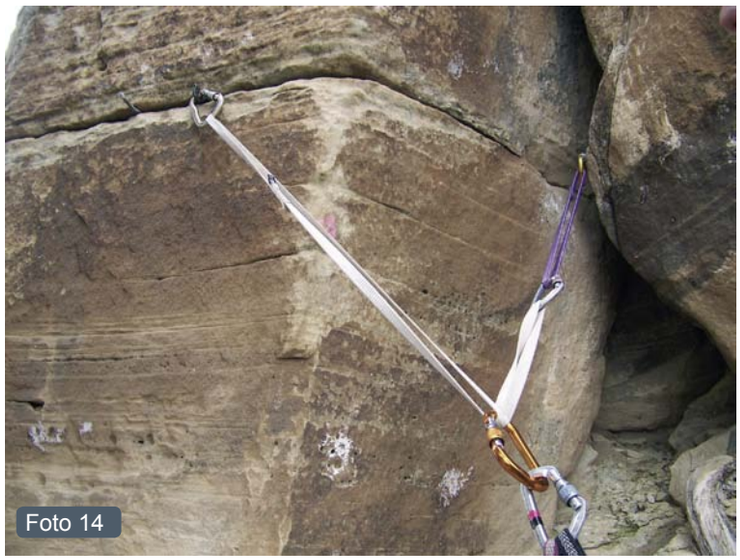


Foto 14

empujando el mosquetón. Hemos de tener la precaución de no agarrar el mosquetón del nudo al mismo tiempo que nos colgamos de él, pues de lo contrario desplazaremos el nudo accidentalmente. Es un nudo unidireccional muy práctico durante el ascenso de cuerdas. En la **foto 9**, abajo a la derecha.

Nudo dinámico

Es uno de los nudos más prácticos de los empleados en cualquier aspecto de las actividades del montañismo. Es un nudo apto para rapelar, para asegurar al primero o al segundo de cuerda, para descender pesos, para realizar maniobras de autorrescate y escape de la reunión, para tensar y bloquear cuerdas con nudos de fuga o para realizar maniobras especiales en pared o terreno glaciar.

Es un nudo que dispone de una capacidad de frenado muy alta y es dinámico, de ahí la ventaja de ser un nudo muy aconsejado para asegurar en largos de cuerda de carácter precario como ocurre durante la escalada artificial extrema o la escalada en hielo.

Es un nudo que todos debemos de conocer en caso de que perdamos nuestro aparato preferido de aseguramiento y rápel.

Se confecciona en un mosquetón ancho o HMS y es fácil de bloquear y desbloquear con peso, ayudados de un nudo de fuga.

Es conveniente que cuando empleemos el nudo para asegurar o rapelar lo hagamos manteniendo los dos cabos de cuerda paralelos con el fin de aprovechar la resistencia del nudo al cien por cien y así mismo evitar rizados en la cuerda.

En la **foto 10** observamos el empleo de un nudo dinámico atado directamente a la reunión para asegurar al segundo de cuerda.

Reuniones

Las reuniones son uno de los elementos más cruciales dentro de la cadena de seguridad. Facilitan el relevo de los largos de cuerda y ofrecen un momento de descanso durante la escalada en pared, tanto en hielo como en roca. Las reuniones han de ser sólidas y a prueba de bombas y al mismo tiempo han de ser efectivas y rápidas de confeccionar empleando el material necesario, sin abusar. Las reuniones fijas hemos de revisarlas sin caer en la rutina de agarrarnos a cualquier cosa que encontramos en la pared.

Comprobaremos que los tornillos de expansión no están flojos o que los clavos se encuentran fijos en la fisura. Las cintas o cordinos también han de ser revisados y comprobar que los nudos son fiables o que el material no está podrido. Si es preciso emplearemos nuestras cintas o cordinos para garantizar la seguridad de la reunión. Normalmente emplearemos un mínimo de dos o tres puntos de seguro a la hora de confeccionar la reunión, dependiendo tal número de la condición de la roca o hielo y del material a emplear.

Si hemos de construir nuestra reunión en fisuras hemos de caer en la rutina de al menos emplear un mínimo de tres puntos de seguro. Si la reunión es fija con un par de seguros químicos, posiblemente la reunión responderá a nuestras necesidades. Hemos de recordar que las reuniones han de ser construidas con el objetivo de poder recibir el peor de los impactos y fuerzas de choque generadas por la caída del primero de cordada. Tirones transversales o en la vertical pueden debilitar y desplazar una reunión de manera peligrosa. A continuación veremos algunos puntos los cuales hemos de tener en cuenta en cualquier montaje de reunión.

- **Triangulación**. Con el fin de compartir el peso de la reunión todos los puntos de seguro han de estar triangulados entre sí. Para ello pasaremos una cinta o cordino de reunión por todos los puntos de la reunión y a través del mosquetón. Realizamos un bucle entre los diferentes puntos y desplazamos la cinta o cordino hasta descansar en el punto central de la reunión y allí en donde queremos ejercer el peso.

- **Redundancia**. Si un seguro de la reunión salta, el siguiente ha de aguantar el tirón del cordino o cinta de reunión. Cada uno de los seguros de la reunión ha de estar protegido por el siguiente, trabajando en conjunto. En la **foto 11** observamos una reunión formada por tres puntos de seguro. Los dos puntos superiores están triangulados a través de un cordino y mosquetón de seguro. El punto de seguro inferior está triangulado a la reunión superior a través de otro cordino y de tal manera crear el punto

Foto 15

central de la reunión, en el cual nos anclamos.

- **Extensión del sistema**. En ocasiones nos puede interesar que la reunión no sufra choques y estiramientos bruscos en el caso de que uno de los seguros de la reunión salte. Para evitar tal extensión hemos de confeccionar un nudo en el punto central de la reunión, de tal manera la reunión no recibirá choques y extensiones peligrosas. En la **foto 12** observamos una reunión de tres puntos triangulada con cordino y anudada en el punto central con el fin de evitar extensión en el caso del fallo de uno de los puntos de la reunión.

- **Angulo**. El ángulo formado por la triangulación del cordino o cinta de reunión ha de ser lo más cerrado y cercano a 0 posible. Para ello intentaremos extender los seguros lo necesario para que tal ángulo no sobrepase los 60 grados. En una reunión de dos puntos un ángulo de 0 grados genera una fuerza del 50% en cada uno de los seguros. En un ángulo de 60 grados un 58%, en un ángulo de 90 grados un 71%, en un ángulo de 120 grados un 100%, etc.etc. De ahí de intentar mantener tal ángulo lo más cerrado posible. En la **foto 13** observamos una reunión compuesta de dos puntos y con una cinta triangulada formando un ángulo excesivo y peligroso, debilitando los puntos de la reunión. Una manera de arreglar tal problema es simplemente extender uno de los puntos, en este caso el de la derecha, con el fin de reducir el ángulo de la triangulación. Así lo podemos apreciar en la **foto 14**.

- **Tiempo**. Las reuniones han de construirse en un tiempo razonable. En vías largas de pared el tiempo es oro.

- **Limpieza.** Las reuniones han de estar bien organizadas y limpias. Los mosquetones de seguro cerrados y los cordinos y cintas ordenados, sin dar lugar a confusiones. Para confeccionar la reunión hemos de emplear el material necesario, sin excedernos y reservar material para el siguiente largo.

Reuniones montadas con la propia cuerda

En ocasiones puede ser interesante montar la reunión empleando la propia cuerda de escalada. Es un sistema rápido y que ahorra material. El inconveniente es el de que estamos atados a la reunión, por lo cual nuestro compañero ha de escalar de primero el siguiente largo. Si lo que hemos decidido es alternar cada largo de la pared, este puede ser un buen sistema de montaje de reuniones. En tal procedimiento también empleamos un trozo extra de la cuerda, algo a tener en cuenta si los largos son ajustados. A continuación veremos un par de ejemplos.

Foto 16

Foto 17

Foto 18

1. En la **foto 5** hemos visto un ejemplo de reunión montada con un ocho de dos senos en dos puntos de la reunión. Nos hayamos atados a la reunión y a continuación podemos asegurar a segundo directamente a la reunión o a través de nuestro arnés con reenvio a la reunión.

2. En la **foto 15** hemos realizado una gaza en la cuerda para poder triangular una reunión formada de tres puntos. A continuación simplemente nos hemos unido al punto central de la reunión con la misma cuerda.

3. En la **foto 16** hemos formado la reunión a través de una combinación de nudos ballestrinques y gazas en ocho. Mantendremos el sistema tenso y triangulado ajustando esos nudos ballestrinques, el de la parte superior de la reunión y el confeccionado en nuestro arnés.

ASEGURAMIENTO

Otra vez más, uno de los puntos importantes de la cadena de seguridad. Asegurar al compañero es una maniobra sencilla, pero es quizás donde cometemos más errores, y en consecuencia, lastimamos al compañero. Aseguramientos en polea o en vías de un largo provocan gran cantidad de accidentes, por no prestar la atención necesaria al compañero que está escalando o siendo descolgado. Hemos de recordar que la vida de nuestro compañero se encuentra en nuestras manos. De ahí la importancia de vigilar la cuerda, asegurar correctamente y estar siempre alerta.

En el suelo hemos de asegurar manteniendo una buena postura alejándonos un poco de la pared y manteniendo el cuerpo en posición estable, siempre alerta ante la posibilidad de recibir un tirón de cuerda. En las reuniones de pared nos ataremos con la cuerda al punto central de la reunión con un nudo ballestrinque o nudo en ocho y a continuación podemos reasegurarnos a otro punto de la reunión, disponiendo de tal manera de dos puntos de anclaje. Recordemos que la cuerda es mucho más segura que cualquier cinta o daisy a la hora de atarnos a la reunión.

Dispositivos de aseguramiento y de frenado

Hoy en día disponemos de cantidad de aparatos de aseguramiento y frenado. Muchos de ellos son simplemente variaciones del anterior modelo y otros, sin embargo, ofrecen alguna innovación nueva. Durante años vemos nuevos productos, unos son aceptados por escaladores debido a su diversidad, y otros, sin embargo caen en el saco de los recuerdos.

Sea cual sea el sistema de freno hemos de elegir aquél que sea práctico, seguro y fácil de manejar.

En la **foto 17** observamos varios ejemplos de aparatos de frenado. Arriba disponemos de un variado sistema de plaquetas de freno. En el centro un ocho. Debajo un grupo de aparatos automáticos y semiautomáticos.

Las plaquetas ofrecen un sistema de frenado mucho más dinámico que aquellos automáticos, algo a tener en cuenta en determinadas situaciones. Sea cual sea el sistema de freno hemos de asegurar de manera eficiente. Al primero de cuerda hemos de asegurarlo directamente al arnés, pues de tal manera el asegurador absorbe parte de la fuerza generada durante una caída. Una vez que el primero salga de la reunión colocará una pieza de seguro con el fin de evitar caídas de factor 2.

En la **foto 18**, vemos el aseguramiento al primero de cuerda. Al segundo de cuerda también podemos asegurarlo al arnés, pero con un reenvio de cuerda a un punto de la reunión.

En la **foto 19** vemos como aseguramos al segundo de cuerda con una plaqueta de freno y un reenvio de cuerda a un punto superior de la reunión. De tal manera el aseguramiento es mucho más cómodo y fácil de realizar. Si el segundo se cae simplemente nos subirá un poco en la reunión, gracias al efecto polea. El punto en el cual colocamos el reenvio puede ser una de las triangulaciones auxiliares de la reunión o un buen punto de seguro de ella. Si no colocamos el reenvio en la reunión la caída y peso del compañero nos tirará malamente del arnés. Si además hemos de improvisar una maniobra de autorrescate o izado del compañero será más complicado que cuando colocamos el reenvio en la reunión.

En la **foto 20** observamos el aseguramiento del segundo directamente al arnés. Durante el aseguramiento siempre hemos de mantener la cuerda de frenado baja con el fin de ayudar en la frenada. Incluso cuando damos cuerda al primero o recogemos

Foto 19

Foto 20

Foto 21

cuerda al segundo intentaremos mantener la mano del freno baja. La otra mano simplemente ayudará a mover la cuerda a través del aparato. Incluso durante el empleo de aparatos mecánicos ejerceremos tal rutina de aseguramiento.

También podemos asegurar al segundo directamente a la reunión. Es fácil si empleamos para ello un aparato de freno automático (tipo grigri) o semiautomático (tipo reverso), pues la cuerda bloquea en la dirección de caída. Ataremos el sistema de bloqueo al punto central de la reunión y lo atenderemos con ambas manos.

En la **foto 5** vemos otra vez un reverso colocado en la reunión para asegurar al segundo de cuerda. También será fácil asegurar al segundo directamente a la reunión empleando para ello un nudo dinámico, como podemos apreciar en la **foto 10.**

De ninguna manera aseguraremos al segundo de reunión mediante una plaqueta de freno u ocho atados directamente a la reunión y sin haber realizado un reenvio de cuerda. Es peligroso al carecer el sistema de rozamiento, como apreciamos en la **foto 21.**

Las normas de seguridad las aplicaremos por igual durante la escalada en roca, hielo o nieve, con la única diferencia del material específico destinado al terreno de juego elegido.

Como hemos visto, el fallo de uno de los eslabones en la cadena de seguridad producirá el deslizamiento del sistema. La única manera de evitarlo es prestar atención y realizar las maniobras de cuerda con seguridad:

- **Elección de una buena cuerda.**
- **Anclaje correcto al arnés.**
- **Elección y confección del nudo adecuado.**
- **Colocación del fisurero y posterior pase de cuerda.**
- **Colocación correcta de cuerda a través de la chapa.**
- **Montaje de una reunión segura y adecuada.**
- **Aseguramiento correcto del compañero.**

Una vez que tengamos las ideas claras con respecto al buen uso del material y de la técnica específica relativa a nuestra actividad solo nos quedará el trabajo de disfrutar de nuestra escalada. Con ganas. ■

MATERIAL

Anasazi verde, Five Ten

Pie de gato para escalada de dificultad que combina sensibilidad y precisión, una poderosa herramienta para escalada deportiva. La media suela se moldea alrededor del tobillo sujetándolo y manteniendo la suficiente rigidez para filos delgados.

- Nueva suela Stealth® ONYXX™.
- Forro exterior Cordura sintético.
- Cierre con cordones.
- Color: verde

Miura XSV Women's

Nueva versión del clásico Miura, pero con una horma especial para las escaladoras. Este pie de gato está especialmente diseñado para la escalada de alta dificultad.

Su verdadero poder se muestra a partir de 6c. Su forma asimétrica permite un canteo impresionante en minúsculas presas y agujeros, y su diseño combado hace que esto ocurra con sensibilidad sin sentir la zapatilla como una tabla. También excelentes en panel o rocódromo, debido a su apoyo en el dedo gordo y a su único punto de torsión bajo el arco que le dan flexibilidad cuando es necesario. Excelente sujeción, se siente como un guante y en ningún momento patina el pie en él.

- Exterior: Ante, construcción tubular.
- Forro: Dentex.
- Suela: Vibram® XS Grip de 4 mm.

Moab velcro, Rock Pillars

Moab es el primer modelo de la marca Rock Pillars, con excelentes características que lo hacen un pie de gato ideal para boulder y rocódromo.

- Diseño Shoelast, fabricado en cuero natural y sin forro.
- Lengüeta perforada.
- Sistema de atado de velcro muy rápido y práctico con detalles de silicona para mejorar su agarre.
- Talón con dos tiradores para mejorar su calzado.
- Suela de 2,5 mm de Vision 228 y media suela de 1,3 mm de Troniflex.

MATERIAL

Pontas velcro, Evolv

Pie de gato muy técnico desarrollado por Chris Sharma

- El gran escalador Chris Sharma ha desarrollado este pie de gato para sus actividades. Ajusta como un guante y funciona de maravilla en todo tipo de escaladas técnicas: microregletas, extraplomos, y en general todo tipo de movimientos que requieran de un gran trabajo de pies. Su sistema de ajuste hace que siente como un guante.
- La suela está fabricada con goma TRAX XT-5 de 4.2 mm, que según el propio Sharma “es la mejor mezcla que he encontrado en el mercado entre dureza y agarre, y durabilidad.
- Parte superior en piel sintética Synthatek, no elástica, y forro de fibra de algodón.
- El talón de Aquiles tiene un diseño que permite ajustar perfectamente sin dejar espacio muerto y sin molestar. Ayuda mucho a la hora de talonear.

Ra, de Tenaya

Ra es un pie de gato de altas prestaciones técnicas que sorprende por su facilidad de uso, por su comodidad y sobre todo, por su extraordinario respuesta en las situaciones más exigentes. Construido sobre una horma con el mismo grado de asimetría que su predecesor el modelo Aqua +, esta pensado para adaptarse a los requerimientos del pie en la escalada de máxima dificultad. Su combinación de materiales y el perfecto equilibrio entre todas sus prestaciones hace que sus resultados sean sorprendentes tanto sobre cantos difíciles y presas microscópicas como en los más duros trabajos de fricción y adherencia.

- Material: Microfibra.
- Color: Blanco.
- Cierre: Velcro.
- Forro: Algodón tratamiento TXT.
- Plantila: TST.
- Palmilla: 1-D PLT 10.
- Suela: Vibram XS Grip 4mm.

- Exterior en ante combinado con Lorica® de construcción tubular.
- Suela Vibram® XSGrip 3,5 mm.

Solution, La Sportiva

Revolucionarios pies de gato desarrollados para Boulder y Bloque. Frente a los problemas técnicos que la roca te planteará, el modelo “Solution” responde muy bien, gracias a las innovaciones y nuevas tecnologías con el que está pensado. El exterior adopta la tecnología Lock Harness system®, nuevo sistema ajuste para los cordones, que unido a la particular construcción del talón permite tener una excelente sensibilidad desde la punta de los pies hasta los talones. El sistema rand P3®, Permanent Power Platform, es parte activa en el funcionamiento, trabaja en sinergia con la planta distribuyendo y manteniendo la tensión de modo constante todo el tiempo. El innovador y rápido sistema de lazado, Fast Lacing system® una lengüeta en tejido elástico permite una óptima regulación de volúmenes interiores.

NUEVO ARNÉS DE ESCALADA DEPORTIVA BLACK DIAMOND UN PESO PLUMA

Para la primavera de 2008, Black Diamond presenta un nuevo y radical arnés para la escalada deportiva. El Ozone impresiona a los escaladores deportivos expertos por su ligereza, reducido volumen y máxima libertad de movimiento. Su secreto se llama Kinetic Core ConstructionTM (KC2), un proceso de laminado triple con un polímero de cristal líquido que proporciona una fuerza de tensión extrema. Este proceso también se utiliza en la confección de los trajes especiales de la NASA.

Durante más de 50 años, los arneses de escalada han sido uno de los productos de referencia de Black Diamond. Con el nuevo arnés de escalada deportiva Ozone, este especialista del material de escalada reafirma su liderazgo en el sector una vez más.

El proceso de fabricación tradicional de arneses de escalada basado en el tejido más el acolchado ha sido completamente remplazado por la tecnología KC2. En este proceso, empleamos varias fibras con polímeros de cristal líquido (LPC) distribuidas uniformemente a lo largo del eje horizontal del alma del arnés. Se trata de los componentes que soportan la carga.

Se laminan entre dos capas de tafetán ligero y se endurecen. Esta construcción permite distribuir las cargas por toda la estructura del arnés y hace innecesario el uso de acolchado. El revestimiento de la construcción KC2 queda reducido a una liviana malla de nylon transpirable y agradable. Las láminas de LCP/tafetán dejan paso a una malla tejido convencional en la a parte delantera del arnés que permite el ajuste del arnés mediante una hebilla de ajuste rápido. El arnés incorpora dos anillos porta material de polietileno con un refuerzo interno de nylon.

Pensado para la escalada deportiva de alto nivel, con sólo 320 gramos de peso, el Ozone ofrece plena libertad de movimientos. El corte cónico ergonómico le confiere un gran confort y una sujeción óptima. El Ozone es considerablemente más liviano, ligero y confortable que la mayoría de arneses de escalada del mercado. Y todo a un imbatible PVP recomendado de 89,90 euros.

El Aura es la versión del Ozone para mujer, diseñado exclusivamente para la figura femenina. Aún es más ligero (300 gramos) y está disponible en color limón.

YA ESTÁ AQUÍ GORGS OTRO AÑO MÁS

Y esta vez viene acompañado de la mano de "Mayencos", el resultado de la unión de los comités de barrancos de las Federaciones Aragonesas de Montaña y Espeleología. Esto supone un compromiso de cuatro federaciones (FAM, FEC, FEEC y FAE), apenas imaginable, trabajando por un mismo objetivo: promocionar y difundir de forma sostenible y respetuosa la actividad del Barranquismo.

El lugar escogido para el encuentro es Morillo de Tou (Aínsa), sin duda alguna, uno de los lugares más privilegiados para realizar esta actividad. Durante los días 12, 13 y 14 de Junio se espera una gran afluencia de deportistas al evento dispuestos a disfrutar en compañía de un gran fin de semana. Esperamos poder disfrutar de uno de los mejores encuentros de barranquismo en el panorama internacional actual. A todos aquellos que se estén iniciando o no conozcan dicho evento, conviene que se den una vuelta por el apartado de historia en la web oficial del encuentro, www.gorgs-mayencos.org. Os iremos informando sobre todas las novedades que se produzcan hasta su celebración.

HAGLÖFS: PIONERO EN PLANTILLAS ADAPTABLES EN TODO SU CALZADO.

A partir de primavera del 2009, Haglöfs equipará todo su calzado con unas plantillas que se adaptan a la forma del pie. Haglöfs es el primer fabricante de calzado outdoor en introducir esta innovación.

Las plantillas son de la marca SOLE. Se adaptan a cualquier individuo y tienen un número importante de características que promueven el bienestar y la comodidad.

Una forma anatómica que sujeta al pie desde el talón hasta los dedos.

Un soporte en forma de arco evita que el pie se arquee a cada paso. Los apoyos de arco contrarrestan el impacto perjudicial.

Una profunda carcasa estabiliza el pie dentro del zapato al mismo tiempo que refuerza la absorción natural del talón.

Alivio para todo el cuerpo
Su forma anatómica consiste en que SOLE corrige la postura y distribuye el peso del cuerpo que impide que surjan puntos de presión que dañan al individuo.

Una plantilla tradicional no puede prever la misma ayuda porque no se adapta al pie. La forma anatómica SOLE garantiza la ayuda necesaria para mejorar el ángulo del pie, de este modo, es capaz de reducir el riesgo de heridas en el pie, tobillo, caderas y espalda.

Se adapta al pie
La única plantilla cuyo material se adapta a la forma del pie del usuario. Antes de ser usada por primera vez, la plantilla puede calentarse en un orno durante unos minutos a 90ºC. La adaptación al pie también tiene lugar gradualmente conforme este se vaya calentando.

Con esta nueva plantilla, Haglöfs da un paso de gigante en el desarrollo del calzado outdoor. Algo en lo que antes necesitaba una inversión previa, ahora se puede formar parte con la correcta elección del calzado outdoor Haglöfs.

Para más información: www.haglofs.se

barrabes
www.barrabes.com

BARRABES BENASQUE
Ctra Francia s/n.
Benasque (Huesca)

BARRABES MADRID
Vestimenta Técnica
para Montaña
C/Orense 56

BARRABES OUTLET HUESCA
Restos de stock
Polígono Sepes. Ronda
Industria 1-3

THE NORTH FACE MADRID
C/ Velázquez 35

ATENCIÓN AL CLIENTE Y VENTA A DISTANCIA
www.barrabes.com
Tel. 902 14 8000
atencioncliente@barrabes.com

barrabes
www.barrabes.com

TIENDAS Barrabés

MADRID
VESTIMENTA TÉCNICA PARA MONTAÑA

Calle Orense, 56
28020 MADRID
Teléfono: 91 556 80 35
www.barrabes.com/madrid

Lunes a sábado | de 10 a 21
Domingos y festivos | Cerrado.

Metro | Línea 10 - parada Cuzco
Autobuses | Líneas 149, 126, 5 y 3

BENASQUE
ESQUÍ Y MONTAÑA

Edificio Barrabés, Ctra. Francia s/n
22440 BENASQUE (Huesca)
Teléfono: 974 551 351

www.barrabes.com/benasque
Lunes a domingo | de 10 a 14:00 y de 16:30 a 21:00

INTERNET
VENTA A DISTANCIA

web: www.barrabes.com
e- mail: atencioncliente@barrabes.com
telf: 902 14 8000

Lunes a viernes | de 10 a 14:00 y de 16:00 a 20:00

TAMBIÉN EN:

OUTLET HUESCA
Restos de stock

Polígono Sepes. Ronda Industria 1-3

THE NORTH FACE MADRID

C/ Velázquez 35
Madrid

THE NORTH FACE BENASQUE

C/ Mayor 5
Benasque (Huesca)

+ realize.thenorthface.com/eu

THE NORTH FACE

NEVER STOP EXPLORING™

SUMMIT SERIES™

John Griber | Gasherbrum II approach, Karakoram Range | Photo: Kristoffer Erickson