

GRANDES ESPACIOS

AÑO XIV - Nº 146
JULIO-AGOSTO 2009
3,80 €

TURISMO ACTIVO



+



NOVEDAD EDITORIAL
Refugios del Pirineo

ESPECIAL

PIRINEOS

SENDA DE CAMILLE, CAMÍ DE L'ÓSSA Y CAMIN REIAU
ARAMON BIKE Y PEDALS DE OCCITÀNIA

**a pie
y en bici**

Consigue en
el interior estas
**ZAPATILLAS
ALTUS**



EL AÑO DE RUSSELL
Seis objetivos russellianos



Pirineos a pie y en bici

EN el momento de cerrar esta edición nos llega la noticia de que el parque nacional de Aigüestortes está ultimando un itinerario que rodea al parque yendo de pueblo en pueblo. El circuito se llama Camins Vius, caminos vivos, un nombre tan interesante como el país que atraviesa. No era posible preparar un reportaje de Camins por falta de tiempo, y además -nos advirtieron- no estará totalmente terminado para el mes de agosto. Pero hemos tomado nota. Lo mismo nos sucedió el pasado año con la Senda de Camille: se inauguró tan cerca de la

salida del monográfico de Pirineos que nos faltó cintura para publicar la primicia. Nuestros lectores han tenido que aguardar casi un año, pero la espera valía la pena. Algo nos dice que este circuito de excursionismo (o de trekking, como se dice ahora), el primero organizado fuera del Pirineo catalán, va a ser un éxito. El mismo que deseamos para el Camin de l'Óssa, pionero de Andorra. Como se sabe, el Principado tiene un único refugio guardado, pero a cambio ofrece una excelente red de refugios libres. Pues bien, un grupo de empresarios de Encamp ha organizado su propio circuito de montaña, y también con un oso como protagonista, el que ilustra el escudo de la parroquia.

Ganan terreno en Pirineos a enorme velocidad los circuitos de larga distancia para bicicleta de montaña. Abrieron fuego hace un lustro los organizadores de la popularísima Carros de fuego con su versión ciclista, Pedals de foc, y tan buen resultado les está dando que este año estrenan otro viaje de la misma naturaleza. Lo han llamado Pedals de Occitània. A los atentos vecinos aragoneses no se les ha escapado el interés que tiene este «producto» turístico y la poderosa empresa semi pública Aramon ha decidido probar suerte con dos rutas de corte parecido.

Con todas estas ofertas, recién creadas como aquél que dice, hemos compuesto un monográfico pirenaico, que si tiene algo de bueno es que a más de uno le solucionará el recurrente dilema del verano ¿Qué hacemos estas vacaciones? ■ [Dioni SERRANO]



SENDA DE CAMILLE 22 • CAMIN REIAU 34 • RUTAS ARAMON BIKE 42 • PEDALS DE OCCITÀNIA 48 • ITINERARIOS ECOTURÍSTICOS DE ANDORRA 54 • EL AÑO DE RUSSELL 62 • 20 REFUGIOS 40 ASCENSIONES 70 •

ZONA OUTDOOR 83

NOTICIAS DEL MUNDO OUTDOOR 84 • ENTREVISTA: JAVIER GÓMEZ NOYA 86 • ALIMENTOS ENERGÉTICOS 90 • ENTRENAMIENTO: CAMBIOS DE RITMO 92 • ALIMENTACIÓN: ANTIOXIDANTES 94 • RAID WIAR 96 •

EDITA: Ediciones Desnivel S.L. C/ San Victorino nº 8 • 28025 Madrid • Teléfono: 913 602 242 • Fax: 913 602 264

Director: Darío Rodríguez (dariosdesnivel@desnivel.es). Página web: www.desnivel.com

Redactor jefe: Dioni Serrano: 913 602 247 (grandespacios@desnivel.es). Director de arte: Andrés Pérez Muñoz (enter@desnivel.es). Redacción: Sergio Prieto: 913 602 271 (sergio.prieto@desnivel.es).

Infografía: Benito Lamas. Digitalización: Roberto Blázquez. Producción y comunicación: Josué Crespo: 913 602 249. (josue@desnivel.es). Webmaster: José Yáñez (webmaster@desnivel.es).

Archivo fotográfico: Andrés Pino: 913 602 288 (bancoimagen@desnivel.es). Administración: Mayte López Saura: 913 602 620.

Directora de publicidad: Ana Vinuesa (ana.vinuesa@desnivel.es). Jefa de publicidad: Yolanda Castro (yolandacastro@desnivel.es). Ejecutiva de cuentas: María Angeles Trujillo (mariangeles@desnivel.es).

Suscripciones: Esther Rodríguez (de 8:30 a 18:30 h) 902 902 156 (suscripciones@desnivel.es).

Pedidos: Librería Desnivel. 902 248 848. Distribución: Mª José Santamaría: 913 602 284 (distribucion@desnivel.es). Envíos: Ramón Díaz, Pedro Montes y Jorge Rodríguez.

Imprime: Imprimex. Papel ecológico (totalmente libre de cloro). Distribuye: SGEL: 916 576 900. Sobreporte envío a Canarias: 0,15 euros sobre precio de portada.

Prohibida la reproducción sin permiso escrito de GRANDES ESPACIOS. Depósito Legal: M-39544-1995