

Índice

Prólogo: <i>Las catedrales de la Tierra</i>	7
Introducción	15
Teléfonos y direcciones útiles	18
La Cordillera Cantábrica	19
1. Curavacas (2.524 m)	24
2. Espigüete (2.451 m)	27
3. Peña Prieta (2.575 m)	31
4. Peña Ubiña (2.417 m)	36
La Sierra de Gredos	39
5. Almanzor (2.592 m)	42
6. La Galana (2.568 m)	47
7. Ameal de Pablo (2.489 m)	51
8. Morezón (2.393 m)	54
9. Casquerazo (2.437 m)	57
10. Cerro de los Huertos (2.459 m)	60
11. La Mira (2.341 m)	63
12. Gran Galayo (2.216 m)	67
La Sierra de Guadarrama	71
13. La Maliciosa (2.227 m)	74
14. Cabezas de Hierro (2.383 m)	77
15. Peñalara (2.429 m)	80
16. Yelmo (1.716 m)	83
Los Picos de Europa	87
17. Picu Urriellu o Naranjo de Bulnes (2.519 m)	92
18. Torre Cerredo (2.648 m)	98
19. Pico de los Cabrones (2.553 m)	103
20. Peña Santa o Torre Santa (2.596 m)	106
21. Peña Vieja (2.613 m)	111
22. Tesorero (2.570 m)	115
23. Torre de los Horcados Rojos (2.506 m)	117
24. Llambrión (2.642 m)	120

Los Pirineos	125
25. Bisaurín (2.669 m)	130
26. Midi d'Ossau (2.884 m)	134
27. Pico y Vértice de Anayet (2.545 y 2.559 m)	138
28. Balaitús (3.144 m)	142
29. Gran Facha (3.005 m)	147
30. Garmo Negro (3.066 m)	150
31. Algas (3.024 m)	154
32. Argualas (3.046 m)	157
33. Picos del Infierno (3.083 m)	160
34. Pique Longue o Grand Vignemale (3.298 m)	163
35. Monte Perdido (3.348 m)	167
36. Cilindro de Marboré (3.325 m)	172
37. Taillón (3.146 m)	175
38. Casco (3.012 m)	179
39. Posets (3.375 m)	183
40. Aneto (3.404 m)	187
41. Maladeta (3.308 m)	192
42. Besiberri Nord (3.015 m)	196
43. Comaloforno (3.029 m)	200
44. Pica d'Estats (3.143 m)	203
Sierra Nevada	209
45. Veleta (3.396 m)	212
46. Cerro de los Machos (3.327 m)	217
47. Mulhacén (3.479 m)	220
48. Mulhacén por la Alpujarra	224
49. La Alcazaba (3.364 m)	229
50. Puntal de la Caldera (3.219 m)	233
Índice de dificultad y tiempo estimado	236

Introducción

Prácticamente la totalidad de las guías de alpinismo que circulan en el mercado se centran exclusivamente en tal o cual cordillera o, incluso, en un pico concreto. Esto se debe, en parte, a que la limitación del área cubierta por una guía reduce enormemente el esfuerzo necesario para reunir información con un grado de detalle que garantice la calidad de la guía. Por el contrario, ampliar el área multiplica considerablemente los esfuerzos, y hacer esto sin mermar la fiabilidad de la guía representa todo un reto. *50 ascensiones clásicas* quiere ser la primera guía de montaña que abarca la totalidad de la península Ibérica sin dejar de ofrecer datos fiables al cien por cien, útiles tanto para quienes desean iniciarse en la alta montaña como para quienes buscan descubrir nuevos paisajes. La precisión de las indicaciones la garantiza el hecho de que hayan sido cuidadosamente recogidas por el propio autor al realizar cada una de las ascensiones.

En España, el concepto de «alta montaña» se refiere generalmente a las zonas situadas por encima de los 1.700 m de altitud. Se trata de lugares caracterizados por un relieve muy accidentado, expuesto a la acción constante de los procesos geológicos, y por unas condiciones climáticas poco habituales para el organismo humano como baja presión atmosférica, gran sequedad del aire, bajas temperaturas y elevada irradiación ultravioleta. En la alta montaña ibérica, estas condiciones no obligan al proceso de aclimatación imprescindible en otras partes del mundo, pero sí deben tenerse presentes y adoptar determinadas precauciones para disfrutar la montaña plenamente y sin contratiempos.

Entre estas precauciones destacamos aquí las siguientes: la utilización de **vestimenta apropiada** con ropa interior térmica de fibras sintéticas (*evita a don algodón*), varias capas de abrigo intermedio (*administrálas para no sudar ni tiritar*), capa exterior impermeable y transpirante, casco y/o gorro (*si tienes los pies fríos, abrígate la cabeza*) y calzado adecuado (*no estrenes en una ascensión*); la **dosificación del esfuerzo**, manteniendo un ritmo de ascenso suave y constante (*si quieres acabar como un chaval, anda como un viejo*), que no lleve en ningún momento a la extenuación ni obligue a descansar cada pocos minutos; la **protección contra la agresión solar** mediante cremas y gafas; y el **mantenimiento de una hidratación correcta** ingiriendo líquido y alimentos en dosis pequeñas pero regulares (*bebe antes de tener sed*).

Naturalmente la lista podría ser mucho más larga. Las ascensiones de alta montaña transcurren en entornos donde nunca está de más contar con conocimientos específicos sobre el lugar y otros de carácter técnico (orientación, equipamiento, técnicas de escalada, etc.) para afrontar con seguridad cualquier contingencia imprevista. Si no se dispone de suficiente experiencia y conocimientos, es aconsejable contratar los servicios de un guía de montaña que nos acompañe y nos facilite la ascensión, garantizando las medidas de seguridad apropiadas. Otra opción, es acumular experiencia y formación realizando primero las ascensiones más sencillas o siguiendo cursos donde se aprendan las técnicas necesarias para disfrutar de la alta montaña con la mayor seguridad posible.

Las ascensiones aquí descritas están graduadas en tres niveles de dificultad: baja, media o alta.

Dificultad baja (grado I) significa que se trata de terreno fácil donde es necesario utilizar las manos sólo ocasionalmente y que en el periodo invernal las pendientes de nieve no superan los 35° de inclinación.

Dificultad media (grado II o III) indica que el terreno es escarpado y que la ascensión incluye tramos de trepada donde hay que utilizar las manos pero abundan las presas; en condiciones invernales, habrá que superar pendientes nevadas de más de 35° de inclinación.

Dificultad alta (grado IV o superior) implica un terreno muy empinado que requiere la utilización de cuerda. Es donde empieza la escalada propiamente dicha. El **grado V** supone ya una escalada difícil que requiere aseguramiento sistemático (utilización de cuerda, arnés, aparatos de aseguramiento, montaje de reuniones y colocación de seguros intermedios). A partir del **grado VI**, se trata de un terreno reservado a escaladores experimentados.

En esta guía, el lector encontrará **una única ascensión de dificultad alta**: la *Sur Directa* o *Directa de los Martínez* al Pico Urriellu o Naranjo de Bulnes. También hay varias ascensiones de **dificultad media-alta** como el Cerro de los Huertos, en la Sierra de Gredos, o Peña Santa y el Pico de los Cabrones, en los Picos de Europa. Esta gradación indica que las ascensiones incluyen varios pasos de grado III o III+ donde es recomendable el uso de cuerda y material de escalada sobre todo en el descenso.

La guía describe 50 ascensiones a 49 montañas (se presentan dos rutas en el Mulhacén). La lista comprende los picos más representativos de la península Ibérica, pero también otros menos conocidos aunque no menos dignos de descubrir por su belleza paisajística u otros atrac-

tivos especiales. Lógicamente, las ascensiones están agrupadas por cordilleras o macizos montañosos. Cada grupo va encabezado por una breve **introducción** con los datos más relevantes del sistema, una **ficha de información práctica** y un **mapa general** donde se muestran las vías de acceso y se marcan los picos numerados conforme a las distintas ascensiones. A su vez, la descripción de cada ascenso va complementada con una **ficha técnica** donde se sintetizan los datos más importantes para planificar debidamente la ascensión, un **plano** donde se marca la ruta en su entorno inmediato y **una o varias fotografías** que ilustran la ascensión con imágenes reales.

En la **ficha técnica**, el **tiempo estimado** no incluye el tiempo de las paradas, por lo que para calcular la duración real de cada ascensión debe añadirse un 10 o 20 por ciento, en función de los descansos que se hagan y de la forma física en que se esté. Además, tampoco se incluye el tiempo del descenso. El concepto de **ascenso acumulado** debe entenderse como la suma de los tramos inclinados que se ascienden en todo el recorrido. Este concepto es más relevante que el desnivel que puede calcularse sobre un mapa, ya que indica los metros de ascenso real. Es recomendable utilizar el mapa indicado en el apartado de **cartografía**.

La descripción de las rutas de ascenso se hace con indicaciones detalladas, procurando que el lector disponga en todo momento de referencias claras. Los datos cronométricos corresponden a un ritmo medio de ascenso de unos 400 m de desnivel por hora, excluyendo los puntos con dificultades técnicas que obligan a aminorar el ritmo. Las altitudes intermedias se han tomado con altímetro, por lo que puede haber algún grado de inexactitud, sin que ello deba conducir a ningún error. Sin embargo, la altitud de cada cumbre corresponde con la indicada en los mapas recomendados en el apartado de cartografía de las fichas técnicas.

En las fotografías en que aparece marcado el itinerario, la cima se indica con un pequeño triángulo. Cuando éste no aparece, debe entenderse que la última parte de la ascensión no es visible desde el punto en que está tomada la instantánea. Asimismo, los tramos de itinerario no visibles por estar ocultos tras algún accidente del relieve, aparecen marcados con un trazado diferente. En los itinerarios se indican los grados de dificultad de los pasos más complejos.

Las cincuenta ascensiones aquí descritas incluyen, sin duda, las más significativas de la península Ibérica, pero el número real de las que pueden hacerse es mucho mayor. Corresponde al lector ampliar esa cifra.

Cordillera Cantábrica

1. Curavacas (2.524 m)

FICHA TÉCNICA

Tiempo estimado: 2 h 45 min hasta la cima.

Desnivel: 1.195 m de ascenso.

Dificultad: media-baja. En verano la ascensión no tiene ninguna dificultad técnica. En invierno y primavera, cuando la montaña se encuentra cubierta de nieve, las zonas en las que hay que prestar más atención son en el final del Callejo Grande y sobre todo al cruzar el collado para pasar a la vertiente norte.

Cartografía: *Fuentes Carrionas*, 1:25.000, editado por Francisco Salcedo Jiménez y distribuido por el Caserón de Fuentes Carrionas.

Material necesario: crampones y piolet en invierno y primavera.

Época recomendada: primavera. En verano, recorrer toda la pedrera del Callejo Grande en un día caluroso puede ser realmente agotador.

Acceso: desde Cervera de Pisuerga, siguiendo la llamada «carretera de los pantanos» en dirección a Triollo y Velilla de Carrión. En Triollo, hay que tomar un desvío a la derecha hacia Vidrieros.

Ascenso

1. Plaza de Vidrieros

Punto de partida / 1.330 m

Vidrieros es un pueblo muy pequeño. El coche puede dejarse en la plaza del pueblo, que encontraremos a los pocos metros de entrar en él. Desde esta plaza empezaremos a caminar por la **calle Chica**, que rápidamente hace un giro a la

izquierda, sale del pueblo y se convierte en un camino.

2. Puente

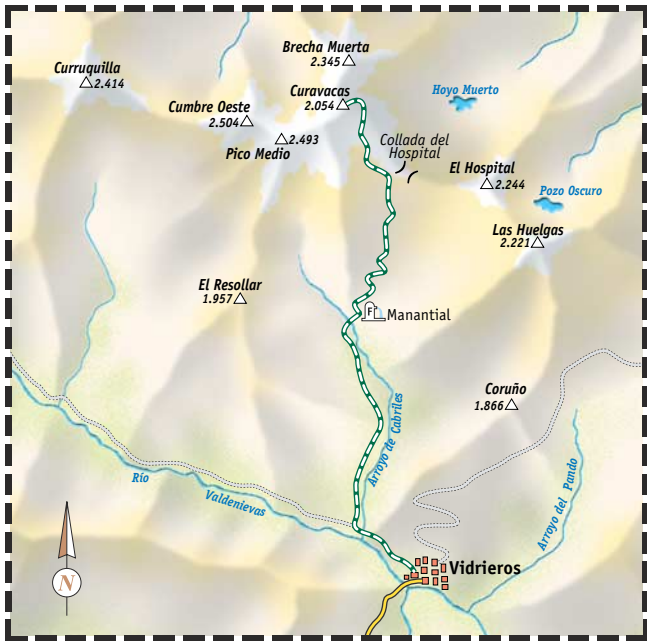
5 min

Cruzamos un pequeño puente sobre un arroyo y tomamos el camino que sale a la derecha.

3. Puerta

20 min

Encontramos una puerta a modo de reja en el camino, la



cruzamos y continuamos de frente. A partir de aquí, el camino se irá estrechando hasta convertirse poco a poco en un sendero.

4. Arroyo de Cabriles

45 min / aprox. 1.600 m

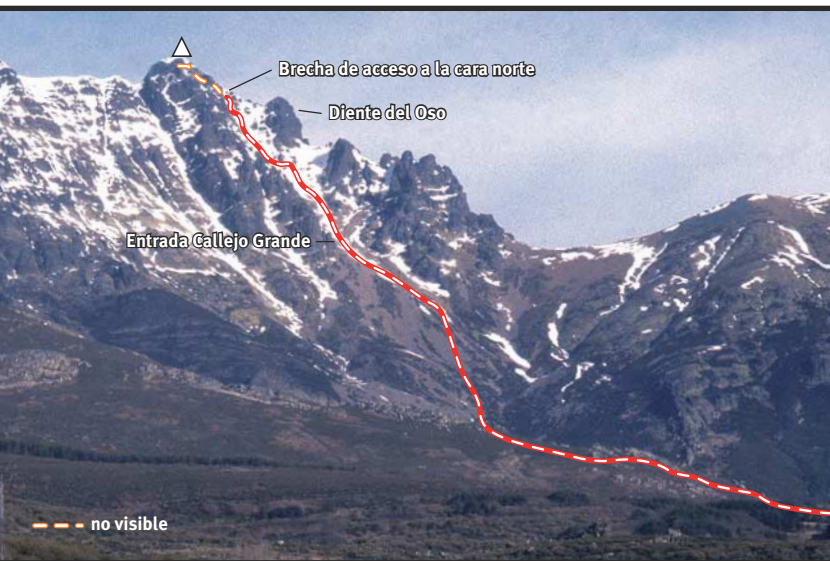
Después de atravesar unos amplios prados, cruzamos el arroyo de Cabriles, que hasta ahora habíamos llevado siempre a nuestra derecha. El sendero sigue estando muy marcado. Primero cruza una zona de grandes matorrales y después sale a una zona despejada a partir de la cual

comienza la pedrera por la que iremos ganando altura hacia el **Callejo Grande**, que es la ancha canal que nos conducirá a las proximidades de la cima del Curavacas.

5. Inicio del Callejo Grande

1 h 45 min / aprox. 2.100 m

Llegamos a la base del espolón rocoso que delimita el Callejo Grande por la derecha. Justo en la base de este gran espolón hay una enorme roca frente a la que encontraremos un hito de color blanco. Continuamos ascendiendo por el lado derecho de la canal a



Curavacas, cara sur desde la carretera de los pantanos.

medida que nos vamos adentrando en ella.

6. Base del Diente del Oso

2 h 15 min / aprox. 2.375 m

El sendero gira a la izquierda bajo el collado que hay a la derecha del Diente del Oso, que es el último gran risco que dejamos a la derecha antes de llegar a la parte más alta del Callejo Grande. Todo el recorrido está marcado con hitos.

7. Brecha de acceso a la cara norte

2 h 30 min / 2.475 m

Tras bordear unos enormes bloques y dejar a nuestra derecha el Diente

del Oso, llegamos a la brecha por la que se accede a la cara norte del Curavacas. Desde aquí, giraremos a la izquierda para continuar subiendo por una zona de menor inclinación hacia la cima.

8. Cumbre

2 h 40 min / 2.524 m

Desde la cima del Curavacas se contempla, hacia el norte, el Macizo Central de los **Picos de Europa** y muy cerca, al oeste, la espectacular mole del **Espigüete**.

Descenso

Mismo itinerario.