



## ACTIVIDAD GUIADA

### CURSO DE ORIENTACIÓ EN LA MONTAÑA

**Nos iniciamos en las técnicas básicas de orientación y lectura del paisaje en terrenos de montaña**

Soriquera, Pallars Sobirà, Lérida





## ¿POR QUÉ HACER ESTE CURSO?

¿Quieres aprender a moverte por la montaña sin perderte? ¿Sabes leer un mapa cartográfico y conoces los muchos datos que incorpora? ¿Sabes utilizar toda la información que nos aporta un paisaje determinado por identificar dónde estamos y hacia dónde tenemos que ir? ¿Sabes establecer un rumbo en la montaña y seguirlo de manera segura? ¿Combinas las herramientas clásicas y las herramientas digitales adecuadamente en tus excursiones? ¿Sabes qué hacer si te pierdes en la montaña?



## CONTENIDOS DEL CURSO DE ORIENTACIÓN EN LA MONTAÑA

El desarrollo de este curso está pensado para generar un espacio de aprendizaje de carácter eminentemente práctico, es decir, aprender todo un conjunto de conceptos, herramientas y técnicas poniéndolas en práctica sobre el terreno en situaciones reales.

Aunque los contenidos del curso están todos interrelacionados, estos se irán presentando de forma ordenada a través de cuatro grandes bloques:

**a. Instrumental básico en orientación: cartografía, brújula y medios digitales (introducción).**

- Aprenderemos los fundamentos y las herramientas básicas en orientación en la montaña. Desde el funcionamiento y usos de la brújula y la lectura de mapas a través de sus elementos, hasta una pequeña introducción a los cada vez más usuales medios digitales de localización, los dispositivos GPS.

**b. Interpretación y lectura del paisaje.**

- Nos iniciaremos en la interpretación del paisaje que nos rodea, reconocer las formas del relieve y la vegetación y cómo las sociedades hemos ido modificando este paisaje. Esta lectura del paisaje nos da herramientas imprescindibles para mejorar nuestra orientación a través de un conocimiento que enriquece también nuestra visita sobre el medio. Saber identificar las características del entorno es fundamental en todo ejercicio de orientación en la montaña.

**c. Técnicas básicas de orientación.**

- A partir de los conocimientos de las herramientas básicas anteriores, conoceremos qué procedimientos prácticos nos permiten orientarnos con la máxima fiabilidad en el medio: la orientación del mapa e identificar nuestra posición, identificar y seguir rumbos, el papel de las curvas de nivel, aprender a recopilar las características y las referencias que nos encontramos a lo largo de nuestras rutas y cómo identificarlas sobre el mapa, procedimiento fundamental para conocer mejor nuestra ubicación y validar nuestro paso por los itinerarios que realizamos. Aprenderemos también como cronometrar nuestro paso y conocer la velocidad en la que nos movemos y las distancias recorridas, y poder identificar aquellas líneas de tráfico que podemos utilizar como referencias conocidas sobre las que movernos sobre el medio.

**d. Planificación de rutas.**

- La planificación de las rutas es un elemento esencial para preparar nuestras salidas. Realizaremos una introducción a los principales elementos a tener en cuenta a la hora de preparar una ruta y lo pondremos en práctica en el mismo territorio. Elegir una ruta adecuada, analizar la distancia de ésta, prever los posibles contratiempos o identificar rutas alternativas de escape, nos será de gran ayuda para visualizar y orientarnos mejor en las rutas elegidas.

Nota: los contenidos y la zona concreta de realización del curso podrán variar ligeramente en función de las condiciones meteorológicas y de las condiciones del terreno



## FICHA RESUMEN

**Duración del curso:** 2 días.

**Horario:** Sábado de 9h a 22h y domingo de 9h a 16h.

**Hora y punto de encuentro:** 20:30h del viernes en el refugio Vall de Siarb de Llagunes. Llagunes es un pequeño núcleo de población del municipio de Soriguera que está situado a unos 12 km de Sort. Se accede por la carretera N-260 que comunica Sort y la Seu d'Urgell por el puerto del Cantó.

**Grupo:** entre 8 y 14 personas.

**Exigencia física:** Baja.

**Época recomendable:** Todo el año.

**Material individual imprescindible:** Lápiz o bolígrafo y una libreta para tomar notas. Ropa de montaña cómoda para las sesiones de campo. Mochila de montaña adecuada. Frontal o linterna. Saco-sábana (en el refugio hay mantas). Tapones para los oídos para las noches en el refugio (opcional).

**Alimentación:** Las cenas, desayunos y comidas (picnics) nos los proporcionan en el refugio.

**Perfil de los profesores que realizarán el curso:** Todas las sesiones del curso se realizan con la presencia de 2 profesores: un geógrafo especializado en cartografía de montaña e interpretación de los accidentes geográficos que encontramos en la montaña y un guía de montaña titulado especializado en el diseño, planificación y realización de actividades en la montaña.

**Observaciones:** El curso comienza el viernes a las 20:30h con la instalación en el refugio y una pequeña introducción que haremos durante la hora de la cena. En caso de que no puedas llegar el viernes y te quieras incorporar al curso el sábado a primera hora (8:30h) coméntanoslo en el momento de hacer la reserva para coordinarnos adecuadamente y, también, para descontarte la noche y la cena del viernes del importe total de tu curso.

Nota: Rutes Pirineus no se hace responsable de los incidentes ocasionados por el hecho de no llevar el material imprescindible indicado. Rutes Pirineus se reserva el derecho de excluir a un participante si no lleva el material imprescindible. Si alguna persona toma algún tipo de medicación, sufre alguna patología o ha tenido alguna lesión recientemente, por favor coméntalo en el momento de hacer la reserva.



## ACceso con transporte público

La compañía de autobuses ALSA opera los trayectos **Barcelona - Sort** y **Lleida - Sort** con regularidad. En su web se muestran todos los horarios y se puede hacer la reserva ([www.alsa.es](http://www.alsa.es)). ¡Atención!, los billetes no suelen estar en venta hasta 3-4 semanas antes de la ruta. La misma compañía también opera los trayectos **Barcelona - la Seu d'Urgell** y **Lleida - la Seu d'Urgell**.

Para llegar al pequeño núcleo de **Llagunes** desde **Sort** o desde **la Seu d'Urgell**, podemos utilizar el **servicio de autobús a la demanda del puerto del Cantó**. Este servicio es necesario reservarlo telefónicamente el día anterior y avisar que nuestro destino será el pueblo de Llagunes. Más información y contacto: [Passem el Cantó](http://Passem el Cantó).

Otra opción para subir hasta Llagunes desde Sort es hacerlo en **taxis local**. Más información y contactos: [Taxis - Pallars Sobirà](http://Taxis - Pallars Sobirà). El trayecto es de unos 12 km (15 minutos).



## PRECIO

### FORMATO DE GRUPO ABIERTO

Conformación del grupo por parte de RUTES PIRINEUS en las fechas que se indican en la sección "Fechas programadas" de la [ficha web](#) de esta propuesta:

- **Precio total** reserva anticipada 15 días (curso + refugio 2 noches): **297 €/persona** (IVA incluido). **-10%**
- **Precio total** reserva última hora (curso + refugio 2 noches): **330 €/persona** (IVA incluido).

---

**Reserva anticipada 10% de descuento:** confirma tu reserva 15 días o más antes de la fecha del curso y disfruta de un 10% de descuento. Una reserva se considera confirmada con el abono de la paga y señal correspondiente.

---

El precio incluye:

- La planificación y preparación del curso y el seguimiento de las condiciones meteorológicas y del terreno antes y durante su realización.
- La gestión de la inscripción.
- La realización del curso.
- El alojamiento en el refugio Vall de Siarb (2 noches) en modalidad de Pensión Completa (alojamiento, cena, desayuno y picnic para el día siguiente).
- Los materiales y herramientas que utilizaremos durante el curso.
- Los contenidos trabajados durante el curso y contenidos de apoyo. Incluye un mapa cartográfico de detalle de la zona.
- El seguro de accidentes para actividades realizadas en el medio natural.

El precio no incluye:

- El precio no incluye el desplazamiento hasta el punto de encuentro, los consumos extras en el refugio (uso de duchas, bebidas extras, etc.), los gastos ocasionados por el abandono del curso por cualquier motivo, los gastos ocasionados por cambios en el recorrido por motivos de seguridad (transfers...).

Nota: grupo mínimo necesario para realizar la actividad: 8 personas. En caso de no poderse formar el grupo mínimo necesario, se devolverá el 100% del importe. Para grupos de 12 personas o más, por favor solicitar presupuesto a medida.

### FORMATO DE GRUPO PRIVADO

En caso de querer realizar la travesía en formato de grupo privado (un guía para vosotros solos), contáctenos por email ([info@rutespirineus.cat](mailto:info@rutespirineus.cat)) o teléfono y le prepararemos un presupuesto a medida.



## RESERVA Y PAGO

Para cualquier consulta no dudes en contactarnos: [info@rutespirineus.cat](mailto:info@rutespirineus.cat) / +34 691 772 966.

La reserva se puede hacer por email o mediante el formulario web. Una reserva se considerará confirmada una vez efectuado el pago.

**Rutes Pirineus quiere insistir en la necesidad de realizar la reserva con la máxima anticipación posible para garantizar la disponibilidad de plaza en el refugio.**



## ALGUNAS IMÁGENES...





## SOSTENIBILIDAD Y ECOTURISMO: NUESTRO COMPROMISO

### En Rutes Pirineus...

- Pensamos que el único "turismo" posible hoy es aquel que es **sostenible y del todo respetuoso con el medio natural y social** donde se desarrolla.
- Entendemos por **turismo sostenible** el conjunto de servicios relacionados con la acción de viajar por ocio o por el propio gusto de conocer que **se ofrecen, se contratan y se ejecutan de manera sostenible ambientalmente, económico y socialmente** hablando.
- Vivimos *en* y *de* los Pirineos, una región montañosa de una **riqueza natural y sociocultural** extraordinarias pero, al mismo tiempo, muy **frágil y sensible** a los efectos del cambio climático y las transformaciones sociales y económicas globales.
- Pensamos que **todas las acciones tienen consecuencias...** y creemos que esto es una **oportunidad** para poder contribuir a hacer un mundo mejor para nuestros hijos e hijas.
- Nos proponemos ser la compañía de guías de montaña con los **máximos grados de calidad en sostenibilidad medioambiental y social** en la realización de rutas y travesías de senderismo y actividades de alta montaña.

### Y para ello...

- Somos un equipo de personas **entusiastas, exigentes y comprometidas** con el trabajo que hacemos cada día.
- Favorecemos el **desarrollo de la economía local** tejiendo alianzas con agentes y colaboradores, trabajando conjuntamente con proveedores fuertemente arraigados al territorio.
- Somos **miembros activos de la Taula de Camins**, órgano consultivo del Instituto para el Desarrollo del Alto Pirineo y Arán (IDAPA) en materia de caminos y de las actividades que los utilizan.
- Diseñamos experiencias guiadas que ofrecemos **teniendo en cuenta todos los elementos** que las conforman con el objetivo de **maximizar la sostenibilidad y la coherencia del conjunto**: alojamientos, caminos, ecosistemas y paisajes, aproximaciones, guías, accesos, materiales...
- Trabajamos para que los **refugios y alojamientos** donde hacemos noche tomen conciencia de la crisis climática en la que nos encontramos y **adopten medidas** de eficiencia energética, de responsabilidad social y de consumo limpio y de proximidad.
- Facilitamos el **acceso a nuestras rutas guiadas con transporte público** estableciendo puntos de inicio y final en lugares accesibles con estos medios.
- Incentivamos el **uso del transporte público** y facilitamos la **compartición de vehículo privado** entre los participantes de nuestras travesías guiadas con el *Eco-vale Rutes Pirineus*.





## CONDICIONES

### SALIDAS ORGANIZADAS DE MÁS DE 1 DÍA (VIAJE COMBINADO)

En el apartado [Condiciones Generales](#) dentro de la página web [www.rutaspirineos.org](http://www.rutaspirineos.org) se incluyen todas las condiciones que aplican en la contratación de cualquier salida organizada de más de 1 día (viaje combinado). En cualquier caso, a continuación resumimos algunas condiciones que consideramos de especial relevancia para este producto en particular:

#### Pago del precio:

1. En el momento de la perfección del contrato el consumidor deberá abonar una suma que corresponda al 40% del precio del viaje combinado o, en su caso, completar hasta ese importe las cantidades que hubiere entregado a cuenta. Si el consumidor no realiza dicho pago, la agencia le requerirá para que lo efectúe en el plazo razonablemente breve que le fije.
2. El pago del resto del precio se efectuará cuando la agencia ofrezca la entrega al consumidor de los títulos de transporte, bonos de viaje o cualquier otro documento indispensable para la correcta ejecución de las prestaciones que forman el viaje combinado. Si el consumidor no realiza dicho pago, la agencia le requerirá para que lo efectúe en el plazo que le fije. Si no le fija plazo, se entenderá que el pago deberá efectuarse a lo más tardar 7 días antes de la salida.
3. La agencia podrá resolver el contrato y aplicar las reglas establecidas para el desistimiento antes de la salida si el consumidor no realiza cualquiera de los pagos previstos en los apartados anteriores en el plazo que corresponda.

#### Derecho de desestimación del consumidor:

1. El consumidor tiene la facultad de desistir del viaje contratado en cualquier momento antes de la salida. Los importes retenidos en caso de desestimación del consumidor serán: a) Si se anula antes de 15 días de la fecha de salida del viaje, el 25% del importe de la actividad. b) Si se anula entre 15 y 7 días antes de la fecha de salida, el 50% del importe de la actividad. c) Si se anula con entre 7 y 2 días antes de la fecha de salida, el 75% del importe de la actividad. d) Si se anula con menos de 2 días de antelación, el 100% del importe de la actividad.
2. El desistimiento produce efectos desde el momento en que la voluntad de desistir del consumidor llega al conocimiento de la agencia.
3. Conocido el desistimiento, la agencia devolverá al consumidor las cantidades que hubiese abonado en el plazo máximo de un mes, deducidos los gastos de gestión y, en su caso, los gastos de anulación justificados y las penalizaciones.
4. Si el viaje combinado estuviera sujeto a condiciones económicas especiales de contratación, tales como flete de aviones, buques, tarifas especiales u otros análogos, los gastos de gestión, los gastos de anulación y las penalizaciones serán los que indique de modo explícito el folleto para ese viaje o los acordados de modo particular en el documento contractual.

#### Cancelación del viaje por parte del organizador:

El consumidor podrá optar entre: a) Que le reembolsen en el plazo máximo de un mes todas las cantidades pagadas, o b) Que, siempre que la agencia pueda proponérselo, le ofrezcan otro viaje combinado de calidad equivalente o superior. Si el viaje ofrecido es de calidad superior, la agencia no le exigirá suplemento alguno. También podrá aceptar la realización de un viaje de calidad inferior, pero en este caso la agencia le deducirá la diferencia de precio.

En ambos casos, el consumidor tiene derecho a reclamar la indemnización:

1. Si la cancelación del viaje se comunica dentro de los dos meses anteriores a la salida, la agencia deberá abonar al consumidor una indemnización en función del tiempo que falte para la salida, que como mínimo será de: a) El 5% del precio del viaje si se produce con una antelación de más de 15 días y de menos de 2 meses. b) El 10% del precio del viaje, si se produce con una antelación entre los 15 y 3 días. c) El 25% del precio del viaje, si se produce dentro de las 48 horas anteriores a la salida.
2. No existe obligación de indemnizar en los siguientes supuestos: a) Cuando la cancelación se debe a que el número de personas inscritas es inferior al exigido en el folleto o en el contrato para el viaje. En este caso, la agencia debe comunicar por escrito la cancelación al consumidor antes de la fecha límite fijada en el folleto o en el contrato. En su defecto, la agencia debe notificar la cancelación con una antelación mínima de diez días a la fecha de salida. b) Cuando la cancelación del viaje se debe a motivos de fuerza mayor. Son causas de fuerza mayor las circunstancias ajenas a la agencia, anormales e imprevisibles cuyas consecuencias no habrían podido evitarse, a pesar de haber actuado con la diligencia debida.



## ACEPTACIÓN

Rutes Pirineus Turisme Actiu de Muntanya SL (en adelante Rutes Pirineus) es una empresa especializada en la promoción del turismo de montaña en los Pirineos. Rutes Pirineus organiza rutas guiadas y, como organizadora de actividades físico deportivas en el medio natural, cumple con los requisitos que le corresponden según el "Decreto 56/2003", en virtud del cual tiene contratada una póliza de seguro de responsabilidad civil y una póliza de accidentes para participantes. A la vez dispone del personal cualificado de acuerdo a la "Ley 3/2008" de la Generalitat de Catalunya.

Rutes Pirineus está registrada como agencia de viajes con el número de licencia GC-004551.

*Datos fiscales: Rutes Pirineus Turisme Actiu de Muntanya SL. Domicilio: C/11 de Septiembre nº 22 1º, 08750 Molins de Rei (Barcelona). CIF: B66145095. Empresa inscrita en el Registro Mercantil de Barcelona en el "TOMO 44061, FOLIO 26, HOJA B 446.044, INSCRIPCIÓN 1."*

La reserva de una salida de Rutes Pirineus implica la aceptación de los siguientes puntos:

1. Las actividades realizadas en el medio natural, como el alpinismo, el esquí de montaña, las raquetas de nieve y el senderismo, son intrínsecamente peligrosas, en mayor o menor medida según las características de la actividad y salida concreta. En el proceso de reserva, los participantes deben confirmar que conocen y asumen los riesgos que conlleva la actividad propuesta. Por este motivo, Rutes Pirineus declina toda responsabilidad por los daños que pudieran ocurrir fruto de acciones que estén fuera de su alcance y de las condiciones previamente pactadas.
2. Las actividades están sujetas a las condiciones meteorológicas y al número y características de las personas que participen en ellas. Por ello, los horarios y los itinerarios se pueden modificar o, incluso, suspender en parte o en su totalidad si las circunstancias así lo aconsejan, y se hará siempre bajo el criterio de los guías de montaña y de los técnicos acompañantes.
3. El cliente afirma no tener problemas físicos previos a la actividad, no haber ingerido medicamentos que le incapaciten para la correcta realización de la actividad, ni haber consumido, drogas, alcohol o algún tipo de estupefacientes antes de realizar la actividad. Las mujeres deberán comunicar un posible embarazo al efectuar la reserva.
4. Los menores de edad deberán ir acompañados de sus padres o tutores legales. En caso contrario deberán entregar su autorización y consentimiento de participación en la actividad por escrito y debidamente firmada por sus padres o tutores legales.
5. El cliente debe hacer caso en todo momento de las indicaciones y consejos que el guía o técnico le indiquen, así como mostrar respeto al resto del grupo. Rutes Pirineus se reserva en todo momento el derecho de excluir aquellas personas cuyo comportamiento comprometa la seguridad del grupo. En ningún caso, estas personas recibirán indemnización alguna.
6. El material proporcionado para la realización de las actividades estará homologado si así se requiere y siempre se encontrará en un estado de uso correcto. En el caso que el participante lleve material propio, este será supervisado por nuestros técnicos y sólo se podrá utilizar si éstos lo consideran oportuno.
7. De acuerdo con lo dispuesto en el REGLAMENTO (UE) 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO, de 27 de abril de 2016 ('RGPD'), le informamos de que sus datos personales serán tratados por parte de Rutes Pirineus para la propia gestión del pedido y de la actividad o viaje contratado. En ningún caso Rutes Pirineus cederá los datos a terceros, a excepción de aquellos casos en los que la comunicación de sus datos a terceros sea necesaria para poder cumplimentar la finalidad directamente relacionada con la organización, pago o asistencia al producto o servicio contratado. Sus datos personales serán tratados con la máxima confidencialidad. El participante tiene derecho a acceder a sus datos, modificarlos o suprimir en cualquier momento, enviando un correo electrónico a info@rutespirineus.cat o bien una carta por correo postal a: c/Onze de Setembre 22, 1r, 08750 Molins de Rei (Barcelona). Los datos personales se conservarán hasta la finalización del servicio o hasta que exista obligación legal. La legitimación para el tratamiento de los datos personales es el consentimiento del participante. El participante podrá revocar su consentimiento mediante el envío de un correo electrónico a info@rutespirineus.cat. También informamos al participante de su derecho a presentar una reclamación ante la Agencia Española de Protección de Datos, si considera que en el tratamiento de sus datos no se están respetando sus derechos.
8. Rutes Pirineus se reserva la posibilidad de incorporar alguna fotografía de la ruta guiada en sus canales de comunicación y promoción. En ningún caso se venderán estas fotografías a terceros. Si tenéis algún inconveniente, por favor comunicádnoslo.
9. Rutes Pirineus no se hace responsable de los incidentes ocasionados por no llevar el material imprescindible indicado. Rutes Pirineus se reserva el derecho de excluir un participante si este no lleva el material imprescindible.
10. Si algún participante quiere realizar la actividad con un perro acompañante, deberá comunicarlo antes de hacer la reserva.