ARGORRI GIDAK

TREKKING
VALLE DE TENA

23 km
2 días

argorrigidak.com



VALLE DE TENA
UNA EXPERIENCIA UNICA

La propuesta consiste en realizar una **ruta de 2 días**, donde podremos ver los paisajes más bonitos e impresionantes del Valle de Tena y ascender a uno de sus picos más míticos como es el Garmo Negro.

La **ruta comienza** en el Balneario de Panticosa, desde donde el sendero asciende de forma constante hacia los ibones de Ordicuso, ganando altura entre praderas y terreno cada vez más rocoso. A medida que se avanza, el paisaje se vuelve más alpino hasta alcanzar el collado de Pondiellos, antesala de la ascensión final al Garmo Negro. La subida a la cima, aunque no técnica, exige esfuerzo por la pendiente y el terreno de bloques. Desde arriba, la panorámica del Pirineo central es amplia y contundente, con macizos emblemáticos dominando el horizonte.

El **descenso** se realiza por el mismo itinerario hasta enlazar con el camino que conduce hacia los ibones de Bachimaña. Poco a poco el terreno se suaviza y aparecen las láminas de agua que anuncian la proximidad del Refugio de Bachimaña, donde se pasa la noche en un entorno de alta montaña, rodeado de lagos y cumbres.

Al **día siguiente**, la ruta continúa desde el refugio en dirección a los Ibones azules, sendero que gana altura de forma progresiva. Es un recorrido más solitario, en el que se alternan tramos de pradera alpina con zonas pedregosas, hasta alcanzar el conjunto de ibones, enclavados en un circo glaciar de gran belleza. Este es uno de los puntos más tranquilos y escénicos del recorrido, ideal para detenerse y disfrutar del paisaje.

Desde los ibones comienza un largo **descenso hacia el valle**. El camino, primero más abrupto y rocoso, se vuelve poco a poco más cómodo a medida que pierde altura, trazando amplios zigzags hasta regresar al Balneario de Panticosa. Así se cierra una travesía circular exigente pero muy completa, que combina una gran cima pirenaica, una noche en altura y el paso por algunos de los conjuntos lacustres más bellos de la zona.

La ruta

VALLE
DE TENA

Distancia total
23km

Duración total
2 días

N. Personas/Guía

12 personas + 2 guías
7-8 personas + 1 guía

Grupo homogéneo familiarizado con la montaña con **buena condición física**.
Cálculo de tiempo: **2km/h. 300 m/h.**

Nivel requerido

Físico
3/5

Ruta por montaña de 2 días en dónde la distancia por etapa será de máximo 15 km y el desnivel no superará los 1.500 m. de ascenso positivo diario.Se ha de estar habituado a caminar por la montaña, pero no necesariamente a hacer trekkings de varios días.

Técnico
2/4

Recorridos que discurren por terreno donde algunos tramos son accidentados, sin una senda bien definida. No hará falta usar las manos en ningún punto para el progreso.

Es necesario **mínimo 1 mes antes encaminar los entrenamientos a la actividad en cuestión**. Por lo que, si se tienen dudas, lo mejor es ponerse en contacto con nosotros a través de nuestro formulario, tenemos planes específicos personalizados y adaptables para que puedas realizar esta actividad y todas las que te propongas.

Itinerario por días

VALLE
DE TENA



Baños de Panticosa - Refugio de ibones de Bachimaña

Baños de Panticosa - Garmo Negro - Ibones de **Bachimaña**



Refugio de ibones de Bachimaña- Baños de Panticosa

Ibones de Bachimaña - Ibones azules- Cuello del infierno - Tebarray - **Baños de Panticosa**

ARGORRI
GIDAK
Trekking

Orografía

VALLE
DE TENA



Desnivel positivo	Desnivel negativo	Altura máxima	Altura mínima
2000 m	2000 m	3047 m	1640 m



ARGORRI
GIDAK
Trekking

argorrigidak.com

Objetivos

VALLE
DE TENA

Objetivos deportivos

- Ascender un tresmil clásico del Pirineo: el Garmo Negro (3.064 m) es una cima muy popular por su desnivel directo y sus vistas.
- Gestionar una ruta de alta montaña de dos días: combinar esfuerzo físico, orientación y logística.
- Mejorar resistencia y desnivel acumulado: la subida desde Panticosa ronda los 1.500 m positivos si se hace en una jornada.
- Practicar progresión en terreno alpino: pedreras, bloques, neveros tempranos según temporada.

Objetivos de montaña

- Aprender planificación de montaña: horarios, meteorología, agua y alimentación, gestión del ritmo...

Objetivos naturales

- Disfrutar del entorno lacustre de los ibones de Bachimaña y los paisajes graníticos del Pirineo.
- Observar fauna típica: sarrios, marmotas, quebrantahuesos...
- Interpretar el paisaje glaciar de la zona del Balneario de Panticosa.

Objetivos personales

- Reto físico exigente pero accesible al dividirlo en dos días.
- Fortalecer la confianza en rutas de montaña de este estilo.
- Disfrutar de la experiencia compartida en grupo con la seguridad de un guía.

Material necesario

VALLE
DE TENA

ROPA:

- Calzado adecuado de senderismo (impermeable)
- Calcetines anti rozaduras
- Camiseta térmica
- Camiseta técnica
- Segunda capa (forro polar o similar) Plumífero
- Chaqueta impermeable
- Pantalón largo de senderismo
- Cubrepantalón impermeable (Si hubiera previsión de lluvia)
- Ropa de cambio
- Cubre cuello, gorro

COMPLEMENTOS:

- Gorra
- Gafas de sol Crema solar
- Bastones de trekking (regulables)

MOCHILA:

- Mochila de montaña mediana 20-30 litros
- Botiquín personal

ALIMENTACIÓN:

- Agua (mínimo 1 litro) Comida
- Teléfono móvil + Identificación Personal
- Dinero en efectivo

VALLE DE TENA
TREKKING













ARGORRI GIDAK
Trekking

argorrigidak.com

Precio Trekking 2 días

VALLE
DE TENA

Grupo Público

180€/persona

Grupo Privado

Si no hay fechas disponibles para este evento o si no te encajan y quieres hacerlo en privado, contacta con nosotros.

- 1 persona: **580€**/Persona
- 2 Personas: **330€**/Persona
- 3 Personas: **230€**/Persona
- 4 Personas: **200€**/Persona
- 5 Personas: **180€**/Persona
- 6 Personas: **160€**/Persona

La ruta incluye:

- Guiaje de un guía profesional de montaña.
- Seguro de accidentes en montaña
- Pernocta en refugio de montaña con media pensión
- Asesoramiento previo a la ruta
- Impuestos

Reserva

VALLE
DE TENA

Condiciones generales

- Al reservar abonarás el 50% del importe para realizar la reserva.
- El pago podrá realizarse mediante Bizum o en efectivo.
- A 7 días del comienzo de la actividad se cerrará el grupo dando la opción en caso de no llegar al mínimo de participantes de poder hacer igualmente la actividad con la tarifa establecida para grupo privado de 1, 2 o 3 personas *
- Durante la semana previa al evento, entre 5 y 7 días nos comprometemos a enviar información detallada y la forma de completar el pago.
- Los grupos públicos tienen una alta probabilidad de completarse, por lo que recomendamos realizar la reserva cuanto antes.

Formaliza tu reserva a través de:



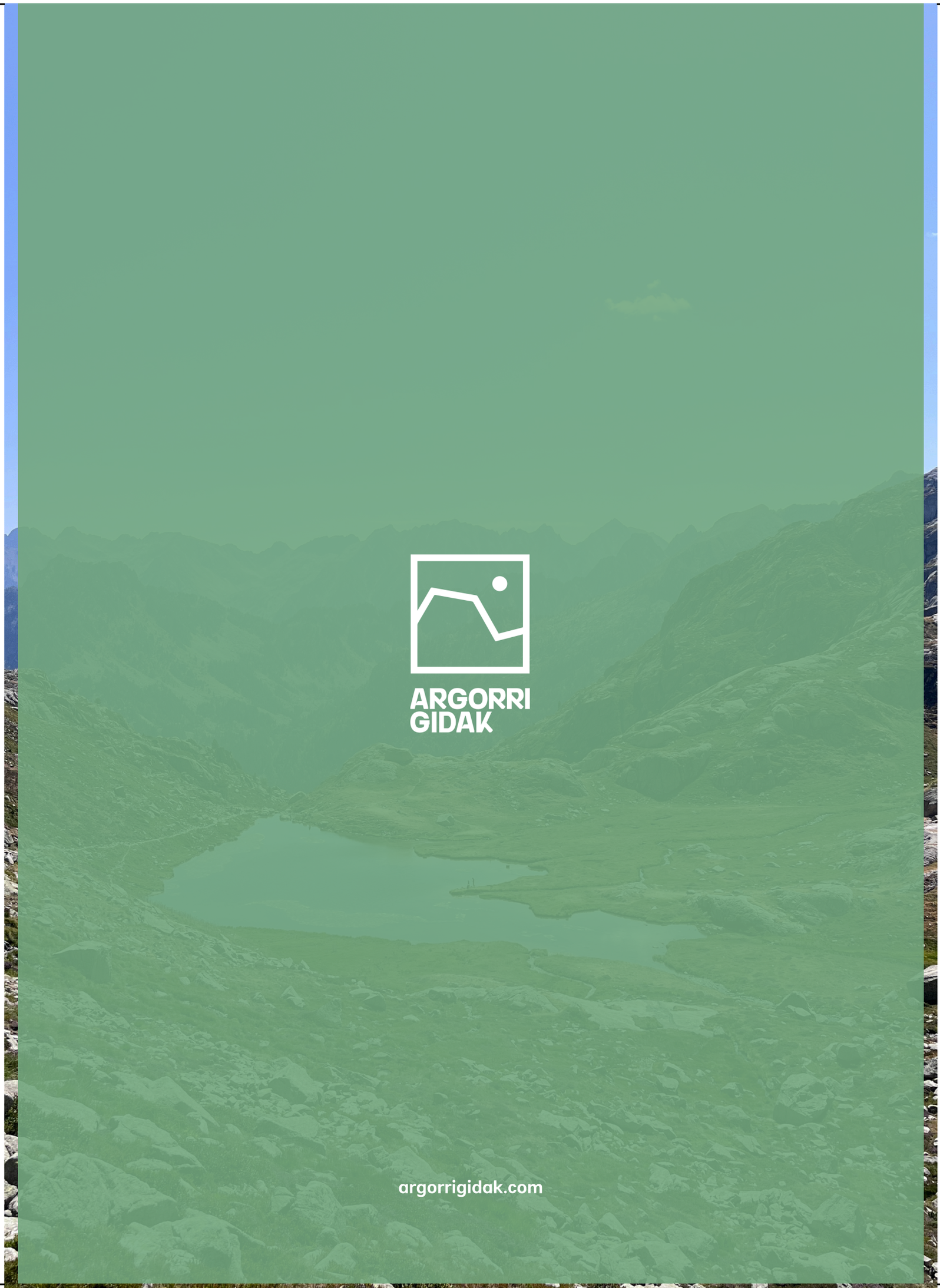
argorrigidak.com



argorrimendigidak@gmail.com


+34 686 035 456

Te recomendamos leer con atención toda la información. Es importante ajustar tu nivel al requerido para cada actividad. No dudes en preguntar cualquier duda, estamos para ayudarte.
Es importante que estemos informados de tus intolerancias, alergias, enfermedades y lesiones previas que te puedan limitar,



ARGORRI
GIDAK

argorrigidak.com