

### Nom de l'excursió: Cotiella (2.912 mts.) des de l'Ibón de Plan






**Indret:** Pirineu aragonès, Ribagorza, entre les valls de Pineta, Bielsa i Gistaín

**Data:** 8 i 9 de juliol

**Temps aproximació amb cotxe:** 4 hores (334 Kms)

**Temps de marxa (sense parades):** 10 hores aproximadament (entre els dos dies)

<b>DIFICULTAT</b> El grau de dificultat s'indica d'acord amb la taula que hi ha al final de la fitxa	Severitat del terreny: 3	Dificultat d'orientació: 2
	Dificultat desplaçament: 3	Esforç necessari: 3

 <b>Desnivell de pujada:</b> 1722mts.	 <b>Desnivell de baixada:</b> 1722 mts.
 <b>Desnivell acumulat:</b>	 <b>Distància:</b> total distància dels dos dies 20,21 kms. sense comptar aproximació per pista
 <b>Tipus de recorregut (lineal/circular):</b> el primer tram lineal i després circular	

**Responsable i telèfon de contacte:** Toni Hosta 609 47 50 41

Nº màxim d'assistents: 10

Nombre real d'assistents:

Hora de sortida: 6 matí des de l'aparcament La Quintana

Lloc de sortida: aparcament La Quintana

Data màxima d'inscripció: 6 de juliol

### Descripció ruta i altres informacions d'interès:

Ascensió de dos dies Cotiella, mar de roca, fent nit al refugi lliure de la Cabaña de Armeña on farem nit, per tant cal dur el material per pernoctar una nit al refugi, sopar i esmorzar

El massís del Cotiella és una mola colossal al sud de la cadena pirinenca, en zona prepirinenca, on amb prou feines arriben els núvols de l'Atlàntic, retinguts a la cadena principal. És per tant una zona força seca, que alberga el que diuen ser l'estany més bonic dels Pirineus: l'Ibón de Plan, més conegut com la Basa de la Mora. Per estar apartat i per no arribar als 3.000 m per molt poquet està una mica oblidat, molt injustament.

En estar a la meitat de la serralada, té les millors vistes dels gegants de la zona: Aneto, Posets, Perdut, etc.

El Cotiella és una de les mols més grans del Pirineu, que per uns pocs metres no entra a l'Olimp dels tresmils, però que té molta major entitat com a gran muntanya que molts dels tresmils, els quals pel sol fet de superar el mític nombre reben moltes més visites. Si a més tenim en compte que és una exigent ascensió per tots els seus vessants, i que queda una mica separat d'altres zones muntanyenques, això explica la tranquil·litat de la que es gaudirà. La pujada a aquest pic que no us defraudarà en absolut.

És calcarí, amb pedreres i racons que converteixen la caminada en una petita tortura. No és per fluixos. A més, té difícil escapatori per a tempestes. Així que cal planificar bé, o dividir l'excursió en dues etapes i veure a l'endemà l'estany d'Armeña, el més bonic dels Pirineus segons molts.

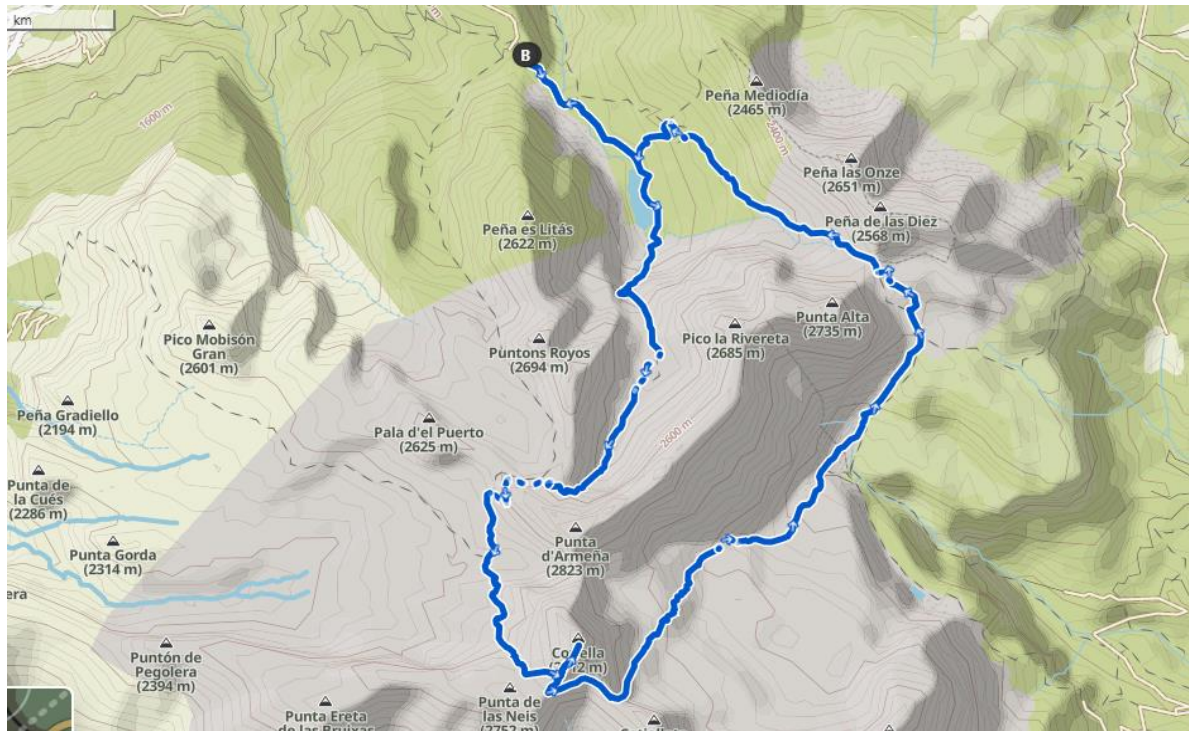
La ruta circular té algun pas aeri i cal posar mans a certs llocs, però sense abismes.

Per sort, a dalt de la muntanya no puja perquè és un secarral. No hi ha aigua però sí al costat del refugi hi ha

una font que acostuma a rajar. A vegades cal aconseguir-la a les congestes amb paciència. En sortir de la vall de la Ribereita, és millor superar-lo més avall i seguir les fites. A vegades cal improvisar baixant el mateix però més bruscamment. Per arribar al refugi de Lavasar cal fer l'aproximació en cotxe des de Saravillo per la pista de Lavasar de 14 kms. que pot estar en estat mediocre fins al Montecillo i la Fuen Fría aparcant el cotxe en una esplana a tocar d'un revolt molt tancat. Cal informar-se prèviament per preveure allargar l'aproximació per la pista.

**Track:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/cotiella-desde-el-ibon-de-plan-38610594>

**Mapa:**



**Enllaços (web i pdf descarregables):** <https://www.komandokroketa.org/Cotiella/Cotiella-lavasar.html>

**Equipament i material imprescindible**

Organització	Individual	Opcional
Emisores	Protecció solar	Farmaciola personal
Farmaciola bàsica	Tallavents	Roba d'abric en funció de la meteo
GPS o mapa i brúixola	Guants	
Telèfons de contacte	Folre polar	
Fogonet	Gorra, barret	
	Manta d'emergència	
	Frontal o lot	
	Bastons de tresc	
	Menjar i aigua	
	Sac de dormir	
	Esterilla per dormir	



Material tècnic addicional i específic per la sortida:

Informe i valoració final:

#### GUIA PER LA VALORACIÓ DEL GRAU DE DIFICULTAT

##### Duresa del terreny

- 1 – El terreny no està exempt de riscos
- 2 – Hi ha més d'un factor de risc
- 3 – Hi ha diversos factors de risc
- 4 – Hi ha bastants factors de risc
- 5 – Hi ha molts factors de risc

##### Dificultat d'orientació de l'itinerari

- 1 – Camins i cruïlles ben definits
- 2 – Senders o senyalització que indica la continuïtat
- 3 – Exigeix la identificació precisa d'accidents geogràfics i punts cardinals
- 4 – Exigeix navegació fora de traça
- 5 – La navegació està interrompuda per obstacles que cal vorejar

##### Dificultat del desplaçament

- 1 – Marxa per superfície plana
- 2 – Marxa per camins de ferradura
- 3 – Marxa per senders esgraonats o terreny irregular
- 4 – Cal l'ús de les mans o salts per a mantenir l'equilibri
- 5 – Demana l'ús de les mans per a la progressió

##### Esforç necessari

- 1 – Fins a 1 h de marxa efectiva
- 2 – Entre 1 i 3 h de marxa efectiva
- 3 – Entre 3 i 6 h de marxa efectiva
- 4 – Entre 6 i 10 h de marxa efectiva
- 5 – Més de 10 h de marxa efectiva

